BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI RASIONAL EMOTIF DALAM MENGATASI KECEMASAN

(study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di Desa Dalpenang kecamatan Sampang madura)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel SurabayaUntuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar
Sarjana Komunikasi Islam (S. Sos.I)

PERPUSTAKAAN
IAIN SUNAN AMPEL
No. KLAS K D-2012 015 BKI
No. REG : D-2012/BKI/015
ASAL BUKU :
TANGGAL :

Oleh:

ENI FITRIYAWATI

NIM. B03208026

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
FAKULTAS DAKWAH
JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
2012

GADJAH BELANG
Jl. P. Kulit No. 84
Wonocolo Surabaya

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : ENI FITRIYAWATI

NIM : B33208026

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Bimbingan dan Konseling Islam Dengan terapi Rasional Emotif dalam mengatasi kecemasan (studi kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di desa Sampang)

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

Surabaya, 03 Juli 2012

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,

Dra. Hj.Faizah Noer Laela, M.Si
NIP. 196012111992032001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Eni fitriyawati ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 18 juli 2012

Mengesahkan,
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel
Fakultas Dakwah
Dekan,

Dr. H. Aswadi, M.Ag
NIP. 196004121994031001

Ketua,

Dra. Hj. Faizah Noer Laila, M.Si
NIP. 196012111992032001

Sekretaris,

Mohamad Thohir,M.Pd.I
NIP. 197905172009011007

Penguji I

Dra. Ragwan Albaar, M.Fil I
NIP. 196303031992002002

Penguji II,

H.Thayib,S.Ag,M.Si
NIP. 197011161999310 01

ABSTRAKSI

Eni fitriyawati, (B03208026). Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh

Fokus penelitian adalah (1) Faktor- faktor apa sajakah yang menyebabkan seorang wanita yang mempercayai ramalan? (2) Apa saja dampak yang dialami, seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh? (3) Bagaimana proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di desa sampang)? (4) Bagaimana hasil pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di desa sampang)?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan analisa deskriptif komparatif. Dalam menganalisa faktor-faktor yang menyebabkan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh dan dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh, prosesnya menggunakan analisa deskriptif. Sedangkan proses dan hasil akhir dari pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam Mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di desa sampang menggunakan analisa deskriptif komparatif, yang mana penulis membandingkan data teori dan data yang terjadi di lapangan. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor penyebab seorang wanita itu percaya dengan ramalan adalah Sampai sekarang masih sendiri, Putus cinta berulang-ulang, Dua kali diramal, Pengalaman meramal pemilik butik. sedangkan dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh adalah pemikiran berubah menjadi Irasional, cemas, sering menyendiri didalam kamar, melamun dan menangis

Dalam penelitian ini proses konseling yang terjadi menggunakan terapi Rasional Emotif, yang mana peneliti menggunakan 4 teknik yakni teknik pengajaran, teknik persuasif, teknik konfrontasi dan teknik pemberian tugas. semua teknik tersebut dilaksakan secara berurutan 3-5 kali pertemuan dalam prosesnya. dengan pendekatan ini klien diharapkan dapat mengubah pola pikirnya menjadi rasional, sedangkan hasil akhir dari proses konseling terhadap klien dalam penelitian ini cukup berhasil yang mana hasil tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan pada sikap atau perilaku klien yang mulai dapat berinteraksi dengan teman-temannya.

Kata kunci : Bimbingan Konseling Islam. terapi Rasional Emotif. Kecemasan

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

DAFTAR ISI

JUDUL PENELITIAN i
PERSETUJUAN PEMBIMBING ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN iv
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI v
ABSTRAK vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI ix

BAB I : PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 8
E. Definisi Konsep 8
F. Kerangka teori 11
G. Metode Penelitian 12
1. Pendekatan Dan Jenis Penelitian 12
2. Subyek penelitian 13
3. Jenis Dan Sumber Data 13
4. Tahap-Tahap Penelitian 14
5.Teknik pengumpulan data 17
6. Teknik Analisis Data 20
7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data 21
H. Sistematika Pembahasan 24

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA
A. Kajian Teoretik 26
1. Bimbingan Konseling Islam 26
a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam 26
b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam 28
c. Fungsi Bimbingan Konseling Islam 28
d. Prinsip Bimbingan Konseling Islam 29
e. Unsur-Unsur Bimbingan Konseling Islam 30
f. Asas-asas bimbingan konseling Islam 33
g. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam 38
2. Terapi Rasional Emotif 39
a. Pengertian Terapi Rasional Emotif 39
b. Tujuan Terapi Rasional Emotif 41
c. Teknik-Teknik Terapi Rasional Emotif 42
d. Langkah-langkah Terapi Rasional Emotif 43
e. Ciri-ciri Terapi Rasional Emotif 44
3. Kecemasan 46
a. Pengertian kecemasan 46

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

b. Gejala-gejala kecemasan 47
c. Factor-faktor yang menyebabkan kecemasan 48
D.....Penelitian
Terdahulu Yang Relevan..... 48

BAB III : PENYAJIAN DATA
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian.. 52
1. Deskripsi lokasi..... 52
2. Deskripsi Konseli…….....…..... 53
3. Deskripsi Konselor…….…..... 56
4. Deskripsi masalah.... 59
B. Deskripsi Hasil Penelitian..... 62
1. Deskripsi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi seorang wanita mempercayai ramalan bahwa ia akan terlambat jodoh..... 62
2. Deskripsi dampak psikologis yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh. 65
3. Deskripsi Proses bimbingan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh..... 67
4. Deskripsi hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh..... 84

BAB IV : ANALISIS DATA
1. Analisis data tentang faktor-faktor yang menyebabkan seorang wanita itu percaya ramalan.....… 86
2. Analisis data tentang dampak spikologi seorang wanita yang diramal..... 88
3. Análisis data tentang proses pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam menghadapi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.....…. 91
4. Analisis data tentang hasil pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam menghadapi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.....96

BAB V : PENUTUP
A. Kesimpulan 98
B. Saran..... 99

DAFTAR PUSTAKA

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

LAMPIRAN

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah Rumusan Masalah

Seorang wanita itu diciptakan dari tulang rusuk pria. Idealnya, seorang wanita pasti mempunyai seorang pendamping, walaupun belum ditemukan tapi sudah ditakdirkan ada. Tapi kenyataannya sampai saat ini jumlah perempuan bahkan melebihi 2 kali lipat jumlah pria di dunia. Semua umat manusia menantikan jodohnya masing-masing, seorang laki-laki menantikan sesosok wanita dan sebaliknya seorang wanita menantikan sesosok laki-laki.

Perkawinan pada umumnya merupakan suatu moment bagi kehidupan manusia yang telah menginjak usia dewasa banyak orang menganggap bahwa hidup ini terasa belum lengkap apabila belum berkeluarga, dimana perkawinan sering diyakini sebagai sarana untuk mewujudkan kebahagian ketentraman dan kedamaian dalam hidup.[1] Mencari jodoh ada bermacam-macam cara yang dilakukan untuk mendapatkan contohnya lewat dunia maya.

Di dalam Keluarga yang sehat akan menyumbang terbinanya masyarakat yang sehat. keluarga akan berjalan sesuai dengan peran dan fungsinya, jika anggota keluarga di dalamnya berperan menurut fungsinya masing-masing serta mampu menyikapi problema yang kerap kali menghampiri. Kebahagiaan

[1] Cecil G. Osborne, *Seni memahami pasangan anda*, (Jakarta: gunung mulia, 2001)hal.99

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

didalam keluarga tentulah menjadi salah satu tujuan yang ingin diperoleh mereka yang mendirikannya.[2]

Kita sebagai umat Islam tidak boleh mempercayai ramalan. Dalam Hadits menyatakan :

عَنْ اَبِيْ عَبْدَ الرَّحْمَنْ عَبْدَ اللهِ ابْن مَسْعُوْدٍ رَضِيْ اللهُ عَنْهُ قَالَ: حَدَّثَنَا رَسُوْلُ اللِه ص م وَهُوَالصَّادِق المَسْدُوْقُ: اِنَّ اَحَدَكُمْ يُجْمَعُ خَلْقَهُ فِيْ بَطْنِ اُمِّهِ اَرْبَعِيْنَ يَوْمًا نُطْفَةً ثُمَّ يَكُوْنُ عَلَقَةً مِثْلَ ذَالِكَ، ثُمَّ يَكُوْنُ مُضْغَةً مِثْلَ ذَالِكَ، ثُمَّ يُرفَلُ اِلَيْهِ الْمَلَكُ فَيَدْفُخُ فِيْهِش الرُّوْحُ وَيُؤْمَرُ بِاَرْبَعِ كَلِمَاتٍ بِكَتْبِ رِزْقِهِ وَاَجَلِهِ، وَعَمَلِهِ، وَشَكِيٌّ اَوْ سَعِيْدٌ

Artinya: Abu abdurrahman Abdullah bin mas'ud Rasulullah SAW yang jujur dan terpecaya bersabda kepada kami, sesungguhnya penciptaan kalian dikumpulkan dalam rahim ibu selama 40 hari berupa nutsa (sperma), lalu menjadi Alqoh (sekumpal darah) sekama itu pula, lalu menjadi mudhgah (segumpal daging) selama itu pula, kemudian Allah mengutus malaikat untuk meniupkan ruh dan mencatat 4 perkara yang telah di tentukan yaitu : Rizky, ajal, amal, sengsara atau bahagia (takdir).[3]

Dari hadist diatas islam melarang umatnya untuk memercayai ramalan yang tidak didasarkan pada dalil wahyu, Karena perkara gaib mutlak urusan Allah semata. Persoalan nasib, jodoh, rezeki, mati dan hari baik itu yang tahu hanyalah Allah SWT. Manusia diberi kesempatan oleh Allah untuk

[2] Hasan Basri, *Merawat Cinta Kasih*, Cet.1 (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1996) hal. 55.
[3] Muswidin, Musthofa bied Al-bughe, Al-Wasi sarah kitab Arba'in An-nawawiyah, (jakarta : Al-iktishom, 2011) hal.4

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

merencanakan dan berusaha semaksimal mungkin agar mendapat hasil yang terbaik.

Oleh karena itu ramalan merupakan suatu perbuatan yang dilarang agama temasuk bagi yang mempercayainya. Orang-orang yang mempercayai ramalan akan menjadikannya sebagai orang kufur. Mengingkari kemahaan Allah atas segala yang terjadi pada diri manusia. Sebagaimana yang ditekankan dalam hadist berikut ini :

مَنْ أَتَى كَاهِناً أَوْ عَرَّافاً فَصَدَّقَهُ بِمَا يَقُوْلُ فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أُنْزِلَ عَلَى مُحَمَّدٍ(رواه ابوا داود)

Artinya : “Barang siapa mendatangi dukun atau peramal lalu mempercayai apa yang dia katakan maka dia telah kafir dengan apa yang diturunkan kepada Muhammad .”(HR Abu Daud)[4]

Percaya terhadap ramalan dari manusia selain utusan Allah merupakan perbuatan keji karena hal tersebut juga merupakan perbuatan yang mempersekutukan Allah SWT. Dan Allah melarang makhluknya untuk berbuat keji sebagaimana dalam Firmannya dalam Surat Al-A’raf ayat 33 berikut ini :

قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّيَ ٱلْفَوَٰحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَٱلْإِثْمَ وَٱلْبَغْيَ بِغَيْرِ ٱلْحَقِّ وَأَن تُشْرِكُوا۟ بِٱللَّهِ مَا لَمْ يُنَزِّلْ بِهِۦ سُلْطَٰنًا وَأَن تَقُولُوا۟ عَلَى ٱللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٣﴾ (الاعراف 33)

Katakanlah: "Tuhanku hanya mengharamkan perbuatan yang keji, baik yang nampak ataupun yang tersembunyi, dan perbuatan dosa, melanggar hak manusia

[4] Abu Daud, Bulughul Maram, (Bandung : Diponegoro, 2002) hal. 477

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

tanpa alasan yang benar, (mengharamkan) mempersekutukan Allah dengan sesuatu yang Allah tidak menurunkan hujjah untuk itu dan (mengharamkan) mengada-adakan terhadap Allah apa yang tidak kamu ketahui."[5](QS. Al-a'raf 33)

Dari hadist-hadist dan ayat Al-Qur'an yang telah dipaparkan di atas maka sudah jelas bahwa hukum ramalan adalah haram. Haram pula bagi kita untuk mendatangi, menanyakan sesuatu, dan mempercayai apa yang diucapkan oleh dukun/tukang ramal. Apabila yang diucapkan peramal tersebut adalah benar, maka itu hanyalah sebuah kebetulan semata. Namun demikian betapa banyak ramalan seorang peramal meleset dan tidak sesuai dengan kenyataan. *Allaahu a'lam*.

Pikiranya dihantui bayang-bayang ramalan tersebut, keyakinanya menjadi irasional dan mampu mengubah secara dramatis akan mempengaruhi kehidupanya. Keyakinan negatif yaitu keyakinan tidak logis tapi dia meyakini seolah-olah itu sangat nyata. Dia Menyakini ramalan itu sampi cemas memikirkanya. kecemasan merupakan suatu respon dari pengalaman yang dirasa tidak menyenangkan dan di ikuti perasaan gelisah, khawatir, dan takut. Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan yang sifatnya subjektif dan timbul karena menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan

[5] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemah*, (Diponegoro : AL-Hikmah, 2008), Hal.154

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

konflik sehingga biasanya individu tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan.[6]

Pada penelitian ini, ada beberapa orang yang pernah diramal oleh seorang peramal. Seperti yang terjadi di Desa Banten, seorang anak SMA sebut saja ia mawar (samaran) mengaku pernah di ramal oleh salah seorang temanya, menurut ungkapan mawar, temanya itu memiliki indra keenam. mawar diramal bahwa tidak lama lagi akan diputuskan oleh kekasihnya karna kekasihnya tersebut menyukai orang lain. Mawar mempercayai omongan temannya tersebut.[7] Kasus lain terjadi didesa paciran, seorang istri yang diramal oleh seorang peramal bahwa rumah tangganya akan mengalami kesulitan ekonomi dan istri tersebut percaya terhadap ramalan yang ditujukan kepadanya itu.

Pada penelitian ini peneliti mengangkat suatu masalah yang juga berkaitan dengan kecemasan akibat sebuah ramalan. Kecemasan yang dialami oleh seorang wanita sebut saja ifa (samaran) yang jika dilihat dari penampilannya maka seperti tidak ada kekurangan. Wanita ini berparas cantik dan menarik serta sangat modis. Ifa adalah seorang wanita yang memiliki pembawaan yang ceria, ramah dan mudah bergaul dengan orang lain sehingga ia memiliki banyak teman di sana-sini. Ifa berasal dari keluarga yang berada. Sejak kecil ia tidak pernah merasa kekurangan apapun dari segi materi. Keluarganya sangat memanjakannya, bahkan ketika ifa telah lulus kuliah dan mulai bekerja ia tetap mendapat uang bulanan dari keluarganya yang jumlahnya pun tidak sedikit.

