BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah merupakan periode transisi antara masa anak anak ke masa dewasa yang jangka waktunya berbeda beda tergantung faktor sosial budaya yang berjalan antara umur 12 tahun sampai 21 tahun dan terjadi perubahan fisik maupun psikologis. "Persiapan untuk memasuki masa dewasa meliputi perubahan-perubahan fisik, perubahan hubungan sosial, bertambahnya kemampuan dan ketrampilan, pembentukan identitas tercakup dalam jangka waktu kira-kira 9 tahun. Pada akhir masa remaja diharapkan kedewasaan sudah tercapai, sudah mampu mencari nafkah sendiri dan membentuk keluarga. Masa remaja merupakan masa penuh gejolak emosi dan ketidak seimbangan, yang tercakup dalam " *storm dan stress*".[1]

Oleh karena itu remaja mudah sekali terpengaruh oleh lingkungannya. Bagaimana pentingnya pengaruh keluarga, lingkungan sekitar, teman sebaya terhadap perkembangan remaja. Sedikit saja remaja mengalami ketidak seimbangan dalam emosi dan dibiarkan berlarut-larut tanpa ada perhatian khusus dari lingkungan sekitar atau orang terdekatnya bisa menjadi suatu masalah yang serius bagi perkembangan psikologis remaja yang memang sangat labil pada masanya.

Salah satu ciri perkembangan psikologis remaja adalah adanya emosi yang meledak ledak, sulit dikendalikan, cepat depresi (sedih, putus asa) dan kemudian

[1] Singgih D Gunarsah, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: BPK Gunung Mulya, 2003), h.205

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

melawan dan memberontak. Emosi tidak terkendali ini disebabkan oleh konflik peran yang senang dialami remaja. Oleh karena itu, perkembangan psikologis ini ditekankan pada keadaan emosi remaja. Keadaan emosi pada masa remaja masih labil karena erat dengan keadaan hormon. Suatu saat remaja dapat sedih sekali, dilain waktu dapat marah sekali, terkadang bahagia yang berlebihan.

Dari waktu kewaktu sebagian besar dari remaja itu merasa cemas atau depresi, tetapi kondisi emosional seperti kecemasan dan depresi dapat dikatakan abnormal bila tidak sesuai dengan situasinya. Dan melebihi kadar normalnya, atau diluar batas kewajaran. Kapan suatu itu dikatakan abnormal atau tidak, Para ahli kesehatan menggunakan berbagai kriteria dalam membuat keputusan tentang apakah suatu perilaku itu adalaah abnormal atau tidak, kriteria yang paling umum digunakan adalah :

1. " Perilaku yang tidak biasa
2. Perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial atau melanggar norma sosial
3. Persepsi atau interpensi yang salah terhadap realitas
4. Orang-orang tersebut berada dalam stress personal yang signifikan
5. Perilaku Maladaptif atau selfdefeating
6. Perilaku berbahaya".[2]

[2] Navid. S Jefrey, *Psykologi Abnormal.* (Jakarta; Penerbit Erlangga, 2002), h.5

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

Mood adalah kondisi perasaan yang terus ada yang mewarnai kehidupan psikologis.Perasaan sedih atau depresi bukanlah hal yang abnormal dalam konteks peristiwa atau situasi yang penuh tekanan. Namun seseorang dengan gangguan pada moodnyaakan mengalami gangguan mood yang luar biasa parah dn mengganggu kemampuan mereka untuk berfungsi dalam memenuhi tanggung jawab secara normal.

Jadi bila ada remaja yang memiliki ciri-ciri perilaku abnormal hendaknya segera ditangani lebih dini, untuk menghindari damapak yang berkepanjangan pada masa transisi remaja nantinya menuju masa dewasa. Yang pasti akan dibawa dampaknya bila tidak segera ditangani. Seperti contoh pada gangguan Mood masuk dalam kategori perilaku abnormal ;

"Mood memang dikatakan wajar dialami beberapa orang, namun bisa dikatakan abnormal bila perubahan mood itu persisten atau parah dari siklus kegirangan yang ekstrem dan depresi yang ekstrem dapat menjadi petunjuk gangguan Mood"[3].

Gangguan Mood adalah suatu tipe ganguan yang ditandai dengan gangguan pada Mood. Gangguan pada Mood yang berlangsung sangat lama, tidak seperti biasanya, sangat parah dan cukup serius sehingga menghambat fungsi sehari-hari. Gangguan mood mencakup berbagai gangguan emosi yang membuat seseorang tidak dapat berfungsi, Mulai dari kessedihan pada depresi hingga euforia yang tidak realistis dan iritabilitas pada mania.