---

[6] Kartini kartono dan dali gulo,*kamus psikologi* (bandung: pioner jaya, 1897) hal,25
[7] Sujatmiko Pujitono,"*Ramalan Yang Terlewatkan* "Jawa Pos (5 November 2007**)**

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

Satu hal yang peneliti nilai kurang baik dari ifa adalah jika ada orang lain yang lebih cantik dan lebih modis darinya, ia seringkali menggunjingkannya di belakang.

Kasus yang terjadi pada klien ini adalah tentang adanya sebuah ramalan yang ditujukan kepadanya dari seorang pemilik butik. klien ini diramal akan terlambat mendapatkan jodoh. awal dari ketika konseli mengantarkan adik kelasnya yang bernama nia (nama samaran) ke sebuah butik, Sesampainya di butik mereka disambut dengan hangat oleh seorang ibu yang merupakan pemilik butik. Tanpa berlama-lama lagi konseli dan nia lansung memilih kebaya yang cocok untuk nia. Si pemilik butik pun dengan sukarela membantu mereka memilih kebaya yang dicari. tiba-tiba pemilik butik tersebut mendekati konseli sambil bertanya tentang nia yang akan diwisuda. Tak lama setelah membicarakan nia, pemilik butik tersebut kemudian berkata kepada konseli bahwa ia akan terlambat mendapatkan jodoh.

Sebelumya konseli juga pernah mendapat ramalan tentang terlambat mendapatkan jodohnya. Menurut cerita konseli pernah diramal dirumah temanya.

Dari ramalan-ramalan itu klien sering cemas, menangis, kalau malam merenung sendiri dikamarnya. Semenjak itulah Klien dihantui pemikiran yang irasional.

B. Rumusan Masalah

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

Berdasarkan latar belakang permasalahan tentang tema diatas, maka peneliti memfokuskan permasalahan yang dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Faktor-faktor apa sajakah yang menyebabkan seorang wanita itu mempercayai ramalan bahwa ia akan terlambat mendapatkan jodoh?
2. Apa saja dampak psikologis yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh?
3. Bagaimana proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh) ?
4. Bagaimana hasil akhir pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh) ?

C. Tujuan penelitian

Bertitik tolak pada rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui faktor- faktor yang menyebabkan seorang wanita itu mempercayai ramalan tersebut
2. Untuk mengetahui dampak psikologis yang dialami Seorang wanita Yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh
3. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh) ?

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

4. Untuk mengetahui akhir dari pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi kecemasan (study khasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini diharapkan sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
   a. Memberikan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti lain dalam bidang Bimbingan Konseling Islam tentang pengembangan Terapi Rasional Emotif dalam menghadapi.seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.
   b. Sebagai sumber informasi dan referensi tentang seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh dengan menggunakan pendekatan konseling.
2. Secara Praktis
   a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu para teman-temanya untuk memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.
   b. Menjadi bahan pertimbangan dalam melaksanakan tugas penelitian.

E. Definisi konsep

Dalam pembahasan ini perlulah kiranya peneliti membatasi dari sejumlah konsep yang diajukan dalam penelitian dengan judul "Bimbingan Konseling Islam dengan terapi rasional Emotif dalam

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

mengatasi kecemasan " (Studi Kasus Seorang wanita Yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh Di Desa sampang)"

adapun definisi konsep dari penelitian ini antara lain :

1. Bimbingan konseling islam

   Pengertian konseling islam yang menurut Arifin yaitu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberi banntuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam hidupnya agar orang tersebut mempu mengatasi sendiri karna timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan tuhan yang maha esa, sehingga timbul pada dirinya cahaya hidup yang bahagia dan sejaterah.[8]

2. Terapi Rasional Emotif

   Terapi Rasional Emotif adalah terapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualisasikan diri. Akan tetapi,

[8] *H.M.arifin,pokok-pokok pikiran tentang bimbingan dan penyuluhan agama,(jogjakarta: bulan bintang, 1978)hal.25*

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

manusia juga memiliki kecenderungan-kecenderungan ke arah menghancurkan diri.

Tujuan dari terapi ini adalah meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri dari klien dan membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistik.[9]

3. Kecemasan

Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan yang sifatnya subjektif dan timbul karena menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan konflik dan biasanya individu tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan. [10]

4. Jodoh

Kita kaji lagi ke Al-qur'an tentang kita laki-laki dan perempuan di ciptakan berpasangan, berarti Allah tidak pernah menyatakan syarat mutlak perjodohan yaitu dari jenis yang satu laki-laki dan jenis perempuan, disini jelas bahwa setiap lawan jenis kita tentunya yang bukan muhrim (aturan) berhak "berjodoh" dengan diri kita.

[9] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2007) hal. 238.

[10] *Kartini kartono,Gangguan-gangguan jiwa(Bandung; sinar baru,1981) hal.139*

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

Langgeng tidaknya pernikahan atau hubungan itu tergantung kecocokan masing-masing. Kecocokan itu lebih tepat dikatakan sebagai kata berjodoh. Sebagai orang yang beriman maka hal ini di yakini sebagai tolak ukur peningkatan iman terhadap yang maha kuasa.[11]

Setiap manusia ingin memiliki jodoh yang sesuai dengan keinginnya masing-masing, adapun ada buku yang menjelaskan tentang strategi memilih jodoh, antara lain : perkenalan, penelitian, factor agama, factor sekufu, dan factor cinta.[12]

Yang dimaksud dengan bimbingan konseling islam disini adalah pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien dalam upaya mengarahkan pemikiran atau paradigma salah yang berkembang pada diri klien, serta menyadarkan tentang kecemasan yang selama ini di alami oleh klien terhadap ramalan akan terlambat mendapatkan jodoh . Untuk itulah pada penelitian ini penulis menggunakan Terapi Rasional Emotif sebagai teknik pemecahan masalah yang dihadapi oleh klien.

F. Kerangka Teori

Dalam peneliti mengunakan teori TRE di kembangkan oleh seorang Albert Ellis pada tahun 1962, terapi ini bertujuan mengubah pola pikir seorang yang Irasional menjadi rasional Permasalahan yang diteliti

[11] Ekowardoyo.multiply.com/reviews/item/3 di akses 22 juni 2012 jam 10
[12] Chandrawaty Arifin dkk, *Strategi Memilih Jodoh* ,(Jakarta, PT.RINEKA CIPTA, 1993) hal.1

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

tentang bimbingan konseling Islam dengan terapi Rasioanal Emotif mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh di desa Sampang). Dimana dalam penerapannya klien diubah cara berfikirnya yang irasional menjadi rasional sehingga klien dapat melakukan apa yang menjadi keinginannya.

G. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara *holistic* dengan cara mendeskripsikan dalam bentuk kata- kata atau bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.[13]

Jadi pendekatan kualitatif yang penulis gunakan pada penelitian ini digunakan untuk memahami fenomena yang dialami oleh klien secara menyeluruh yang di deskripsikan berupa kata-kata atau bahasa untuk kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip dan definisi secara umum.

[13] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 6.

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

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitiaan study kasus *(case study)*, adalah penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan atau khas dari keseluruhan personalitas.[14]

Jadi pada penelitian ini, Penulis menggunakan penelitian studi kasus karena penulis ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara rinci dan mendalam selama waktu tertentu untuk membantunya memperoleh penyesuaian diri yang lebih baik.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian disini adalah seorang wanita yang bernama ifa (nama samaran) berusia 24 tahun di desa Sampang .

3. Jenis dan Sumber data

a. Jenis data

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang bersifat non statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk kata verbal bukan dalam bentuk angka.

Adapun jenis data pada penelitian ini adalah:

1) Data Primer yaitu data yang langsung diambil dari sumber pertama di lapangan. Yang mana dalam hal ini diperoleh dari deskripsi tentang latar belakang dan masalah klien, perilaku

[14] Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988) hal. 63-66.

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

atau dampak yang dialami klien, pelaksanaan proses konseling, serta hasil akhir pelaksanaan konseling

2) Data Sekunder yaitu data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.[15] Diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan klien, riwayat pendidikan klien, dan perilaku keseharian klien.

[15] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif Dan Kualitatif* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hal. 128.

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

b. Sumber data

Untuk mendapat keterangan dan informasi, penulis mendapatkan informasi dari sumber data, yang di maksud dengan sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh.[16]

Adapun sumber datanya adalah:

1) Sumber Data Primer yaitu sumber data yang langsung diperoleh penulis di lapangan yaitu informasi dari klien yakni seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh , Serta Konselor yang melakukan Konseling.
2) Sumber data sekunder yaitu sumber data yang diperoleh dari orang lain guna melengkapi data yang penulis peroleh dari sumber data primer. Sumber ini penulis peroleh dari informan seperti: teman Klien, tetangga dan keluarga Klien.

4.Tahapan-tahapan penelitian

Dengan mengunakan acuan Bogdan yang dikutip dalam buku penelitian kualitatif Lexy J. Moloeng bahwa penelitian kualitatif ada 3 tahapan yaitu[17]

a. Tahap pra lapangan

[16] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Dan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006) hal. 129.

[17] J. Moleong, *Metodologi penelitian kualitatif,* (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2001) hal.85-103

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

Merupakan tahap penjajakan penelitian lapangan dalam suatu penelitian. Ada yang harus dilakuakan oleh peneliti pada tahap ini yaitu:

1. Menyusun rancangan penelitian.

   Rancangan penelitian dibuat sebagai persyaratan sebelum peneliyi melakukan penelitian dilapangan. Perizinan dari pihak akademik harus peneliti selesaikan dulu sebelum melakukan penelitian dilapangan

2. Memilih lapangan penelitian

   Dengan memilih bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan(study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh didesa sampang) menjadi objek penelitian dalam menentukan lapoan penelitian perlu mempertimbangkan teori subtantif yaitu untuk melihat apakah terjadi kesesuaian dengan kenyataan dilapangan.

3. Mengurus perizinan

   Sebagai awal dari proses ini peneliti melakukan sejak dari pengajuan judul pada kajur BPI, setelah mengadakan konsultasi pengajuan judul penelitian dilanjutkan dengan rancangan penelitia pengurus perizinan mulai dari pihak Dekan Fakultas Dakwah sampai pada instansi-instansi atau lembaga terkait.

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

4. Menjajaki dan menilai keadaan lapangan

   Dalam rangka menjajaki dan menilai keadaan lapangan, peneliti melakukan wawancara dengan orang-0rang terdekat klien seperti keluarga, tetangga atau wawancara terhadap informan yang siap membantu peneliti

5. Memilih dan memanfaatkan informan

   Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar-belakang penelitian. Karna itulah informan harus benar-benar orang yang mempunyai pengetahuan tentang hal yang terkait dengan penelitian ini.

6. Menyiapkan perlengkapan peneltian

   Dalam perlengkapan ini, peneliti menyiapkan seperti alat tulis (Bolpoin, kertas, buku catatan, buku panduan penelitian dan lain-lain). Selain itu perlengkapan dipersiapkan untuk membuat laporan hasil penelitian seperti seperangkat computer.

7. Persoalan etika penelitian

   Salah satu ciri utama penlitian kualitatif ialah orang sebagai alat yang mengumpulkan data, sehinga perlu memperhatikan etika dalam masyrakat yang menjadi tempat obyek penelitian karna pada dasarnya penelitian

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

ini menyangkut hubungan antara peneliti dengan penelitian.

b. Tahap pekerjaan lapangan

Dalam tahapan ini peneliti mulai terjun di lapangan penelitian. Mulai dari pendektan dengan klien, keluarga klien, sehinga bisa mendapatkan informasi selengkapan. Langkah selanjutnya melakukan proses konseling.

c. Tahap analisis data

Dalam analisis data ini, peneliti mulai menganalisis data klien dan menganalisis proses konseling dengan mengkomparasikan terlebih dahulu proses pelaksanaan konseling tersebut, terta melihat kondisi klien sebelun dan sesudah dilaksanakanya kegiatan konseling.

5. Teknik pengumpulan data

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

a. Observasi

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

Diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematik terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati klien meliputi: Kondisi Klien, kegiatan klien, proses konseling yang dilakukan.

b. Wawancara

Merupakan salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data yang berupa dialog tanya jawab secara lisan baik langsung maupun tidak langsung.[18] Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk mendapat informasi mendalam pada diri klien yang meliputi: Identitas diri klien, Kondisi keluarga, lingkungan dan ekonomi klien, serta permasalahan yang dialami klien.

c. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan.. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.[19] Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk

[18] Djumhur dan M. Suryo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah* (Bandung: CV. Ilmu, 1975) hal. 50.

[19] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2008) hal. 240.

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

mendapat gambaran tentang lokasi penelitian yang meliputi: Jumlah penduduk, Batas wilayah, kondisi serta data lain yang menjadi data pendukung dalam lapangan penelitian

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

Tabel 1.1

Jenis Data, sumber data, dan teknik Pengumpulan Data

NO	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1	a. Identitas klien b. Pendidikan klien c. Usia klien d. Problem dan gejala yang di alami e. Proses konseling yang dilakukan	Klien	W+O
2	a. Identitas konselor b. Pendidikan konselor c. Usia konselor d. Pengalaman dan proses konseling yang dilakukan konselor	Konselor	W+O
3	a. Kebiasaan klien Kondisi keluarga lingkungan dan	Informan(tetangga, keluarga dan teman klien)	W+O

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

	ekonomi klien		
4	a. Luas wilayah penelitian b. Jumlah penduduk c. Batas wilayah	Gambaran Lokasi penelitian	O+D+W

D : Dokumentasi

O : Observasi

W : Wawancara

6. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memili menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukannya pola, dan menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, kemudian memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.[20]

Teknis analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data diperoleh. Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif komparatif yaitu setelah data terkumpul dan diolah maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut. Analisa yang dilakukan untuk mengetahui Faktor-faktor yang menyebabkan seorang wanita mempercayai

[20] Lexy J. Moleong, *Metodologi penelitian kualitatif,* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya,2001)hal. 248.

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

ramalan tersebut, dan bagaimana dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh ini.

selanjutnya analisa proses serta hasil pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif dalam mengatasi kecemasan dilakukan dengan analisis deskriptif komparatif, yakni membandingkan pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam di lapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses konseling.

7. Teknik keabsahan data

Keabsahan data merupaka salah satu objektifitas dari hasil penelitian yang dilakukan. Maka langkah-langkah yang harus ditempuh peneliti adalah:

a. Perpanjang keikut sertaan

Dalam melakukan penelitian, Peneliti memerlukan perpanjangan keikut sertaan pada latar penelitian. Hal ini di maksudkan untuk membangun kepercayaan para subyek terhadap peneliti dan juga kepercayaan diri peneliti sendiri.

b. Ketekunan pengamatan

Pada tahap ini Menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur tentang situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang di cari dan kemudian memusatkan diri pada hal secara rinci. Peneliti mengadakan pengamatan dengan teliti dan rinci secara berkesinambungan terhadap faktor-faktor yang

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

menonjol Kemudian menelaah secara rinci sampai pada pemeriksaan tahap awal tampak salah satu atau seluruh faktor yang ditelaah sudah dipahami dengan cara yang biasa. Untuk keperluan itu teknik ini menuntut agar peneliti mampu menguraikan secara rinci

c. Triangulasi

Trianggulasi adalah teknik pemerikasaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Trianggulasi dibedakan atas empat macam yakni:

1) Trianggulasi data (*data triangulation*) atau trianggulasi sumber, adalah penelitian dengan menggunakan berbagai sumber data yang berbeda untuk mengumpulkan data yang sejenis.
2) Trianggulasi peneliti (*investigator triangulation*), yang dimaksud dengan cara trianggulasi ini adalah hasil penelitian baik data ataupun simpulan mengenai bagian tertentu atau keseluruhannya bisa diuji validitasnya dari beberapa peneliti.
3) Trianggulasi metodologis (*methodological triangulation*), jenis trianggulasi ini bisa dilakukan oleh seorang peneliti dengan mengumpulkan data sejenis tetapi dengan menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda.
4) Trianggulasi teoretis (*theoretical triangulation*), Trianggulasi ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan perspektif lebih dari satu teori dalam membahas permasalahan yang dikaji.

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

Adapun trianggulasi yang peneliti terapkan dalam penelitian ini adalah trianggulasi data dan trianggulasi metode.

Dalam trianggulasi data atau sumber, peneliti menggunakan beberapa sumber untuk mengumpulkan data dengan permasalahan yang sama. Artinya bahwa data yang ada di lapangan diambil dari beberapa sumber penelitian yang berbeda-beda dan dapat dilakukan dengan :

1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
2) Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
3) Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu.
4) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan menengah atau tinggi, orang berada, orang pemerintahan.
5) Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Sedangkan trianggulasi metode yang peneliti terapkan bahwa pengumpulan data dilakukan melalui berbagai metode atau teknik pengumpulan data yang dipakai. Hal ini berarti bahwa pada satu kesempatan peneliti menggunakan teknik wawancara, pada

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

saat yang lain menggunakan teknik observasi, dokumentasi, dan seterusnya. Penerapan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda ini sedapat mungkin untuk menutupi kelemahan atau kekurangan dari satu teknik tertentu sehingga data yang diperoleh benar-benar akurat.[21]

d. Kecukupan referensial

Sebagai alat penampung dan menyesuaikan dengan kritik tertulis untuk keperluan evaluasi.

e. Pengecekan anggota

Anggota yang terlibat dalam proses pengumpulan data sangat penting dalam pemeriksaan derajat kepercayaan. Yang di cek dengan anggota yang terlibat meliputi data, kategori analitis dan kesimpulan

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pada pembahasan skripsi antara lain;

Bab I: Pendahuluan, menjelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, memanfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

Bab II : Kerangka, menyakikan tentang teori yaitu kajian pustaka dan kajian teori. Dalam kajian pustaka membahas tentang hal-hal yang berkaitan dengan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seseorang wanita yang diramal akan terlambat

[21] www.digilibuns.ac.id di akses pada tanggal 17 Maret 2011, di akses 15 maret 2012 jam 21.09

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

mendapatkan jodoh. Sedangkan dalam kajian teori membahas tentang penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III: metode penelitian mmbahas tentang motode penelitian yang meliputi pendekatan dan jenis penelitian, subjek penelitian, jenis dan sumber data.

Bab IV : Penyajian dan analisis data, diantaranya masalah setting peneltian, penyajian data, analisis data dan pembahasan, yaitu bimbingan dan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seseorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

Bab V: Penutup, merupakan bagian terakhir. Disini membahas mengenai kesimpulan, saran dan lampiran-lampiran

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

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian konseptual teoristis

1. Bimbingan dan Konseling Islam

   a. Pengertian Bimbingan dan konseling islam

Jika kita mempelajari bimbingan konseling islam, kita mendapatkan istilah yang kita pahami, yaitu bimbingan dan konseling beberapa seorang ahli banyak yang memberikan pengertian istilah di atas, walaupun berbagai ahli yang berpendapat berbeda-beda antara satu dengan lainya, tetapi hakekatnya masih sama tujuanya.

Beberapa ahli dalam memberikan pengertian tentang bimbingan.

Menurut Achmad mubarok dalam bukunya Al-irsyad dan nafsy konseling Islam Teori dan kasus kata bimbingan terjemahan dari bahasa inggris *guidance* yang berasal dari *to guide* yang artinya menunjukkan, tuntunan dan bantuan. Kata bimbingan penyuluhan maksudnya adalah "Suatu pekerjaan pemberian bantuan psikologi kepada seseorang yang merasa psikologis memang membutuhkannya yakni membantu agar yang bersangkutan dapat menyelesaikan atau mengatasi sendiri problem atau pekerjaan yang sedang dihadapinya"[1]

[1] Achmad mubarok,AL-Irsyad dan Nasfsy,*Konseling Islam Teori dan kasus*.(Jakarta : Bina Rena pariwari,2000)hal.2

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

Menurut A.J Jones menyatakan bahwa Bimbingan merupakan "proses pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian dan pemecahan masalah "[2]

Menurut Dewa ketut sukardi pengertian konseling adalah bantuan yang diberikan kepada klien dalam memecahkan masalah secara face to face dengan cara yang sesuai dengan keadaan klien yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan.[3]

Menurut Achmad juntika nurihsan, dalam bukunya yang berjudul "Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan" sebagai berikut ; upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkunganya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif prilakunya.[4]

Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada seseorang agar mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya sendiri dalam mengatasi persoalan-persoalan, sehinga mampu menentukan jalan hidupnya secara tanggung jawab, Usaha ini dilaksanakan secara bertahap sistematis dan sadar didalam memberikan bantuan kepada individu dan kelompok yang bermasalah

---

[2] Singgih Gunasa,*psikologi untuk membimbing*, (Jakarta : PT. Gunung mulia, 2002) hal.12

[3] Dewa ketut sukardi,*Dasar-dasar Bimbingan dan penyuluhan di sekolah* (Surabaya: Usaha nasioanal 1993)hal.105

[4] Achmad juntika nurihsan, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung, PT. Refika aditama, 2006) hal.10

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

maupun yang tidak bersalah, dengan memfungsikan nilai-nilai (Ajaran) agama pada dirinya melalui kesadaran akan potensi dirinya, sehingga mereka mampu menyadari kembali akan eksistensinya, sehingga makhluk Allah yang sebenarnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk allah dan tercapainya kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

b. Tujuan bimbingan konseling Islam

Menurut Tohirin tujuan bimbingan konseling Islam ada empat yaitu:

1) Membantu mengembangkan kualitas kesehatan mental klien.
2) Membantu klien untuk menangulangi problem kehidupan secara mandiri.
3) Membantu mengembangkan kualitas kepribadian individu yang di bimbing atau di konseli.
4) Membantu mengembangkan prilaku yang efektif pada diri individu dan lingkungan.[5]

c. Fungsi bimbingan dan konseling Islam

Menurut Ainur faqih fungsi bimbingan dan konseling Islam sebagai berikut :

1) Fungsi preventif yaitu membantu individu menjaga untuk mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
2) Fungsi kuratif atau korektif yaitu mebantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

[5] Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta : PT. Raja Grafindo, 2007) hal.36

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

3) Fungsi preservatif yaitu membantu individu agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik menjadi baik.
4) Funsi developmental atau pengembangan yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar menjadi lebih baik.[6]

d. Prinsip Bimbingan Konseling Islam

1) Membantu individu untuk mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakikatnya (mengingatkan kembali akan fitrahnya).
2) Membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, baik dan buruknya, kekuatan dan kelemahannya, sebagai sesuatu yang telah ditakdirkan oleh Allah, namun manusia hendaknya menyadari bahwa diperlukan ikhtiar sehingga dirinya mampu *bertawakkal* kepada Allah SWT.
3) Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya.
4) Membantu individu menemukan alternatif pemecahan masalah.
5) Membantu individu mengembangkan kemampuannya mengantisipasi masa depan, sehingga mampu memperkirakan kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan keadaan sekarang dan memperkirakan akibat yang akan terjadi, sehingga membantu

[6] Ainur Rahim faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Jogjakarta : UII Press, 2001) hal.37

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

mengingat individu untuk lebih berhati- hati dalam melakukan perbuatan dan bertindak.[7]

e. Unsur-unsur bimbingan dan konseling Islam

1) Konselor.

Konselor adalah orang yang mempunyai kemampuan (kompetensi) untuk melakukan bimbingan konseling Islam. Konselor yaitu orang yang memiliki pengetahuan dan berbagai cara dalam proses konseling. [8] seorang konselor harus mempunyai atau setidaknya mengacu pada sifat rosul sebagaimana terdapat dalam Al-Qur'an surat Taubah ayat 128.

لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم

بِٱلْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢٨﴾ (التّوبة ١٢٨)

"Sungguh Telah datang kepadamu seorang Rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kasihan lagi Penyayang terhadap orang-orang mukmin."[9]

[7] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*. hal. 35-40.
[8] Hasan Langgulung, *Teori-teori Kesehatan Menta*l (Jakarta ; pustaka Al-Husnah,1992)hal.452
[9] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemah*, (Diponegoro : AL-Hikmah, 2008), Hal.207

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

M.Arifin menjelaskan bahwa untuk menjadi konselor harus memiliki syarat-syarat diantaranya.

(a) Memiliki pribadi yang menarik, serta berdedikasi yang tinggi dalam tugasnya.

(b) Memiliki comitmen dengan nilai-niai kemanusian.

(c) Bersikap terbuka artinya tidak suka menyembunyikan sesuatu maksud yang tidak baik.

(d) Mempunyai kepribadian yang simpatik.

(e) Memiliki kepekaan terhadap kepentingan klien.

(f) Memiliki kematangan jiwa (kedewasaan) dalam segala perbuatan lahiriyah an batiniyah.[10]

2) Klien (Konseli)

Klien atau konseli adalah individu yang mengalami kesulitan atau hambatan yang perlu bantuan orang lain untuk menyelesaikan.

Dalam buku bimbingan konseling menurut W.S. Winkel menyebutkan ada beberapa syarat klien sebagai berikut :

(a) Keberanian untuk mengekspresikan diri, kemampuan untuk mengutarakan persoalan, untuk mengungkapkan perasan dan untuk memberikan informasi data-data yang diperlukan.

[10] Djumhur dan Moh.Surya, *Bimbingan konseling Islam* (guidance and counseling), (Bandung ; CD, Ilmu, 1975) hal.47-49

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

(b) Motivasi yang mengantung keinsafan adanya suatu masalah sedia untuk membicarakan masalah itu dengan konselor dan keinginan untuk mencari penyelesaian.

(c) Keinsafan atau tanggung jawab dan akan keharusan berusaha sendiri.

Uraian tersebut klien adalah individu yang mempunyai masalah yang tidak dapat diselesaikan sendiri dan membutuhkan bantuan orang lain atau konselor untuk mencari alternatif dan motivasi klien agar tetap dalam menjalani hidupnya dan dapat menerima kenyataan hidupnya. [11]

Kartini kartono mengungkapkan klien itu hendaknya mempunyai sikap diantaranya :

(a) Terbuka

Terbuka artinya klien bersedia mengungkapkan segala yang di perlukan demi kelancaran proses bimbingan dan kenseling.

(b) Percaya

Percaya artinya klien percaya bahwa semua proses bimbingan berjalan efektif, juga mempercayai konselor, dan konselor bersedia membantunya dan serta tidak akan membocorkan rahasia kepada siapapun.

[11] H.M.Arifin, *Pedoman Pelaksana Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden Terahu Press) hal.76

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

(c) Bertanggung jawab

Tanggung jawab artinya klien bersedia dengan sungguh-sungguh untuk melibatkan diri dan ikut serta dalam proses bimbingan dan konseling.

3) Masalah

Masalah adalah suatu kendala atau persoalan yang harus dipecahkan dengan kata lain, masalah merupakan kesenjangan antara kenyataan dengan apa yang diharapkan. Pengertian dari perspektif bimbingan dan konseling islam masalah merupakan ketidak seimbangan batin yang disebabkan oleh adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan.

f. Asas-asas bimbingan konseling Islam

1) Asas Kebahagiaan dunia dan akhirat

Bimbingan dan konseling islam tujuan akhirnya adalah membantu klien, atau konseli, yakni orang yang dibimbing mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat khususnya bagi orang muslim.

2) Asas Fitrah

Manusia menurut Islam dilahirkan dalam atau dengan membawa fitrah yaitu berbagai kemampuan potensial berfariasi dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan Konseling membantu klien, konseling untuk mengenal dan memahami fitrahnya itu, atau mengenal kembali

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

fitrahnya tersebut yang pernah"tersesat" menghayatinya sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahgiaan hidup di dunia dan di akhirat.

3) Asas Lillahi ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam diselanggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih, sementara yang dibimbing meminta bimbingan konseling dengan ikhlas, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang mengabdi kepada-Nya.

4) Asas Bimbingan seumur hidup

Manusia hidup tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia.dalam asas ini sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup,karna belajar menurut islam wajib dilakukan oleh semua orang islam,tanpa membedakan usia.

5) Asas kesatuan jasmaniah-rohaniah

Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmani-rohani. Bimbingan dan konseling islami memprlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidk memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniah semata.

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

6) Asas keseimbangan rohania

Rohani manusia mempunyai daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu. Bimbingan dan Konseling Islami menyadari bahwa keadaan kodrat manusia tersebut, dan dengan berpijak pada firman-firman Tuhan serta hadits nabi dapat membantu klien atau yang dibimbing memperoleh keseimbangan diri dari segi mental rohani tersebut.

Orang yang dibimbing diajak untuk mengetahui segala sesuatu yang perlu diketahuinya, kemudian dipikirkannya. sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja.kemudian berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih diperoleh keyakinan tersebut.

7) Asas kemajuan dan Individu

Bimbingan dan Konseling Islam berlangsung pada citra manusia, Islam memandang individu merupakan suatu wujud (eksistensial) tersendiri.Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan antara satu dengan lainya. serta mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental dan potensial rohaniyahnya.

8) Asas sosialitas manusia

Manusia merupakan makhluk sosial. Hal ini diakui dan diperhatikan dalam bimbingan dan konseling islam. pergaualn, cinta, kasih, rasa aman,rasa memiliki dan dimiliki dan lain-

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

lain.semua itu merupakan aspek-aspek yang diperhatikan dalam bimbingan dan konseling.

9) Asas kekholifaan manusia

Manusia menurut islam,diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar sebagai penglola alam semesta ini sebaik mungkin.

10) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, kesetaraan, keseimbangan keserasian dalam berbagai segi. Dengan kata lain Islam menghendaki manusia berlaku ”adil” terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, “hak” alam semesta (hewan, tumbuhan), dan juga hak tuhan.

11) Asas pembinaan akhlakul karimah

Menurut pandangan Islam, manusia memiliki sifat-sifat yang baik, sekaligus memiliki sifat-sifat yang lemah. Sifat-sifat yang baik merupakan sifat-sifat yang dikembangkan oleh bimbingan dan konseling Islami. Bimbingan dan konseling Islami membantu klien atau yang dibimbing, memelihara,mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik tersebut. Sejalan dengan tugas dan fungsi Rasulullah diutus oleh Allah SWT.

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

12) Asas kasih sayang

Setiap manusia memerlukan kasih sayang dan rasa sayang dari orang lain. Rasa sayang itu dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan berlandaskan kasih sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah Bimbingan dan Konseling akan berhasil.

13) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan dan konseling Islami kedudukan pembimbing atau konselor dengan orang yang dibimbing atau klien pada dasrnya sama atau sederajat, perbedaanya terletak pada fungsinya saja. Yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang lain menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing dengan yang dibimbing merupakan hubungan yang saling mnghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

Pembimbing dipandang diberi kehormatan yang dibimbing karena dirinya dianggap mampu memberikan bantuan atau dihargai boleh pembimbing dengan cara yang bersangkutan bersedia membantu atau membimbingnya.

14) Asas musyawarah

Bimbingan dan Konseling islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara konselor dengan yang dibimbing atau

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

klien terjadi dialog yang baik. Satu sama lain tidak saling menditekan, Tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

15) Asas keahlian

Bimbingan dan konseling Islami dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan keahlian dibidang tersebut ,baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling , maupun dalam bidang yang terjadi permasalahan (obyek garapan /materi bimbingan dan konseling.[12]

g. Langkah-langkah bimbingan dan konseling Islam

1) Analisis

Analisi adalah merupakan langkah untuk memahami kehidupan individu, yaitu dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber.

2) Diagnosis

Diagnosis adalah langkah menemukan masalah atau mengidentifikasi masalah. Langkah ini meliputi proses interprestasi data dalam kaitanya dengan gejala-gejala masalah, kekuatan dan kelemahan

3) Prognosis

Prognosis adalah langkah meramalkan akibat yang mungkin timbul dari masalah itu dan menunjukan perbuatan-perbuatan yang dapat dipilih.

[12] Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta:UII Press)2001 hal 21-35

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

4) Konseling

Konseling atau treatment Merupakan pemeliharaan yang berupa inti pelaksanaan konseling yang meliputi berbagai bentuk usaha, yaitu: menciptakan hubungan yang baik antara konselor dan klien, menafsirkan data, memberikan berbagai informasi, serta merencanakan berbagai bentuk kegiatan bersama klien.

5) Tindak lanjut

Tindak lanjut merupakab suatu langkah penentuan efektif tidaknya suatu usaha konseling yang telah dilaksanakan. Langkah ini merupakan langkah membantu klien melakukan program kegiatan yang dikehendaki atau membantu klien kembali memecahkan masalah-masalah baru yang berkaitan dengan masalah semula.[13]

2. Terapi Rasional Emotif

a. Pengertian Terapi Rasional Emotif

WS Winkel dalam bukunya"Bimbingan dan Konseling" menyatakan bahwa terapi Rasioanal Emotif adalah :

"Corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dan akal sehat, Berperasaan dan berprilaku serta sekaligus menekankan bahwa satu perubahan yang mendalam dan cara berfikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berprilaku, maka orang yang mengalami gangguan

[13] Dewa ketut sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (jakarta :PT Rineka cipta,2008)hal.181-185

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

dalam alam perasaannya harus dibantu untuk menuju kembali cara berfikiranya dan memanfaatkan akal sehat.[14]

Gunarsa, mengungkapkan bahwa Rasional Emotif adalah berusaha memperbaiki melalui pola berfikir dan menghilangkan pola berfikir yang irasional. Terapi dilihatnya sebagai usaha untuk mendidik kembali. Jadi terapi bertindak sebagai mendidik dengan antara lain memberikan tugas yang harus dilakukan pasien serta meengajarkan strategi tertentu untuk memperkuat proses berfikirnya.[15]

Sedangkan menurut Dewa ketut sukardi, mengatakan Terapi Rasional Emotif adalah "untuk mengatasi pikiran yang tidak logis tentang diri sendiri dan lingkunganya, konselor berusaha agar klien makin menyadari pikiran dan kata-katanya sendiri mengadakan pendekatan yang tegas melatih klien untuk bisa berfikir dan berbuat yang lebih realitis dan rasional".[16]

Dari pengertian Terapi Rasional Emotif diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa Terapi Rasional Emotif merupakan Terapi yang berusaha menghilangkan cara berfikir klien yang tidak logis serta mengantinya dengan sesuatu yang logis dan rasional dengan cara mengkonfrontasi klien dengan keyakinan-keyakinan, serta menyerang keyakinan yang irasional.

---

[14] Ws Winkel, *Bimbingan dan Konseling diinsitusi Pendidikan* (Jakarta : Gransindo, 1991) hal,364
[15] Singgih D Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (jakarta : Gunung mulia,2000)hal,236
[16] Dewa ketut sukardi, *Pengantar Pelaksanaan program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (jakarta :PT Rineka cipta, 2008) hal 99

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

Beberapa pandangan tentang manusia yang di ajukan oleh Albert Ellis.

1) Manusia dipandang sebagai makluk yang rasional dan irasional .
2) Pikiran, perasaan dan tingkah laku atau tindakan manusia suatu proses yang satu dengan yang lainya tidak dapat dipisahkan Terapi Rasional Emotif memandang bahwa manusia itu tidak akan lepas dari pikiran yang mempengaruhi perasaan dan tingkah laku, perasaan mempengaruhi pikiran dan tingkah laku.
3) Individu bersifat unik dan memiliki potensi untuk memahami keterbatasanya serta potensi mengubah pandangan dasar dan nilai-nilai yang diterimahnya secara tidak kritis, Terapi Rasional Emotif memandang bahwa manusia (individu) tidak memiliki potensi untuk berpandangan yang rasional dan realistis agar individu itu mampu melakukan adaptasi diri dengan lingkungan.

b. Tujuan Terapi Rasional Emotif

Tujuan utama dari Terapi Rasional Emotif yaitu menunjukan dan menyadarkan klien bahwa cara berfikir yang tidak logis itulah merupakan penyebab gangguan Emosionalnya atau dengan kata lain konseling Rasional Emotif tujuan membantu klien membebaskan dirinya dari cara berfikir atau idenya tidak logis dan mengantinya dengan cara-cara yang logis.

Sedangkan menurut bukunya”psikologi konseling” menyebutkan tujuan konseling pada dasarnya membentuk pribadi rasional dengan

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

jalan menganti cara-cara berfikir yang irasional, Dalam pandangan Ellis cara berfikir yang irasional itulah yang menjadi individu yang mengalami gangguan emosional.

c. Teknik-Teknik Terapi Rasional Emotif

1) Teknik-Teknik Kognitif

Teknik-teknik kognitif adalah teknik yang digunakan untuk mengubah cara berfikir klien. Dewa Ketut menerangkan ada empat teknik besar dalam teknik-teknik kognitif :

(a) Teknik Pengajaran

Dalam TRE, konselor mengambil peranan lebih aktif dari pelajar. Teknik ini memberikan keleluasan kepada konselor untuk berbicara serta menunjukkan sesuatu kepada klien, terutama menunjukkan bagaimana ketidaklogikan berfikir itu secara langsung menimbulkan gangguan emosi kepada klien tersebut.

(b) Teknik Persuasif

Meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya kerana pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar. Konselor langsung mencoba meyakinkan, mengemukakan berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh klien itu adalah tidak benar.

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

(c) Teknik Konfrontasi

Konselor menyerang ketidaklogikaan berfikir klien dan membawa klien ke arah berfikir yang lebih logik.

(d) Teknik Pemberian Tugas

Konselor memberi tugas kepada klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Misalnya, menugaskan klien bergaul dengan anggota masyarakat kalau mereka merasa dipencilkan dari pergaulan atau membaca buku untuk memperbaiki kekeliruan caranya berfikir.[17]

d. Langkah-langkah Terapi Rasional Emotif

Untuk mencapai tujuan diatas Terapi memiliki tugas-tugas antara lainya:

1) Langkah pertama

Menunjukan pada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, menunjukan bagaimana klien mengembangkan nilai-nilai sikapnya yang menujukan secara koqnitif bahwa klien telah memasukkan banyak keharusan, sebaiknya dan semestinya klien harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinannya yang rasional dan keyakinan irasional, agar klien mencapai kesadaran.

[17] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling*, (Ghalia Indonesia: Jakarta, 1985) hal. 91-92.

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

2) Langkah kedua

Membawa klien ke tahapan kesadaran dengan menunjukan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berfikir secara tidak logis dan dengan mengulang-ulang dengan kalimat-kalimat yang mengalahkan diri dan mengabadikan masa kanak-kanak, terapi tidak cukup hanya menunjukan pada klien bahwa klien memiliki proses-proses yang tidak logis.

3) Langkah ketiga

Berusaha agar klien memperbaiki pikiran-pikiranya dan meninggalkan gagasan-gagasan irasional.

4) Langkah keempat

Adalah menantang klien untuk mengembangkan filosofis kehidupanya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irasional.

e. Ciri-Ciri Terapi Rasional Emotif

Ciri-ciri terapi rasional emotif dapat di uraikan sebagai berikut:

1) Dalam menelusuri masalah klien yang di bantunya, konselor berperan lebih aktif di bandingkan klien. Maksudnya adalah bahwasannya peran konselor disini harus bersikap efektif dan memiliki kapasitas untuk memecahkan masalah yang di hadapi klien dan bersungguh-sungguh dalam mengatasi masalah yang di hadapi artinya konselor harus melibatkan diri dan berusaha

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

menolong kliennya supaya dapat berkembang sesuai dengan keinginan dan di sesuaikan dengan potensi yang di miliki nya.

2) Dalam proses hubungan konseling harus tetap di ciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien. Dengan sikap yang ramah dan hangat dari konselor akan mempunyai pengaruh yang penting demi suksesnya proses konseling sehingga dengan terciptanya proses yang akrab dan rasa nyaman ketika berhadapan dengan klien.
3) Tercipta dan terpeliharanya hubungan baik ini di pergunakan oleh konselor untuk membantu klien mengubah cara berfikirnya yang tidak rasional menjadi rasional.
4) Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak banyak menelusuri masa lampau klien.
5) Diagnosis (rumusan masalah) yang di lakukan dalam konseling rasional emotif bertujuan untuk membuka ketidak logisan cara berfikir klien. Dengan melihat permasalahan yang di hadapi klien dan faktor penyebabnya, yakni menyangkut cara pikir klien yang tidak rasional dalam menghadapi masalah, yang pada intinya menunjukkan bahwa cara berpikir yang tidak logis itu sebenarnya menjadi penyebab gangguan emosionalnya.[18]

[18] Dewa Ketut Sukardi, Pengantar Teori Konseling, hal. 89.

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

3. Kecemasan

a. Pengertian kecemasan

Dalam kamus W.J.S Purwadarminta, kecemasan adalah asal kata dari cemas yaitu merasa sangat gelisah, takut khawatir.

Menurut Kartini kartono dan Dali Gulo mengatakan kecemasan adalah penyakit atau gangguan jiwa dalam mana unsur kecemasan dirasakan ada banyak situasi, sehinga nampaknya tidak mempunyai sebab khusus, jika ditambahi dengan kecemasan yang difusi pasien bisa mengalami serangan-serangan akut.[19]

Menurut Gerald corey dalam "Teori dan praktek konseling dan psikoterapi" cemas merupakan suatu keadaan tegang yang memotifasi kita untuk berbuat sesuatu dan juga mengungkapkan bahwa kecemasan itu memiliki sebuah fungsi adalah memperingatkan adanya ancaman bahaya yakni sinyal ego yang akan terus meningkatkan jika tindakan-tindakan yang layak untuk mengatasi ancaman bahaya itu tidak diambil. Apabila tidak bisa mengendalikan kecemasan melalui cara-cara yang tidak realitis, yakni tingkah laku yang berorentasi pada pertahanan ego.[20]

Ada beberapa ahli yang memberikan definisi kecemasan antara lain :

1) Menurut pendapat Moesserman yang membuat batasan terhadap cemas, bahwa ia adalah keadaan tegang yang umum, timbul ketika terjadinya pertentangan antara dorongan-dorongan dan usaha

[19] Kartini kartono dan Dali Gulo"*kamus psikologi*"(bandung: pioner jaya,1987)hal,25

[20] Dewa ketut sukardi,*pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*(jakarta :PT Rineka cipta,2008)Hal 17

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

individu untuk menyesuaikan kondisi, ini berarti bahwa kecemasan tidak lain dari bentuk lahir dan proses emosi bercampur baur yang terjadi ketika terjadinya frustasi dan konflik.[21]

2) Menurut pakar lain kecemasan adalah bentuk neurosa dan gejala paling mencolok yaitu ketakutkan yang tidak bisa diidentifikasi dengan suatu sebab khusus dan banyak peristiwa merembes serta mempengaruhi wilayah-wilayah penting dari kehidupan seseorang.[22]

3) Kartini kartono menjelaskan bahwa kecemasan ialah kondisi psikis dalam ketakutan dan kecemasan yang kronis, sungguh pun tidak ada rangsangan yang spesifik.[23]

Dari beberapa pendapat diatas dapat kita simpulkan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses yang tidak menyenangkan yang akan terjadi sehingga ia berusaha untuk melepaskan diri dari pandangan dengan berbagai cara dan jalan.

b. Gejala-gejala kecemasan

Cemas mempunyai gejala bermacam-macam antara lainya :

1) Gejala jasmaniyah yaitu : ujung-ujung anggota dingin, keringat berpercikan, gangguan pencarnakan, cepatnya pukulan jantung, tidur terganggu, kepala pusing, hilang nafsu makan dan pernafasan terganggu.

---

[21] Mustofa fahmi, *kesehatan jiwa dalam keluarga,sekolah dan masyarakat*,cet I (Jakarta :Bulan bintang,1997)hal,26

[22] C.P Chaplin,*kamus lengkap psikologi*(jakarta; PT Raja Grafindo persoda,1993)hal.32

[23] Kartini kartono,*Bimbingan dan dasar-dasarnya*, (jakarta ; PT Rajawali cipta,1997)hal,147

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

2) Gejala kejiwaan yaitu : sangat takut, terasa akan terjadi bahaya atau penyakit, tidak mampu memusatkan perhatian, hilang kepercayaan dan ketenangan dan ingin lari dalam menghadapi suasana kehidupan.[24]

c. Faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan

Pada dasarnya setiap individu selalu berusaha untuk mengatasi kecemasan dengan melakukan penyesuaian terhadap sebab-sebab timbulnya rasa cemas.

Reaksi kecemasan ini mengambarkan perasaan subyektif yang muncul dalam bentuk ketegangan yang tidak menyenangkan, faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan diantara lainya :

1) Kesejahteraan pribadi yang terancam oleh ketidak pastian akan masa depan karna ketegangan dalam mengambil keputusan.
2) Kesejahteraan yang terancam oleh konflik yang tidak terpecahkan.

D. Penelitian terdahulu yang relevan.

1. BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI STRESS

(Studi Kasus Seorang wanita yang sulit mendapatkan jodoh didusun jombang desa sumber kecamatan menden kabupaten blora jawa tenggah) Oleh : Nunuk endang safitri NIM : B03398222 Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA.

[2424] Zakiyah Daradjat, *kesehatan jiwa dalam keluarga dan masyarakat*(jakarta :Bulan bintang,1977)hal,29

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

Kesamaan :Dari judul ini sama membahas tentang jodoh.