[3] Ibid...h.231

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

> "Ada beberapa tipe dalam gangguan mood, gangguan unipolar dan gangguan Bipolar. Gangguan unipolar yaitu gangguan mood yang mengacu pada satu kutub, arah, atau tunggal. Dalam gangguan Unipolar terdapat gangguan depresi mayor dan gangguan Distimik. Dalam Episode depresi mayor orang tersebut akan mengalami salah satu diantara mood depresi (sangat sedih, putus asa, dan terpuruk) kehilangan minat, rasa senang pada baebagai aktifitas untuk periode dalam waktu paling sedikit 2 minggu. Sedangkan gangguan distimik adalah pola depresi ringan yabg terjadi dalam suatu rentang waktu dan pada orang dewasa biasanya dalam beberapa tahun"[4].
> Gangguan depresi dianggap unipolar karena gangguaan ini terjadi hanya pada satu arah atau kutub emosional ke bawah. Sedangkan ada tipe gangguan Mood lainnya adalah gangguan perubahan Mood yaitu gangguan Bipolar dan Siklotimik. Gangguan ini melibatkan ekses depresi maupun rasa girang, biasanya dalam pola yang saling bergantian. Seperti mengendarai roller coster emosional, Berayun dari suatu ketinggian rasa girang ke kedalaman depresi tanpa adanya penyebab eksternal.

"Seseorang yang mengidap gangguan Bipolar biasanya sering merasakan euphoria (kegembiraan)yang berlebihan dan mengalami depresi. Periode ini bisa berganti dalam hitungan jam, minggu, ataupun bulan. Dan untuk penyebab yang tidak jelas sejumlah orang mengalami perubahan Mood yang dramatis dari kedalaman depresi ke ketinggian rasa girang"[5].

Dari penjelasan secara teoritis di atas di institusi pendidikan tempat penulis mengadakan kegiatan PKL (Praktek Keja Lapangan) yaitu di SMP Hangtuah 1 Surabaya, terdapat siswa sebut saja "X" yang merupakan siswa kelas VIII yang menunjukkan ciri ciri perilaku yang bisa dikatakan abnormal. Penulis yang pada saat itu sedang melakukan observasi mengamati perilaku siswa "X" terutama kebiasaannya ketika berada didalam kelas yang suka melamun, cenderung tidak

[4]Ibid...h .233
[5]Ibid...h.237

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

bertanggung jawab, tidak melibatkan diri dalam suatu kegiatan kelompok, tidak sopan saat berinteraksi dengan orang lain, cenderung murung dan kurang memiliki respon positif pada orang disekitarnya, namun suatu waktu tertentu dia terlihat sangat aktif dan periang, selalu terlihat mencolok dan menarik perhatian orang lain.

Penulis juga mengadakan wawancara dengan guru BK terindikasikan bahwa siswa ”X” sangat menutup diri dan sukar membagi perasaannya pada oranglain, ketika diajak berkomunikasi siswa “X” selalu berkata tidak terjadi apa-apa. Jadi guru BK agak sedikit kesulitan mengorek informasi. Namun ketika suatu waktu dia akan menjadi sangat mudah diajak berkomunikasi, mengutarakan masalahnya. Seketika itu dia akan menangis dan tiba-tiba langsung berhenti menangis. Siswa “X” memiliki suatu perasaan yang berubah-ubah.Terkadang dia merasa sangat murung atau depresi dan terkadang dia merasa sangat aktif dan sangat mencolok.

Penulis juga mengadakan wawancara dengan siswa “X”, Awalnya penulis merasa kesulitan dikarenakan siswa memberikan penolakan dan jawaban-jawaban yang negative seolah-olah siswa merasa terancam. Sehingga penulis memutuskan untuk mengadakan wawancara diluar sekolah, Penulis berharap bisa mengorek banyak informasi tentangnya.

Wawancara saat itu walau agak sedikit sulit namun akhirnya ditemukan kalau siswa “X” merasa kecewa terhadap ayahnya. Ayahnya berjanji untuk tidak menikah lagi setelah ibunya meninggal. Namun ayahnya tetap menikah lagi. “ *Ayah itu udah janji mbak sama aku, kalau gak akan nikah lagi. Buktinya sekarang ayah nikah lagi.*

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

Udah gak peduli sama aku. Yaudah aku tinggal aja sama nenek biar sekalian ayah lupa punya anak aku, kayak ayah lupa sama ibu"[6]

Berdasar wawancara juga diketahui suatu waktu siswa "X" mendapati suatu insomnia atau kesulitan tidur dan merasakan sangat meridukan ibunya. Merasakan perasaan yang marah tanpa sebab dan mudah sekali tersingggung ketika berinteraksi dengan orang lain. Dan suatu periode dia akan merasa sangat gembira, sangat antusias dengan hari-harinya, Selalu ingin terlihat mencolok diantara yang lain.