Perbedaan :yang membedakan dari judul saya yaitu judul ini membahas tentang mengalami stres akibat sulit mendapatkan jodoh di desanya karna akibat orang tuanya yang selalu idealis dalam mentukan pasanganya hidup, terutama tentang harta dan pangkat, yang akhirnya membuat wanita itu sters. Sedangkan judul saya tentang seorang wanita yang diramal akan terlambat mendpatkan jodoh.

2. **HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN TERHADAP HITUNGAN HITUNGAN JAWA TENTANG PERJODOHAN DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERKAWINAN DI DESA MARON KECAMATAN BANYAKAN KABUPATEN KEDIRI**

   judul yang saya teliti seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh Oleh : Anis choirotun nisa' NIM : B07302053 Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

   Persamaan: mengkaji tentang kecemasan maasalah jodoh.

   Perbedaan:judul ini tentang sebuah desa kediri umumnya masyarkat memegang kepercayaan terhadap hitungan jawa tentang perjodohan, selain itu kediri termasuk salah satu dari 6 daerah kejawen. Sedangkan.judul saya pecaya dengan ramalan.

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

3. **HITUNGAN AJCHIIONG DALAM PENENTUAN JODOH PADA MASYARAKAT MUSLIM TIONGHOA SURABAYA DALAM PERSPEKTIF HUKUM ISLAM**

   Oleh : Masfufah NIM : C01302118 Jurusan Ahwal AL-syakhsiyah, fakultas syari'ah IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

   Persamaan :mengkaji tentang jodoh.

   Perbedaan :judul ini membahas kecocokan hitungan Ajchiong yaitu hari, jam, tanggal, bulan dan kelahiran tionghoa menganggap bahwa apabila salah dalam menentukan hitungan Ajchiong akan berakibat batal atau gagal rumah tangganya. Sedangkan judul saya mengkaji seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

4. **DAMPAK PENJODOHAN ANAK DI LINGKUNGAN PESANTREN MUBTAGHOL MUJTAHIDIN GANTRI ROJO KECAMATAN SEDAN KABUPATEN REMBANG (ANALISIS HUKUM ISLAM)**

   Oleh : Faizatul ulya NIM : C01300207 Jurusan Ahwal AL-syakhsiyah, fakultas syari'ah IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

   Persamaan ; Mengkaji masalah perjodohan.

   Perbedaan :ini mengkaji tentang motif dan tujuan penjodohan anak adalah supaya menciptakan keluarga yang bahagia, motif ajaran islam anak masa depan pesantren.

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

5. **BIMBINGAN KONSELING AGAMA DENGAN TERAPI REALITAS DALAM MENGATASI KECEMASAN (study kasus perempuan yang ternoda akan menikah di desa wadeng kecamatan sedayu gresi)**

   Oleh;Fifit rotin niswa i, NIM B0397015 Jurusan bimbingan konseling islam fakultas dakwah IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

   Persamaan :sama-sama mengkaji tentang kecemasan .

   Perbedaan ;ini mengkaji klien yang dulunya merasa berdosa, sering melamun, merasa tidak punya harga diri dan merasa cemas dengan calon suaminya sehinga dia gugup . Sedangkan judul saya tentang seorang wanita yang cemas memikirkan karna diramal terlambat mendapatkan jodoh.

6. **BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI RELAKSASI DALAM MENGATASI KECEMASAN BERBICARA PADA SANTRI DI PONPES DARUL ARQOM WONOCOLO**

   Oleh; Abdullah NIM B03206019 Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

   Persaman: mengkaji tentang kecemasan

   Perbedaan: judul ini membahas kecemasan dimana santri di ponpes cemas ketika disuruh berbicara di depan umum Sedangkan judul saya tentang seorang wanita diramal akan terlambat mendapatkan jodoh, sehingga cemas memikirkanya.

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

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi umum obyek penelitian

1. Deskripsi lokasi

Desa Dalpenang adalah salah satu desa atau dusun yang berada di wilayah kecamatan Sampang kabupaten Sampang, dan termasuk wilayah pulau Madura propinsi Jawa - Timur. Jumlah penduduknya banyak, adapun jumlah jiwa laki-laki 3095 sedangkan jumlah jiwa perempuanya 3151. Jadi, jumlah keseluruhan 6246 jiwa.

a. Dusun-dusun yang ada di kelurahan Dalpenang

1. Sumur daksaan Pangoporan.
2. Tambak batu
3. Pasar laju.
4. Jegelen.
5. Masagit.
6. Kebun
7. Kalabengan Dejeh.
8. Pangarangan.
9. Barat pasar.

b. Perbatasan di daerah dalpenang

Utara : Pasean

Selatan : Rongotenggah

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

Timur : Gunung Maddah

Barat : Gunung Sekar

c. Keagamaan masyarakat.

Yang di anut oleh penduduk setempat mayoritas beragama Islam,90% islam dan sisanya agama kristen dan katolik.

d. Keadaan pekerjaan

Dari 10% atau sisanya itu mereka adalah pendatang yang berprofesi sebagai pedagang dan pembisnis, sebagian besar mata pencaharian penduduk di desa dalpenang adalah profesi sebagai PNS (Pegawai Negeri Sipil) dan petani. Mereka memanfaatka hasil pertaniannya karena di daerah tersebut adalah daerah agraria.

e. Pendidikan masyarakat

untuk pendidikan daerah sana Mayoritas hanya sampai lulusan SMA, yang melanjutkan ke peguruan negeri sekitar 60 persen dan itupun mereka mempunyai background anak dari kepala desa atau pegawai negeri sipil yang akan melanjutkan profesi dari orang tua mereka .seadangkan mereka yang berlatar belakang anak dari petani atau bukan pengawai negeri sipil hanya sampai dengan lulusan SMA (sekolah menengah atas) dan itupun hanya sebagai formalitas saja,untuk menyamakan setara dan derajat dari lingkungannya.

2. Deskripsi konseli

Dalam kehidupan tidak akan lepas dari masalah, pada garis besarnya konseli adalah orang yang butuh bantuan dalam memecahkan

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

masalah atau kesulitan-kesulitan yang sedang dihadapinya. Karna tidak mampu untuk memecahkan masalahnya sendiri.

Adapun yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh dengan biodata sebagai berikut :

Nama : Ifa (Nama samaran)

Tempat, tangal lahir :Sampang, 03 September 1987

Jenis klamin :Perempuan

Agama :Islam

Kewarganegaraan :Indonesia

Alamat :Dalpenang-sampang.

a) Riwayat pendidikan

1. TK :TK Bustanul Atfal Sampang 1992 - 1994
2. SD : SDN Dalpenang I Sampang, Sampang:1994-2002
3. SMP : SMPN I Sampang, Sampang: 2000 - 2003
4. SMA : SMAN I Sampang, Sampang: 2003 -2006
5. Peguruan tinggi : IAIN sunan ampel surabaya 2006 – 2010

b) Pengalaman koseli

1. As teacher at SMA 3 GIKI
2. Consultant study English in PMII Tarbiyah Surabaya Branch[1]

[1] Interview dengan konseli pada tanggal 10 mei 2012

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

c) Latar belakang keluarga konseli

Konseli anak pertama dari tiga bersaudara, pekerjaan ibu konseli adalah sebagai ibu rumah tangga dan diselingi oleh wirausaha dimana ibu konseli mempunyai 2 toko di pasar, ibu konseli juga memperkerjaan 4 karyawan untuk menjaga toko, selain ibu konseli berwirausaha beliau juga aktif dalam kegiatan masyarakat contohnya pengajian, pkk dan dharma wanita sedangkan ayahnya pekerja sebagai PNS (Pegawai negeri sipil). Keluarga konseli dipandang sebagai keluarga yang sangat berkecukupan bahkan bisa di anggap lebih .[2]

d) Latar belakang pendidikan.

Latar belakang pendidikan konseli cukup baik, konseli telah menyelesaikan pendidikan di jenjang peguruan di institut Agama islam negeri surabaya.dan aktif kegiatan ekstra dan intra kampus. Dan sebelumya konseli juga pernah aktif pada kegiatan ekskul dan intra sekolah pada jenjang pendidikan sebelumnya.

e) Latar belakang ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu faktor penunjang yang sangat penting dalam berbagai hal, suksesnya pembangunan juga di picu oleh tingginya tingkat ekonomi. Keluarga Konseli merupakan keluarga yang ekonominya sangat mampu,

[2] Interview dengan konseli pada tanggal 10 mei 2012

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

meskipun konseli sudah bekerja, tetapi orang tua masih memberinya uang jajan dan uang kost. Orang tua konseli sangat sayang dan memanjakan konseli serta adek-adeknnya dengan uang. Disini bisa terlihat dari faktor ekonomi konseli yang cukup.[3]

f) Latar belakang Agama

Latar belakang agama dalam keluarga konseli cukup baik, semenjak duduk di sekolah menengah pertama (SMP) hingga peguruan tinggi selalu di didik orang tuanya untuk tidak meningalkan ajaran agama.

3. Deskrisi konselor

Konselor adalah seseorang yang memberikan bantuan kepada orang lain yang membutuhkan pertolongan baik rohaniah maupun jasmaniah, adapun yang menjadi konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling islam ini adalah penulis sendiri.

Adapun data konselor adalah sebagai berikut :

Nama	: Eni fitriyawati
Ttl	:Lamongan, 06 mei 1990
Jenis klamin	:Perempuan
Kewarganegaraan	:Indonesia
Agama	:Islam
Alamat	:weru-paciran-lamongan

[3]. Interview dengan temen sekamar konseli tanggal 10 mei 2012

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

a) Riwayat pendidikan

6. SD :SDN weru I 1996 -2002
7. SMP :SMP 12 Sendang agung paciran 2002 -2005
8. SMA : MA Al-ISHLAH 2005-2008
9. Peguruan tinggi :IAIN Sunan Ampel Surabaya 2008-Sekarang.

b) Pengalaman koselor

1) Konselor pernah mendampingi anak yang mengalami kesulitan belajar dan seorang murid yang trauma dengan guru bahasa inggris pada masa di SMP di SMA Ta'miriyah.[4]
2) Konselor pernah membantu memberi solusi kepada seorang ibu yang sering mengalami pusing-pusing dengan mengunakan terapi SEFT di rumah.[5]
3) Konselor pernah menangani temen kost yang mengalami patah hati dengan kekasihnya.[6]

c) Latar belakang keluarga konselor

Konselor adalah anak ketiga dari empat bersaudara, ibunya bekerja sebagai ibu rumah tangga, sedangkan ayahnya sudah

[4] Pada saat praktek pengalaman lapangan (PPL) tanggal 19 september 2011
[5] Pada saat tugas mata kuliyah terapi Islam tanggal 26 november 2011
[6] Klien merupakan teman konselor di kampus, yang di tangani mulai tanggal 22 desember 2011 sampai sekarang

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

meninggal semenjak duduk di bangku kuliah semester tiga, ibunya yang menjadi tulang punggung keluarga. keluarganya di pandang sebagai keluarga sederhana.

d) Latar belakang pendidikan

Latar belakang pendidikan konselor cukup baik. Konselor juga pernah mondok di sendang selama 6 tahun.

e) Latar belakang ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu faktor penunjang yang sangat penting dalam berbagai hal. Dipandang dari segi ekonomi, perekonomian keluarga konselor merupakan yang sederhana.[7]

f) Latar belakang Agama

Dalam kehidupan sehari-hari, orang tua konselor berusaha untuk selalu menerapkan nilai-nilai agama. Terbukti sejak sekolah menengah pertama (SMP) hingga sekarang di peguruan tinggi, konselor menempuh di sekolah berada di naungan keagamaan, selain itu konselor juga pernah menuntut ilmu di pondok pesantren. Dalam keseharianya, keluarga konselor sangat menerapkan kehidupan yang religius.[8]

[7] Wawancara dengan teman konselor sekamar pada tanggal 18 Desember 2011

[8] Wawancara dengan teman konselor sekamar pada tanggal 18 Desember 2011

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

4. Deskripsi Masalah.

Masalah adalah suatu kendala atau persoalan yang harus di pecahkan dengan kata lain masalah merupakan kesenjangan atau kenyataan dengan suatu yang diharapkan dengan baik, agar tercipta tujuan dengan hasil yang maksimal.

Masalah yang dialami konseli pada penelitian ini berawal dari ketika konseli mengantarkan adik kelasnya yang bernama nia (nama samaran) ke sebuah butik guna menyewa baju kebaya untuk acara wisudanya. Dengan senang hati konseli pun bersedia untuk mengantar nia ke butik yang dituju. Mereka pun bersepakat untuk datang ke butik tersebut keesokan harinya. Tanpa diduga pada malam hari setelah mereka membuat kesepakatan itu konseli terlibat dalam sebuah pertengkaran dengan mantan kekasihnya melalui telepon, pertengkaran tersebut membuat konseli tidak dapat menahan tangisnya dan bahkan sampai tidak dapat tidur karena memikirkannya.

Konseli mengaku bahwa ia sering kali terlibat pertengkaran dengan mantan kekasihnya itu, mantan yan dulu pernah hubungan dengan klien, klien masih sayang dengan mantanya jadi klien sering menelpon untuk bertanya kabar.

Dalam pertengkaran tersebut tak jarang mereka saling melempar hinaan antar satu sama lain dan bahkan saling menyombongkan diri. Keesokan harinya karena telah sepakat maka nia mengajak konseli untuk segera berangkat ke butik bersama-sama.

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

Dari pengakuan konseli kepada konselor mengatakan bahwa ia sebenarnya marasa berat untuk pergi menemani ke butik pagi itu dikarenakan konseli merasa malu dan tidak percaya diri keluar rumah dengan mata sembab. Bagaimana tidak, semalaman konseli menangis hingga membuat matanya sembab. Akan tetapi karena pada hari sebelumya sudah sepakat untuk menemani nia ke butik maka akhirnya konseli pun tetap berangkat ke butik bersama nia. Sesampainya di butik mereka disambut dengan hangat oleh seorang ibu yang merupakan pemilik butik.

Tanpa berlama-lama lagi konseli dan nia lansung memilih kebaya yang cocok untuk nia. Si pemilik butik pun dengan sukarela membantu mereka memilih kebaya yang dicari. tiba-tiba pemilik butik tersebut mendekati konseli sambil bertanya tentang nia yang akan diwisuda.Tak lama setelah membicarakan nia, tiba-tiba pemilik butik tersebut kemudian berkata kepada konseli dengan menatap mata klien bahwa ia mermal akan terlambat mendapatkan jodoh. Perkataan itu seperti sebuah ramalan bagi konseli. Mendengar perkataan tersebut konseli pun merasa shock dan kaget, ditambah lagi si pemilik butik tersebut kemudian bercerita kepada konseli tentang pengalaman meramalnya yang memang benar terjadi pada seseorang yang dahulu pernah diramalnya. Perasaan konseli pun semakin tidak karuan mendengar cerita itu, dengan menahan air matanya konseli berusaha mengalihkan pembicaraan dengan kembali memilih kebaya untuk nia. Akan tetapi

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

pikiran konseli pada saat itu sudah tidak bisa berkonsentrasi menemani nia memilih kebaya, ia hanya ingin segera pelang dari butik tersebut.

Dengan harapan agar nia bersedia segera pulang maka konseli pun dengan cepat-cepat berusaha memilihkan kebaya yang cocok untuk nia.akan tetapi tidak satupun kebaya dirasa cocok oleh nia. Akhirnya karena sudah putus asa nia pun mengajak konseli untuk pulang. Mereka berpamitan kepada pemilik butik untuk pulang dengan alasan akan memusywarahkan dengan teman-teman terlebih dahulu. Sesampainya di rumah kost konseli lansung massuk ke kamar dan menyenderi sambil menangis karena memikirkan perkataan si pemilik butik.

Konseli merasa terpukul mendengar ramalan itu karena ini merupakan kedua kalinya ia mendapatkan ramalan seperti itu dari dua orang yang berbeda. Kedua orang tersebut mengatakan bahwa konseli akan terlambat mendapatkan jodoh. Sejak peristiwa di butik tersebut sikap konseli mulai berubah, ia menjadi suka merenung sendirian, sering melamun dan tak jarang pula ia pun menangis. Konseli merasa sangat cemas memikirkan perkataan pemilik butik tersebut. Dalam benaknya ia mempercayai ramalan yang ditujukan kepada dirinnya karena ia merasa bahwa apa yang diramalkan oleh kedua orang tersebut sangat sesuai dengan kisah cintanya yang selalu saja berakhir ditengah jalan. Apalagi kejadiaanya sangat berurutan, ketika malam sebelum ke butik itu konseli bertengkar hebat dengan mantan

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

kekasihnya lalu kemudian esok harinya mendapat ramalan seperti itu, maka semakin cemaslah konseli karena masalah ini.

Sebelumya konseli juga pernah mendapat ramalan tentang telatnya jodohnya itu. Menurut cerita konseli, ketika itu ia tengah mengisi liburannya dengan berkunjung ke rumah salah satu temannya. Suatu sore konseli dan temanya bercengkrama di depan rumah, Tiba-tiba datang seorang bapak yang merupakan tetangga dari teman konseli ikut bercengkrama dengan mereka. Pembicaraan mereka mengarah kepada hal-hal tentang ramalan. Tanpa diduga sama sekali, di tengah asyiknya mereka mengobrol bapak tersebut berkata kepada konseli bahwa ia akan telat mendapatkan jodoh.

Karena sudah dua kali mendapat ramalan seperti itu maka keyakinan konseli akan kebenaran ramalan-ramalan tersebut semakin kuat. Pada akhirnya pemikiran konseli menjadi pemikiran yang Irasional.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi seorang wanita mempercayai ramalan bahwa ia akan terlambat jodoh.

Sebagai langkah awal dalam penelitian ini, penulis terlebih dulu mencari faktor-faktor apa saja yang menjadi penyebab klien mempercayai ramalan, untuk itu terlebih dulu marilah kita menyimak dialog konselor dan klien serta informan pada percakapan dibawah ini.

Konseli : Assalamualaikum

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

Konselor :Waalaikum salam

Seneng bertemu dengan mbak, mbak gimana dengan pekerjaan barunya ? senang ? (Tersenyum pada konseli)

Konseli :Allhamdulillah baik dek, masalah pekerjaan barunya juga lancar-lancar saja. Tapi masalah percintaan tidak lancar.(tersenyum dengan muka yang sedih)

Konselor :kenapa dengan percintaanya mbak ?

Konseli :Tiap kali hubungan sama lawan jenis sering putus di tengah jalan, padahal saya sudah serius sama dia. Saya takut dek ? (menunduk)

Konselor :Takut apa mbak ?

Konseli :mbak pernah diramal oleh seorang ibu pemilik butik. Ketika itu mbak mengantarkan adik kelas namanya nia (nama samaran), nia yang sekamar sama mbak itu, mau pinjam kebaya di buat wisuda, sampai di toko saya sama nia di sambut dengan ramah, kemudian ibu yang punya butik mendekati saya, lalu berkata " mbaknya ini, jodohnya telat". Disitu mbak langsung sedih dek, ingin nangis. Sudah dua kali dek, mbak diramal yang sama dengan berbeda orang. Aslinya saya ingin nikah, temen-temen sudah banyak yang berumah tangga, malah ada yang sudah punya anak. (sedih)

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

Konselor :kalau menurut ibunya mbak, gimana tentang urusan cinta mbak ?

Konseli :orang tua mbak malah nyuruh mbak menikah, karna teman-teman mbak sudah pada menikah, tapi mbak belum dapat-dapat pasangan.

Konselor : mbak, kepikiran perkataan mereka ?

Konseli :iya dek.

Konselor :apa yang menjadi mbak kepikiran ?

Konseli :gimana tidak kepikiran, saya percaya apa yang dikatakan si peramal itu, karna sama dengan kisah hubungan percintaan saya yang sering putus. Semenjak itu mbak cemas mikirin berkataan mereka.

Konselor :Bagaimana perasaan mbak ?

Konseli :Saya binggung, saya hanya bisa menangis dan melamun dikamar. saya tidak siap jika apa yang di katakan sama mereka itu bterjadi pada mbak, masak sudah umur 24, belum menikah. sampai sekarang mbak masih sendiri. Ada lagi dek setelah meramal begitu ibu yang mempunyai butik bercerita kalau ia pernah meramal seseorang dan ramalan itu benar-benar terjadi dek.

(konseli terlihat pucat dan membendung air mata)

Konselor :Saat ini mbak terlihat pucat ?

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

Konseli :Entah kenapa ibu itu meramal saya kalau jodohnya telat, dilihat dari segi wajah cantik, dari penampilan glamor gini, bisa-bisanya ibu itu meramal seperti itu. badan saya lemes dek, memikirkanya.

Konselor :Apa yang mbak harapkan saat ini ?

Konseli :ya saya ingin di beri jodoh secepatnya. (konseli menangis)

Dari wawancara diatas, maka konselor dapat mengidentifikasi faktor-faktor masalah konseli.

1. konseli sampai sekarang masih sendiri
2. Konseli sering putus cinta
3. konseli sudah dua kali diramal
4. konseli percaya dengan Pengalaman meramal pemilik butik.

2. Deskripsi dampak psikologis yang dialami seorang wanita yang diramal terlambat mendapatkan jodoh

Untuk mengetahui tentang dampak-dampak yang dialami oleh seorang wanita yang diramal terlambat mendapat jodoh. maka terlebih dulu kita menyimak dan menganalisis lebih lanjut tentang perilaku-perilaku beliau berdasarkan dari ulasan dialog antara konselor dan klien.

Konselor : Assalamualaikum

Konseli :waalaikum salam

Konselor :bagaimana kabarnya mbak ?

Konseli :ya beginilah dek.

Konselor :mbak matanya kelihatan sembab gitu ?

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

Konseli :masih kelihatan sembab ya dek ?

Konselor :iya mbak, ada apa emangnya ?

Konseli :biasa, menangis dek. Dari kemarin mbak malu keluar kamar karena matanya sembab, ya sudah dikamar saja merenung sendiri (menangis)

Konselor :kalau boleh tahu mbak bisa cerita, apa yang mbak alami sekarang ?

Konseli :mbak masih cemas memikirkan ramalan itu, mbak sering menangis, melamun dikamar dek kalau menginggatnya. semalam habis tengkar lagi sama mantan dek mbak.

Konselor :tengkar masalah apa mbak ?

Konseli :mbak di ejek, katanya mbak gajinyaa sedikit, dia nyombongin kekayaanya, padahal yang kaya itu orang tuanya bukan dia dek. Marah saya dek. Samapai-sampai kemarahan mbak tidak terkontrol.

Konselor :lo, ketemu dia dimana mbak ?

Konseli :mbak tidak ketemu, tengkar lewat telepon.

Konselor :mbak yang telepon dia apa dia yang telepon mbak ?

Konseli :mbak yang telepon.

Konselor :mbak tidak usa telepon-telepon dia lagi, dia sudah mantan mbak bukan kekasih mbak.

Konseli :mbak masih sayang sama dia dek, jadinya mbak telepon

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

Konselor :iya emang baik mbak, menyambung silaturrohim meskipun sudah mantan, tapi dianya kalau di telepon sering ngejek, tengkar sama mbak. Bukan begitu ?

Konseli :iya dek.

Koselor :mbak hilangkan dikit demi sedikit tidak menginggat-ingat dia, apalagi telepon. Dari pada telepon yang tidak penting lebih baik mengerjakan sesuatu yang penting. dia itu tidak baik untuk mbak.

Konseli :iya dek, capek tengkar terus.

Konselor :la iya mbak.

Konseli :makasih saranya dek.

Konselor :sama-sama mbak. (senyum)

3. Deskripsi Proses bimbingan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

Setelah melihat dampak-dampak dari seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh. konselor memberikan konseling kepada klien yang sesuai dengan masalah-masalah tersebut, maka langkah konselor dalam proses atau pelaksanaan bimbingan konseling islam adalah :

a. Identifikasi masalah

Identifikasi masalah yang dilakukan konselor dalam kasus ini, mengenal konseli yang disertai gejala-gejala yang nampak. Konselor

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

membandingkan data-data yang sudah terkumpul untuk mendapatkan gambaran tentang masalah yang ada pada diri konseli.

Dari situlah akan tampak gejala-gejala apa saja yang menjadi data penting konselor untuk mengidentifikasi masalah yang dihadapi konseli. Disamping hal itu konselor mengumpulkan data dan melakukan wawancara dengan teman sekamar konseli.

Konselor : Assalamualaikum

Informan :Waalaikum salam

Konselor :mbak gimana kabarnya ? tumben nyantai sendirian aja di ruang tamu, biasanya sama mbak ifa ?

Informan :Allhamdulillah baek dek, iya sendirian karna mbak ifa sedang kerja. Kenapa mau nemenin ta? (tersenyum)

Konselor :iya mbak, saya temenin. Sambil ngobrol-ngobrol ya mbak biar tidak sepi (membalas senyum)

Informan : iya tidak apa-apa.

Konselor :Mbak, katanya mbak ifa kemarin waktu nganterin mbak, di ramal sama ibu yang memiliki butik itu?

Informan :Dibilangi mbak ifa ta dek ? (tanya serius)

Konselor :iya mbak (senyum)

Informan :iya dek, kasihan saya sama mbak ifa, semenjak di ramal itu sering melamun dikamar. Kebetulan Mbak ifa sekamar sama saya, Hampir tiap malam crita-crita, yang di bahas itu apa ?

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

Konselor :emangnya bahas apa mbak ?(bertanya serius)

Informan :jodoh dek, jodoh , jodoh dan jodoh. Mbak ifa itu ingin nikah, Mbaknya juga dipaksa orang tua untuk menikah muda. Karna teman-teman yang di rumah sudah banyak yang berumah tangga, mbak ifa ingin seperti mereka. Kasihan dek, setiap menjalin hubungan dengan laki-laki serius, tapi yang laki-laki selingkuh.

Konselor :Mbak ifa percaya dengan ramalan itu ?

Infoman :Dia percaya karna apa yang di katakan dengan ibu itu sama persis dengan cerita percintaan mbak ifa.

Konselor :kalau di kamar di ajak ngobrol-ngobrol mbak, supaya tidak melamun terus. (tersenyum)

Informan :iya dek.

Konselor :Makasih infonya mbak, sudah dhuhur ini mbak, waktunya sholat.

Informan :Iya sama-sama dek.[9]

Berdasarkan wawancara diatas diperoleh gejala yang muncul. Gejala-gejala tersebut ingin segera menikah muda, paksaan dari orang tua klien, dan muncul pemikiran Irasional, kekawatiran akan ramal terjadi pada dirinya.

b. Diagnosis

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

Setelah konselor mengetahui konseli dan mengumpulkan data dari konseli dalam tahap identifikasi masalah, selanjutnya konselor merumuskan permasalahan utama yang dialami konseli. Masalah utama yang dihadapi oleh konseli adalah merasa cemas mendengar apa yang dikatakan oleh ibu yang memiliki toko butik dan seseorang yang tidak dikenali.

Adapun gejala-gejala kecemasan yang dialami oleh konseli adalah seperti yang tertera pada tabel dibawah.

Tabel 3.1

Gejala-gejala psikis dan fisik kecemasan

NO	Gejala-gejala	A	B	C
1	Gelisah	√		
2	Cemas	√		
3	Tangan dan bibir gemetar		√	
4	Menyendiri	√		
5	Menangis	√		
6	Melamun	√		
7	Sulit mengontrol emosi		√	
8	Tidak konsentrasi	√		
9	Jantung berdetak kencang		√	

Keterangan :

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

A :Sering dirasakan

B :Kadang-kadang

C :Masih dirasakan

Sedangkan pemikiran yang bersifat irasional tersebut adalah :menganggap ramalan itu benar-benar terjadi pada dirinya. Karena sampai sekarang konseli belum menemukan penganti.

c. Prognosis

Langkah ketiga dari proses konseling adalah prognosis yang merupakan penetapan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli. Setelah memahami dan mempelajari gejala-gejala yang nampak pada diri konseli dan permasalahan yang di hadapi, maka dapat di tetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli, dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh konseli, konselor memberikan terapi Rasional Emotif yaitu sebagai pendekatannya, karena dari kasus di atas berkembang pemikiran yang irasional pada diri klien. Adapun langkah yang di tetapkan dalam prognosis ini ada 4 teknik yakni teknik pengajaran, teknik persuasif, teknik konfrontasi dan teknik pemberian tugas. semua teknik tersebut dilaksakan secara berurutan 3-5 kali pertemuan dalam prosesnya

d. Terapi

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

Terapi merupakan langkah pelaksanaan bantuan, Setelah konselor tahu akan permasalahan-permasalahan yang dihadapi klien, maka konselor memberikan bantuan dengan menggunakan pendekatan rasional emotif. Dimana teknik yang digunakan adalah teknik-teknik kognitif, yang meliputi teknik pengajaran, teknik persuasif, teknik konfrontasi dan teknik pemberian tugas. Teknik kognitif ini adalah teknik yang digunakan untuk mengubah cara berfikir klien.

Adapun tahapan-tahapannya adalah :

1) Tahap Pengajaran

Dalam tahapan ini konselor mengambil peranan lebih aktif dari pada klien. Teknik ini memberikan keleluasan kepada konselor untuk berbicara serta menunjukkan sesuatu kepada klien, terutama menunjukkan bagaimana ketidak logikaan berfikir itu secara langsung menimbulkan gangguan emosi kepada diri klien.

Dalam study kasus ini konselor mengutarakan beberapa gagasan-gagasan dari klien yang bersifat irasional, diantaranya adalah : mempercayai ramalan itu, orang yang meramal klien juga pernah bercerita kepada klien, kalau beliau pernah meramal orang lain dan ramalan itu benar-benar terjadi.

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

Setelah itu konselor meminta kepada klien untuk memisahkan keyakinan-keyakinan yang irasional menjadi keyakinan yang rasional.[10]

Berikut proses terapi yang diberikan konselor kepada konseli :

Konselor :Assalamualaikum (konselor memeperlihatkan sikap ramah pada konseli)

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :Bagaimana kondisinya mbak ?

Konselli :kondisinya baik.

Konselor :kata mbak nia, mbak sering murung di kamar ?

Konseli :iya dek.

Konselor :apakah mbak bisa menceritakan kemurungan mbak yang mengakibatkan sering melamun, menyendiri, dan diam itu?