"*Kalau Mood saya lagi baik ya saya baik-baik aja mbak sama temen-temen, tapi kalau saya lagi gak mood saya itu diajak ngomong aja males*". Dan perubahan moodnya bisa berubah dalam hitungan jam atau hari, Dan itu berlangsung setelah dia mengalami fase depresi ketika kehilangan ibunya"[7].

Data tersebut diperjelas dengan hasil dokumentasi berupa chek list. Hasil chek list menunjukkan bahwa siswa "X" adalah orang yang tertutup, mempunyai perasaan mudah tersinggung, mudah marah, merasa sendiri dan terkhianati, dan depresi, dan terkadang ingin terlihat mencolok, menjadi pusat perhatian, tergantung bagaimana suasana hatinya.

Dari semua penjelasan dan permasalahan yang ada diatas, maka dapat di tarik kesimpulan bahwa siswa "X" mengalami gangguan suasana perasaan atau gangguan Mood (Mood disorder) karena pola berfikirnya yang tidak rasional dan mengakibatkan kondisi perasaan atau mood yang tiba-tiba menurun drastic atau tiba-

[6]Dokumentasi wawancara degan siswa "X" tgl: 6 april 2013
[7]Dokumentasi wawancara dengan siswa "X" tgl: 6 april 2013

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

tiba mood yang meningkat..Oleh sebab itu diperlukan suatu terapi terhadap siswa "X" yang pada waktu itu belum pernah mendapatkan terapi yaitu untuk menempatkan siswa pada kondisi perasaan yang stabil atau Mood yang stabil.

Siswa akan selalu terkutat pada perasaan negative mereka saat berinteraksi dengan orang lain, akibatnya dia membuat orang lain kecewa dan membentuk tahap-tahap penolakan. Siswa "X" mengakui ketidakpercayaannya yang berlebihan pada orang lain. Dia menyamakan setiap orang yang dikenalnya akan mengkhianatinya sama seperti ayahnya yang mengkhinatinya. Dilihat dari pemikirannya yang tidak logis atau rational, yaitu menyamakan semua orang sama seperti pemikiran negatifnya terhadap ayahnya merupakan pemikiran yang tidak rational.

Untuk mengatasinya peran fikiran dalam diri siswa "X" sangat penting untuk dioptimalkan.Terapi yang digunakan oleh konselor di SMP untuk mengatasi siswa "X" adalah dengan melakukan Terapi Rasional Emotif Behavior.

"Terapi rasional emotif behavior adalah salah satu terapi yang menaruh perhatian pada asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun berfikir irrasional serta menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalamdalam cara berfikir dapat menghasilkan perubahan dan berperasaan serta berprilaku sehingga individu akan menjadi produktif dalam kehidupannya" [8].

Dengan terapi rasional emotif behavior, konselor diharapakan dapat membantu konseling untuk mengubah perilaku atau kebiasaan negatifnya, dimana prinsip dasar

[8] Latipun, *Psikologi Konseling,* (Malang:UMM Press, 2005), h.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

terapi ini adalah menekankan proses belajar dalam melatih keterampilan untuk mengubah pola pikir yang irrasional dengan pola pikir yang rasional, serta mempelajari cara yang lebih efektif dalam mengatasi masalah atau gangguan emosinya. Dengan menempatkan kondisi emosinya dalam kerangka berfikir yang rasional, konseling diharapkan dapat menampilkan perilaku yang rasional pula.

Menurut *Ellis* yang dikutip oleh Singgih D Gunarsah bahwa "Pendekatan Terapi Rasional Emotif Behavior dapat dipergunakan untuk mengatasi masalah klinis seperti: depresi, anxietas (kecemasan), gangguan karakteorologis, sikap melawan, masalah seks, percintaan, perkawinan, pengasuhan masalah perilaku pada anak dan remaja"[9].

"Terapi Rasional Emotif Behavior menggunakan beberapa teknikyang bersifat kognitif, afektif, imageri, dan behavioristik yang disesuaikan dengan kondisi konseling. Setiap konselor dapat mempergunakan gabungan gabungan teknik sejauh penggabungan itu memungkinkan[10].

Tujuan dari dilaksanakannya terapi rasional emotif behavior adalah untuk mengentaskan problem yang dialami oleh siswa "X" yang mengalami gangguan Mood, Dengan diadakannya terapi rasional emotif behavior tersebut diharapkan siswa "X" mampu berfikir secara rasional atau logis ketika dia mengalami suatu perubahan mood, atau suasana hati. Yang akibatnya akan berpengaruh kepada hubungan sosialnya. Pikiran-pikiran negatifnya yang membuat suasana perasaannya berubah

[9]Singgih D Gunarsah, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: BPK Gunung Mulya, 2000), h.239
[10] Muhammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Jakarta: Medika Utama, 2001), h. 18

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

ubah. Masalah yang dialaminya merupakan bentuk dari pola pikirnya yang irrasional dan pemecahan masalah yang dihadapinya tersebut merupakan tanggung jawabnya sendiri.

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah di atas, maka penulis mengadakan penelitian ilmiah dengan judul skripsi :

"Implementasi Terapi Rasional Emotif Behavior Dalam Menangani Gangguan Mood Pada Siswa "X" Di Sekolah Menengah Pertama Hangtuah 1 Surabaya".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang disampaikan di atas, maka dapat dirumuskan pokok pokok permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana Identifikasi kasus siswa "X" yang mengalami gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya?
2. Bagaimana Diagnosis dan prognosis pada siswa "X" yang mengalami gangguan mood di SMP hangtuah 1 Surabaya?
3. Bagaimana Langkah treatment terapi rasional emotif behavior dalam menangani gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya?
4. Bagaimana hasil dan Follow Up pada siswa "X" yang mengalami gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya?

digilib.uinsby.ac.id 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. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Identifikasi kasus siswa "X" yang mengalami gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 surabaya?
2. Diagnosis dan prognosis pada kasus siswa "X" yang mengalami gangguan Mooddi SMP Hangtuah 1 Surabaya?
3. Proses Treatment dari terapi rasional emotif behavior dalam menangani gangguan mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya?
4. Hasil dan Follow Up terhadap siswa "X" yang mengalami gangguan Mood di SMP Hangtuah1 Surabaya?

D. Manfaat Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian diharapkan memperoleh manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Pengkajian terapi rasional emotif behavior dalam menangani gangguan bunuh diri diharapkan dapat bermanfaat dalam menambah wawasan teori dalam bidang bimbingan konseling.

2. Manfaat praktis

Manfaat secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan informasi bagi para konselor maupun kepada semua pihak yang berminat aktif dalam dunia ke bk-an. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai

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

bahan pertimbangan dalam menentukan kebijakan dalam praktek bimbingan konseling.

3. Manfaat bagi penulis

Dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dalam penelitian dan teknik yang harus dilaksanakan dalam mengatasi studi kasus serta dapat mengembangkan dan mengamalkan sesuai dengan jurusan kependidikan islam kosentrasi bimbingan konseling.

E. Definisi Konseptual

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam judul *"Implementasi Terapi Rasional Emotif Behavior Dalam Menangani Gangguan Mood"* maka penulis menegaskan beberapa istilah yang ada sebagai berikut :

1. "Terapi Rasional Emotif Behavior adalah salah satu terapi yang menaruh perhatian pada asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun berfikir irrasional (jahat) serta menekankan bahwa suatuperubahan yang mendalam dalam cara berfikir dapat menghasilkan perubahan dan berperasaan serta berprilaku sehingga individu akan menjadi lebih produktif dalam kehidupannya"[11] .

Langkah langkah atau tahapan terapi rasional Emotif Behavior menurut Dewa Ketut Sukardi ada empat langkah yaitu [12] :

[11] Latipun, *Psikologi Konseling,* (Malang: UMM Press, 2005), h.91-92
[12] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 144

digilib.uinsby.ac.id 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) Langkah pertama, dalam langkah ini konselor berusaha menunjukkan kepada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan yang tidak rasional.

b) Langkah kedua, dalam langkah ini konselor menyadarkan klien bahwa pemecahan masalah yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri.

c) Langkah ketiga, dalam langkah ini konselor berperan mengajak klien menghilangkan cara berfikir dan gagasan yang tidak rasional.

d) Langkah keempat, pada langkah ini konselor mengembangkan pandangan pandangan yang realistik dan menghindarkan diri dari keyakinan yang tidak rasional.