Konseli :kadang menganggu kehidupan saya kalau ingat masalah itu nampak cemas, gelisah sampai tidak bisa tidur.

Konselor :saya mengerti perasaan yang mbak rasakan, tapi apakah dengan cara mbak diam, dan menyendiri, mbak nampak senang (menatap wajah konseli)

[10] Wawancara dengan konseli pada tanggal 22 mei 2012 di kamar konseli

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

Konseli :tidak si dek, namun saya selalu berfikir terus menerus. (menatap wajah konselor)

Konseli :mungkin yang menjadi pikiran mbak adalah perasaan cemas mengapa ada orang yang meramal dengan ramalan yang sama dan orang yang berbeda, apa betul demikian ? (menatap serius wajah konseli)

Konseli :iya dek. (melihat konselor lalu menunduk)

Konselor :berarti kalau begitu permasalahan yang mbak rasakan sekarang adalah rasa cemas ? (menekan suara lebih tegas)

Konseli :iya dek (menganggukan kepala)

Konselor :Bagus, mbak sudah memahami masalah mbak yaitu bagaimana menghilangkan rasa cemas, sehinga timbul gelisah, was-was, lalu apakah mbak punya cara untuk menghilangkan rasa cemas ?

Konseli :tidak bisa dek.

Konselor :mengapa mbak bisa bicara demikian ? mbak sebagai makhluk Allah kita harus mempercayai bahwa Allah benar-benar ada, mbak jangan sampai larut masalah itu terus menerus. Pasti bisa, jangan bilang tidak bisa terlebih dahulu sebelum dilakukan. Fikiran mbak Sekarang berubah menajadi irasional, akibat terbebani perkataan seorang ibu yang pemilik

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

butik dan seseorang yang meramal mbak waktu dirumah temanya. Di dalam hadits yang berbunyi :

قَالَ رَسُوْلَ اللِه ص م :مَنْ اَتَيْ اَرَّفًا فَسَأَلَهُ اَنْ شَيْئٍ لَمْ تُقْبَلَهُ صَلَاةً

اَرْبَعِيْنَ لَيْلَةً (رواه مسلم)

Artinya "Rasulluh SAW barsabda barang siapa yang datang ke dukun atau ahli nujum dan bertanya mengenai sesuatu maka tidak akan di terima sholatnya 40 malam (riwayat muslim) ".[11] sekarang terserah mbak bagaimana menyikapinya, saya yakin mbak pasti bisa merubah fikiran-fikiran irasional itu. (meyakinkan, senyum)

Konseli :waduh sholatnya tidak diterimah 40 malam, iya dek, insya Allah akan mencoba membuang ingatan-ingatan itu.

Konseli :Allhamdulillah kalau mbak menyadari semua kesalahan pola fikir tersebut.

2) Tahap Persuasif

Dalam tahapan ini konselor Meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya. Karena pandangan yang ia kemukakan selama ini itu tidak benar. Konselor langsung mencoba meyakinkan, mengemukakan berbagai argumentasi

[11] Muslim, " *Hadist lissofil awal*", Pondok Modern Darussalam Gontor, (8 November 2002)

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

untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh klien itu adalah tidak benar.

Konselor disini mengemukakan bahwa mempercayai ramalan orang lain itu tidak benar sehingga mengakibatkan konseli cemas memikirkanya. [12]

Adapun wawancaranya sebagai berikut

Konselor :Assalamualaikum (ramah)

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :terimah kasih mbak, sesuai dengan hasil pengamatan saya kemarin, saya dapat menyimpulkan. Pertama mbak percaya dengan ramalan, cemas memikirkan, takut bahwa ramalan itu terjadi kepada mbak, dengan ketakutan mbak, mbak tidak ingin pacaran lagi ?

Konseli :iya pengin pacaran dek, tapi mbak takut putus lagi.

Konselor : iya, saya dapat memahami jalan pikiran mbak... Tapi pernahkah mencoba mencari sesosok pria ?

Konseli :pernah, tapi lakinya belum ada yang kecantol sama mbak. (tersenyum), padahal

[12] Wawancara dengan konseli pada tanggal 23 mei 2012 di kamar konseli

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

	penampilan mbak sudah cantik gini, jangan-jangan beneran itu ramalan. (menagis)
Konselor	:mbak perlu tahu, bahwa jodoh itu datang dimana-mana, ada yang ketemu melalui sms nyasar, jalan-jalan ke mall tiba-tiba ada yang mintak kenalan, teman lama waktu duduk di bangku SMP, maupun kuliah, tetangga sendiri dan lain-lain. kata pepatah banyak jalan menuju roma. (tenang, sikap, menatap konselor)
Konseli	:iya si dek, tapi mbak pengin cepat- cepat nikah muda.
Konselor	:iya mbak, saya mengerti, mbak harus banyak berdoa, dan berusaha. Asal mbak tahu ya Kalau mbak terimah-terimah cinta pria asal-asalan nanti malah kejadian hal tidak diinginkan lagi, kayak putus lagi gitu, dan kalau sudah menemukan pria yang cocok sama mbak bisa melanjutkan kejenjang pernikahan, betulkan mbak ? (mengajak bercanda, penuh pengertian)

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

Konseli :ide yang bagus itu dek, mbak baru nyadar itu, brarti yang mbak lakuin itu salah ya dek ?? (gembira, terdiam, mengganguk)

Konselor :Yang jelas saat ini mbak sudah menyadari kalau cara pencarian mbak dalam mencari cinta asal-asalan di terimah saja.(menghargai)

Konseli :terimah kasih ya dek, karena adik mengasih pendapat yang cermelanng.(ramah)

Konselor :iya mbak sama-sama (tersenyum)

3) Tahap Konfrontasi

Dalam tahap ini Konselor menyerang ketidak logikaan berfikir klien dan membawa klien ke arah berfikir yang lebih logis.

Ketidak logikaan berfikir klien disini adalah anggapan bahwa ramalan itu benar-benar terjadi pada klien, dan samapi sekarang klien belum mendapatkan penganti yang baru. Akan tetapi sebuah kelemahan yang harus selalu di berikan pendampingan dan penguatan (reinforment) .[13]

Adapun cuplikan wawancaranya sebagai berikut :

Konselor :Assalamualaikum

Konseli :Waalaikum salam

[13] Wawancara dengan konseli pada tanggal 24 mei 2012 di kamar konseli

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

Konselor :bagaimana kabarnya mbak ? (ramah)

Konseli :allhamdulillah baik dek.

Konselor :oiya mbak dipertemuain ini saya tidak akan banyak mengajak mbak berdialong seperti yang kemarin-kemarin. bagaimana pendapat mbak setelah melakukan konseling ini ?

Konseli :menurut mbak ya dek, mbak sekarang bisa mengurangi yang sering melamun, meratapi diri, menangis dikamar, sedih dan saat ini mbak dikit mulai kembali meraikan kost kita ini, adik lihat sendirikan di kost? Mungkin Allah belum memberikan jodoh kepada saya sekarang, mungkin saya harus mengerjar karir dulu ya dek, baru nikah .

Konselor :la itu betul sekali mbak, mbak cari uang dulu yang banyak dibuat menikah dan nabung dibuat masa depan. Mulai saat ini mbak harus buang prasngka buruk itu sejauh mungkin tentang ramalan itu ?

Konseli :siap dek...

4) Tahap Pemberian Tugas

Dalam tahap ini Konselor memberi tugas kepada klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi

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

nyata. Di sini Konselor meminta pada diri klien untuk berinteraksi dengan teman-temanya yang belum menikah yang masih kerja, Setelah itu klien diminta untuk saling sharing atau bertukar pendapat dengan orang lain. Tujuannya di sini adalah untuk memperbaiki kekeliruan cara berfikir klien selama ini. [14]

Adapun wawancaranya sebagai berikut :

Konselor :Assalamualaikum (ramah)

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :mbak bagaimana kabar ?

Konseli :allhamdulillah baik dek.

Konseor :mbak, saya punya tugas buat mbak.

Konseli :tugas apa ?

Konselor :mbak harus banyak-banyak sharing dengan teman mbak yang masih kerja tapi belum menikah.

Konseli :biar apa ?

Konselor :mbak tanya, alasanya kepada mereka memilih bekerja dulu dari pada menikah, mungkin dari situ mbak tahu jawabnya.

Konselor :baiklah, kalau begitu mbak akan mencoba sharing kepada teman-teman mbak.

[14] Wawancara dengan konseli pada tanggal 25 mei 2012 di kamar konseli

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

Konseli :iya dek

Konselor :ini juga demi kebaikan mbak. Semoga Allah SWT memberikan yang terbaik dalam kehidupan mbak. Mbak tahu tidak, semakin besar ujian yang diberikan Allah terhadap hambanya, maka semakin besar pula kebahagian yang kelak akan di terimah hambanya. (senyum)

Konseli :iya juga dek, makasih ya dek

e. Follow up

Dalam langkah ini konselor melihat sejauh mana perubahan yang terjadi pada konseli seteleh proses konseling yang telah dilakukan dengan terapi yang telah ditetapkan. Sehingga dengan langkah ini dapat diketahui kontrol efektif dan tidaknya terapi yang telah dilakukan. Untuk mengetahui hasil perubahan kondisi konseli, peneliti melakukan tindak lanjut dari proses konseling selama satu minggu dari proses konseling yang terakhir. Konselor mengkaji ulang tujuan dan hasil yang telah dicapai konseli.

Wawancara konselor dan konseli

Konselor :Assalamualaikum

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :bagaimana kabarnya mbak hari ini ?

Konseli :Alhamdulillah cukup baik (senyum tulus)

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

Konselor :senang sekali melihat mbak begitu semangat hari ini. gimana apa mbak masih sering cemas, melamun, menyendiri dan menangis ? apa mbak tidak takut ayam tetangga pada mati karena melihat mbak melamun terus? (konselor mengajak bercanda konseli)

Konseli :(tertawa) adek ada-ada saja, alhamdulillah perlahan saya bisa mengurangi semua itu.

Konselor : selamat mbak ya atas kembalinya mbak ifa, dan mbak nia yang penuh semangat menghibur mbak, mbak harus banyak-banyak berdoa, dan berusaha, seandainya ada yang meramal mbak lagi jangan percaya mbak, ingat, hanya Allah yang mengetahui semuanya (konselor memberi ucapan selamat dengan berjabat tangan)

Konseli :ade'k bisa saja, saya juga berterimakasih (menerima uluran tangan konselor)

Konselor :sampai bertemu dilain waktu mbak.. Assalamu'alaikum

Konseli : wa'alaikumsalaam.

Konselor juga melakukan wawancara dengan informan untuk mengetahui perubahan pada konseli.

Konselor : Assalamu'alaikum

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

Informan : Wa'alaikumsalaam

Konselor : senang bisa bertemu kembali dengan mbak nia.

Informan : saya juga senang bertemu dengan adek.

Konselor :saat ini apa yang mbak lihat dari sikap dan perilaku mbak ifa?

Informan :saya perhatikan mbak ifa sudah kembali seperti pertama kali saya mengenalnya, orang yang penuh keceriaan.

Konselor : apa mbak masih sering melihat mbak ifa melamun, menangis, atau menyendiri?

Informan :saya hampir jarang sekali melihat mbak ifa melamun atau menyendiri, kalau menangis hanya ssekali waktu.

Konselor :terima kasih atas informasinya mbak. Assalamu'alaikum.

Informan : Wa'alaikumsalaam.

Dari wawancara konselor dengan klien dan informan di atas,maka gejala-gejala psikis fisik kecemasan konseli telah mendapat terapi dapat dilihat ditabel di bawah ini.

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

Tabel 3.2

Gejala-gejala psikis dan fisik kecemasan

NO	Gejala-gejala	A	B	C
1	Gelisah		√	
2	Cemas		√	
3	Tangan dan bibir gemetar		√	
4	Menyendiri		√	
5	Menangis		√	
6	Melamun		√	
7	Sulit mengontrol emosi			√
8	Tidak konsentrasi		√	
9	Jantung berdetak kencang			√

Keterangan :

A :Sering dirasakan

B :Kadang-kadang

C :Masih dirasakan

4. **Deskripsi hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.**

Dari hasil pengamatan secara langsung dan wawancara dari klien, konselor dan informant separti teman sekamar dengan klien sudah melihatkan dan merasakan perubahan hasil dari konseling itu.

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

Perubahan yang terjadi pada diri klien adalah klien saat ini adalah klien sering berkumpul dengan teman-teman sekostnya, bercanda seperti biasa, sering keluar kost dengan teman sekampusnya, tidak lagi percaya dengan ramalan, tidak ingin cepat menikah ingin menerusin karir terlebih dahulu.

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

BAB IV

Analisis Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif Yang melihat bagaimana perilaku konseli secara langsung. Teknik analisis deskriptif komparatif yaitu dengan cara membandingkan gejala-gejala kecemasan yang di alami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh, pelaksanaan bimbingan konseling Islam dilapangan dengan teori yang di gunakan, selain itu untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan tingkah laku sebelum data sesudah dilakukan proses bimbingan.

1. Deskripsi faktor-faktor penyebab seorang wanita itu percaya dengan ramalan.

Berdasarkan hasil penyajian data tentang faktor-faktor penyebab seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

Adapun faktor-faktor penyebab internal dan external antara lain adalah

a. Sampai sekarang masih sendiri

Berdasarkan uraian wawancara antara konselor dan klien, klien percaya pada ramalan tersebut karena pada kenyataanya pun sampai saat ini ia masih sendiri, sehingga itu membuat ia yakin atas ramalan dari pemilik butik tersebut.

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

b. Putus cinta berulang-ulang

Melihat dari hasil wawancara dengan klien sendiri, disimpulkan bahwa klien selalu serius setiap kali menjalin hubungan dengan seorang pria, bahkan pria tersebut sudah memperkenalkan klien dengan orang tuanya. Akan tetapi faktanya pria yang menjalin hubungan dengannya itu selingkuh dengan wanita lain. Tidak jarang juga pria tersebut memutuskan klien dengan berbagai alasan yang jelas. Dan akhirnya hubungan keduanya pun berakhir begitu saja. Hal ini sudah berkali-kali klien alami.

c. Dua kali diramal

Dua kali klien mendapat ramalan dari orang yang tidak dikenal. meskipun peramal adalah dua orang yang berbeda akan tetapi ramalan yang ditujukan kepada klien berisi tentang suatu hal yang sama yakni terkait dengan kisah hubungannya dengan pria. itu sebabnya klien mempercayai ramalan-ramalan tersebut.

d. Pengalaman meramal pemilik butik

Sebelum meramal klien tentang persoalan jodoh, pemilik butik ini juga pernah meramal seseorang yang ternyata memang benar terjadi sesuai dengan apa yang ia ramalkan. Klien mengetahui bagaimana pengalaman meramalnya ini dari cerita pemilik butik sendiri. Hal ini juga yang menyebabkan

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

klien semakin mempercayai ramalan dari pemilik butik ini terhadapnya.

Jadi berdasarkan analisis data diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor penyebab internal dan eksternal seorang wanita mempercayai ramalan adalah : sekarang masih sendiri, putus cinta berulang-ulang, dua kali diramal dan Pengalaman meramal pemilik butik.

2. Analisis data tentang dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh.

Berdasarkan hasil penyajian data tentang dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh. sehingga berdampak pada kondisi psikis wanita itu sendiri. Secara sekilas wanita mengalami kecemasan, melamun, sering menangis dan murung di dalam kamarnya. Sehingga secara psikis, wanita itu cemas memikirkanya. Adapun dampak psikologis yang dialami oleh seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh, adalah:

a. Pemikiran berubah menjadi Irasional

Setiap orang pasti menginginkan untuk menikah dengan pasangan yang telah di pilihnya sendiri maupun mengikuti kemauan kedua orang tuanya. Di jaman sekarang banyak lulusan SMP (sekolah menengah pertama) maupun setelah lulus SMA (sekolah menengah atas) yang sudah banyak memutuskan untuk menikah, klien ini juga berkeinginan menikah muda tapi setelah

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

diramal dengan seseorang bahwa akan terlambat mendapatkan jodoh klien sering terbebani oleh ramalan itu dan mempercayai, sehingga pemikiran-pemikiran yang irasional muncul pada wanita itu yakni percaya pada hal-hal yang akan terjadi pada dirinya sekarang.

b. Cemas.

Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan. tidak konsentrasi untuk melakukan sesuatu karena adanya ramalan tersebut, dengan rasa cemas wanita ini tidak bisa berkonsentrasi melakukan sesuatu, dan sering dihantui perasaan takut

c. Sering menyendiri di dalam kamar

Akibat dari perkataan peramal tersebut, wanita ini menjadi sering menyendiri dikamarnya karena pikirannya terus dibayangi oleh perkataan si peramal. akibatnya wanita ini lebih menutup diri dari lingkungannya dan bahkan tidak lagi sering bergaul dengan teman-temannya baik teman-teman di kos maupun teman-teman lainnya.

d. Melamun

sebelum mendapatkan ramalan tersebut, wanita ini merupakan sosok yang berpembawaan ceria. Sifat cerianya itu terlihat dari kesehariannya di kos. Hampir setiap hari wanita ini selalu

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

membuat suasana di kos menjadi ramai dengan candaan dan gelak tawanya. Bahkan ketika ia mengejek penghuni kos yang lain tidak ada yang merasa sakit hati, hal ini disebabkan karena semua telah memahami sifat dan karakter masing-masing. Meskipun perkataan yang dilontarkan oleh wanita ini berisi ejekan akan tetapi semua mengerti bahwa itu hanya sebuah candaan. Namun tidak demikian sejak peristiwa ramalan itu terjadi. Setelah mendapat ramalan, wanita ini menjadi lebih banyak diam dan menutup diri, bahkan ia menjadi suka melamun.

e. Menangis

Semua orang di dunia tentunya ingin merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Ketika seseorang dalam keadaan gembira maka apapun ynag sedang dikerjakannya akan terasa ringan. Lain lagi jika hati sedang dirundung duka, maka akan malas untuk beraktifitas walau sekecil apapun aktifitasnya. Hal itu pula yang di alami oleh wanita ini. Karena pikirannya terus teringat akanramalan tersebut akibatnya ia menjadi malas menjalani aktifitasnya. Hari-harinya kini seakan hanya ada tangisan. Iti sebabnya ia hampir tidak pernah keluar kamar karena merasa malu bertemu orang dengan mata sembab. Ia hanya keluar jika waktunya kerja atau keperluan mendesak lainnya.

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

3. Analisis data tentang proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh).

Dalam proses bimbingan konseling islam yang dilakukan oleh konselor, dalam kasus ini menggunakan langkah-langkah yaitu: identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, terapi/treatment, dan evaluasi/follow-up. Analisa tersebut menggunakan analisis deskriptif komparatif sehingga peneliti membandingkan data teori dan data yang terjadi di lapangan.

Tabel 4.1

Perbandingan proses pelaksanaan dilapangan dengan teori Bimbingan Konseling Islam

NO	Data teori	Data Empiris (Lapangan)
1	Identifikasi masalah Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien.	Konselor mengumpulkan data yang diperoleh dari berbagai sumber data mulai dari klien, teman sekamar. Dari hasil yang diperoleh dari proses wawancara dan observasi menunjukan bahwa mempercayai ramalan tersebut.

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

2	Diagnosa Menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya	Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan permasalahan utama yang dialmi oleh konseli merasa cemas ketika mendapat ramalan akan terlambat mendapatkan jodoh.
3	Prognosa Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dari diagnosis.	Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa Bimbingan Konseling Islam dengan mengunakan pendekatan rasional emotif. karena dari kasus tersebut berkembang pemikiran yang irasional pada diri klien sehingga klien mempercayai ramalan tersbut
4	Terapi Proses pemberian bantuan terhadap klien berdasarkan prognosis. Adapun terapi yang digunakan adalah Rasional Emotif	Ada 4 tahapan yang digunakan dalam terapi Rasional Emotif ini yakni : a.Tahap pengajaran Dalam tahap ini konselor

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

		mengutarakan beberapa gagasan-gagasan dari klien yang bersifat irasional, Setelah itu konselor meminta kepada klien untuk memisahkan keyakinan-keyakinan yang rasional dari keyakinan-keyakinan yang irasionalnya agar mencapai kesadarannya.berupa sebab akibat b.Tahap persuasif Dalam tahapan ini konselor Meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya. Karena pandangan yang ia kemukakan selama ini itu tidak benar. Konselor langsung mencoba meyakinkan, mengemukakan berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh klien itu adalah tidak benar. Konselor disini mengemukakan bahwa mempercayai ramalan orang lain itu tidak benar sehingga

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

		mengakibatkan konseli cemas memikirkanya. c.Tahap konfrontasi Dalam sesion ini Konselor menyerang ketidak logikaan berfikir klien dan membawa klien ke arah berfikir yang lebih logis. Ketidak logikaan berfikir klien disini adalah anggapan bahwa ramalan itu benar-benar terjadi pada klien, dan samapi sekarang klien belum mendapatkan penganti yang baru. Hal ini membuat klien sangat percaya bahwa ramalan benar-benar terjadi. d.Tahap pemberian tugas Dalam tahap ini Konselor memberi tugas kepada klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Di sini Konselor meminta pada diri klien untuk berinteraksi dengan teman-temanya yang belum menikah

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

		tetapi masih kerja, Setelah itu klien diminta untuk saling sharing atau bertukar pendapat dengan orang lain. Tujuannya di sini adalah untuk memperbaiki kekeliruan cara berfikir klien selama ini.
5	Evaluasi Mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil	Melihat perubahan pada klien setelah dilakukannya proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi rasional emotif

Berdasarkan tabel diatas bahwa analisis proses bimbingan konseling dilakukan konselor dengan langkah-langkah konseling yang meliputi tahap identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, treatment dan evaluasi. Dalam paparan teori pada tahap Identifikasi masalah yakni langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien. Melihat gejal-gejala yang ada di lapangan Maka konselor di sini menetapkan bahwa masalah yang dihadapi klien adalah kecemasan seorang wanita

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

yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh. pemberian treatment disini digunakan untuk menyadarkan wanita yang percaya dengan ramalan, serta pemikiran irasional yang ada pada diri klien.

Maka berdasarkan perbandingan antara data dari teori pada saat proses bimbingan konseling ini, diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses bimbingan konseling islam.

4. **Analisis data tentang hasil pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanitayang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh).**

Untuk lebih jelas tentang analisis data tentang hasil pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasan (study kasus seorang wanitayang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh) dapat dilihat tabel berikut:

Tabel 4.2.

Gejala yang nampak pada diri klien sebelum dan sesudah konseling

No	Gejala yang Nampak	Sebelum konseling	Sesudah konseling

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

		A	B	C	A	B	C
1	Gelisah	√				√	
2	Cemas	√				√	
3	Tangan dan bibir gemetar		√			√	
4	Menyendiri	√				√	
5	Menangis	√				√	
6	Melamun	√				√	
7	Sulit mengontrol emosi		√				√
8	Tidak konsentrasi	√				√	
9	Jantung berdetak kencang		√				√
SKOR		6	3			7	2

Keterangan :

A :Sering dirasakan

B :Kadang-kadang

C :Masih dirasakan

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

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pokok-pokok bahasan yang telah peneliti sajikan dalam peneliti ini dapat menarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Faktor-faktor internal dan exsternal penyebab seorang wanita itu percaya dengan ramalan adalah :
   a. Sampai sekarang masih sendiri
   b. Putus cinta berulang-ulang
   c. Dua kali diramal
   d. Pengalaman meramal pemilik butik.
2. Dampak yang dialami seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh adalah :
   a. Pemikiran berubah menjadi Irasional
   b. cemas
   c. sering menyendiri didalam kamar
   d. Melamun
   e. Menangis
3. Proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam adalah dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses konseling. Langkah konselor yang pertama adalah identifikasi masalah, disini konselor mengumpulkan data dari teman terdekat yang berfungsi untuk

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

mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada diri klien. Sedangkan langkah kedua mendiagnosa dengan menetapkan masalah yaitu mempercayai ramalan. Langkah berikutnya adalah prognosa dengan menetapkan jenis bantuan yaitu memberikan konseling dengan terapi Rasional Emotif. Kemudian konselor memberikan treatment atau terapi dengan teknik yang ada dalam terapi rasional emotif, adapun langkah yang di tetapkan dalam prognosis ini ada 4 teknik yakni teknik pengajaran, teknik persuasif, teknik konfrontasi dan teknik pemberian tugas. Ke semua teknik tersebut dilaksakan secara berurutan 3-5 kali pertemuan dalam prosesnya. Terakhir follow up sekaligus mengevaluasi tindakan konseli dengan melihat perubahan-perubahan yang ada pada klien. Yang didapat berdasar pernyatan klien dan wawancara dengan teman yang sekamar dengan klien.

4. Hasil pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dalam menghadapi seorang wanita yang diramal akan terlambat mendapatkan jodoh dikategorikan cukup berhasil. Hal ini ditandai dengan perubahan yang ditunjukkan oleh klien yaitu :Klien tidak lagi percaya dengan ramalan orang lain, tidak ingin cepat-cepat menikah muda seperti teman-temanya yang sudah menikah, mulai membuat keramaian lagi dikostnya dengan teman-temannya.

A. Saran

Dalam peneliti ini, penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan oleh karena itu peneliti membutuhkan saran, agar tercapai

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

sempurna. Kesempurnaan hanya milik Allah salah dan lupa adalah milik peneliti.

1. Bagi para pemuda-pemudi, yang merasa pernah diramal dengan orang lain, dan ramal itu tentang kematian, keluarga akan tidak bahagia di masa depan, akan terlambat mendapatkan jodoh, diramal jodohnya sudah meninggal itu tidak boleh percayai, sebagai orang Islam bahwa kita harus mempercayai hanya tuhan yang maha tahu, hidup dan matinya.
2. Bagi pembaca pada umumnya tidak ada satu orang pun di dunia ini tidak mengalami masalah, untuk itu dalam menghadapi masalah dengan segala bentuk permasalahan usahkan agar tidak selalu melihat atau bercermin ke masa lalu jika itu hanya menambah rasa sakit. dan janganlah menjadikan masalah sebagai beban hidup yang harus disimpan sendiri, cobalah untuk sedikit terbuka dengan orang disekitar yang menurut anda bisa menyimpan rahasia atau orang yang sanggup untuk membantu anda.
3. Bagi konselor dapat tetap memantau serta memberi motivasi agar klien lebih semangat. Dan apabila menghadapi kasus seperti penelitian ini hendaknya diperlukan waktu yang lebih lama, tidak cukup satu bulan untuk melakukan proses konseling, agar hasil yang didapat atau tingkat keberhasilan lebih efektif.

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

DAFTAR PUSTAKA

Arifin Chandrawaty dkk , *Strategi Memilih Jodoh*, Jakarta, PT.RINEKA CIPTA, 1993

Arifin H.M , *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama* Jogjakarta: bulan bintang, 1978

Arikunto, Suharsimi, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Dan Praktek, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006

Basri , Hasan, Merawat Cinta Kasih, Cet.1 ,Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1996

Bungin, Burhan, Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif Dan Kualitatif, Surabaya: Universitas Airlangga, 2001.

Chaplin C.P, Kamus Lengkap Psikologi, Jakarta; PT Raja Grafindo persoda, 1993

Corey , Gerald, Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi , Bandung: Refika Aditam, 2007

Dali gulo dan Kartini kartono, Kamus Psikologi, Bandung: pioner jaya, 1897

Daradjat, Zakiyah, Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga dan Masyarakat, Jakarta :Bulan Bintang, 1977

Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah, Diponegoro : AL-Hikmah, 2008

Fahmi, Mustofa, Kesehatan jiwa dalam Keluarga Sekolah dan Masyarakat, Cet I Jakarta :Bulan bintang, 1997

Faqih Ainur Rahim, Bimbingan Konseling dalam Islam, Yogyakarta: UII PRESS, 2004

Gunasa ,Singgih, Psikologi Untuk Membimbing, Jakarta : PT. Gunung mulia, 2002

Kartono, Kartini, Gangguan-Gangguan Jiwa, Bandung; sinar baru, 1981

Kartono, Kartini, Bimbingan dan Dasar-dasarnya, Jakarta ; PT Rajawali Cipta, 1997

Langgulung, Hasan, Teori-teori Kesehatan Mental, Jakarta ; pustaka Al Husnah, 1992

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

Nasfsy dan Achmad Mubarok, AL-Irsyad, Konseling Islam Teori dan Kasus, Jakarta : Bina Rena pariwari, , 2000

Nazir, Moh, Metode Penelitian, Jakarta : Ghalia Indonesia, 1988

Nurihsan juntika Achmad, Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan, Bandung, PT. Refika aditama, 2006

Moleong Lexy J, Metode Penelitian Kualitatif , Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009

Moh.surya dan Djumhur, Bimbingan konseling Islam, Bandung ; Guidance and Counseling, 1975

M. Suryo dan Djumhur , Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah , Bandung: CV. Ilmu, 1975

Muswidin, musthofa bied Al-bughe, Al-wasi sarah kitab Arba'in An-nawawiyah, jakarta : Al-iktishom, 2011

Osborne G. Cecil, , Seni Memahami Pasangan Anda, Jakarta: Gunung Mulia, 2001

Pujitono, Sujatmiko ,"Ramalan Yang Terlewatkan "Jawa Pos (5 November 2007)

Sukardi, Dewa ketut, Dasar-dasar Bimbingan dan penyuluhan di sekolah, Surabaya: Usaha nasioanal, 1993

sukardi Dewa ketut , Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Jakarta :PT Rineka cipta, 2008

Sugiyono, Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D , Bandung: ALFABETA, , 2008

Sukardi Dewa Ketut, Pengantar Teori Konseling, Ghalia Indonesia: Jakarta, 1985

Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Jakarta : PT. Raja Grafindo, 2007

Winkel, Ws, Bimbingan dan Konseling Diinsitusi Pendidikan, Jakarta : Gransindo, 1991

http://akhwat.web.id/muslimah-salafiyah/aqidah-manhaj/jangan-percaya-ramalan-bintang/, di akses 16 maret 2012 jam 08.27

www.digilibuns.ac.id di akses pada tanggal 17 Maret 2011, di akses 15 maret 2012 jam 21.09

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