Menurut George dan Cristiani mengemukakan tahap terapi Rasional Emotif Behavior ada tiga taha up yaitu [13] :

a) Proses menunjukkan kepada klien bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa menjadi demikian serta menunjukkan hubungan gangguan yang irrasional dengan ketidakbahagiaan dan gangguan emosional yang dialaminya.

b) Proses membantu klien meykini bahwa berfikir dapat ditantang dan di ubah. Kesediaan klien untuk di-eksplrasi secara logis terhadp gagasan yang diami oleh klien dan konselor mengarahkan pa klien untuk mekukan disputing terhadap keyakian klien yang irrasional.

[13] Latipun, *Psikologi Konseling,* (Malang: UMM Press, 2005), h.102

digilib.uinsby.ac.id 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) Proses membantu klien lebih mendebatkan (diputing) gangguan yang tidak tepat atau irrasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berfiki yang lebih rasional dengan caa reindoktinasi yang rasinl tmsuk bersikap secar rasional.

2. Gangguan Mood (*Mood Disorder*) adalah "Suatu tipe gangguan yang ditandai dengan gangguan pada Mood."[14] Gangguan pada Mood yang berlangsung sangat lama, tidak seperti biasanya, sangat parah dan cukup serius sehingga menghambat fungsi sehari-hari. Gangguan mood mencakup berbagai gangguan emosi yang membuat seseorang tidak dapat berfungsi, Mulai dari kessedihan pada depresi hingga euforia yang tidak realistis dan iritabilitas pada mania.
3. Jadi yang dimaksud dengan "Terapi Rational Emotif behaviour dalam menangani gangguan Mood pada siswa "X" di Sekolah menengah Pertama Hangtuah 1 Surabaya " adalah terapi yang berupaya bmemberi bantuan kepada siswa "X" yang tidak mampu berfikir secara rasional (tepat), yang mengakibatkan siswa "X" mengalami gangguan Mood.

Tujuannya supaya setelah diadakan proses konseling atau terapi siswa "X" mampu berfikir secara rasional atau logis. Dan mampu menempatkan kondisi suasana perasaannya menjadi stabil. Dengan berpikir lebih Rational dan logis terhadap permasalahan yang dihadapinya. Hingga tidak mempengaruhi suasana perasaannya.

[14]Durand, V. Mark, Psikologi abnormal, (Jogjakarta; Pustaka belajar, 2006), h.273

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

E. Metode Penelitian

Adapun maksud dari metode penelitian ini "Metode adalah cara yang tepat untuk melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama dalam mencapai suatu tujuan. Sedangkan penelitian adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan dan menganalisa suatu yang diteliti sampai menyusun suatu laporan."[15]

Jadi, metode penelitian merupakan suatu strategi yang dilkaukan untuk mengumpulkan data dan menganalisanya. Adapun metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Karena dalam penelitian ini penulis hanya meneliti satu obyek penelitian. Bogdan dan Taylor mengatakan bahwa, " Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisandari orang- orang atau perilaku yang diamati. Pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh) jadi dalam hal ini tidak boleh mengisolasikan individu atau organisasi ke dalam variable atau hipotesis, tetapi memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan".

Menurut Kirk dan Miller mendefinisikan penelitian Kualitatif adalah "Tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang

[15] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Remaja Rosdakarya, 1999), h.3

digilib.uinsby.ac.id 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 tersebut dalam bahasannya dan dalam peristilahannya."[16] Sedangkan menurut Whitney metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interprestasi yang tepat. Penelitian deskriptif mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat, tata cara yang berlaku, serta situasi tertentu termasuk dalam hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan, serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh–pengaruh dari suatu fenomena.

Dalam metode deskriptif, peneliti bisa saja membandingkan fenomena-fenomena tertentu sehingga merupakan suatu studi komparatif. Penelitian ini digunakan untuk menjawab pertanyaan tentang apa, dan bgaimana suatu keadaan, dan melaporkan sebagai mana adanya. Jadi penelitian Deskriptif ini bertujuan untuk membuat Desikripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan antar fenomena yang diamati.[17]

2. Informan Penelitian

Sesuai dengan judul yang sifatnya studi kasus, yang mana dalam hal ini hanya melibatkan satu konseli saja. Maka dalam penelitian ini dilakukan secara intensif saja. Maka dalam penelitian ini dilakukan secara intensif terperinci dan mendalam tanpa menggunakan sampel dan populasi dan menggunakan informan penelitian yaitu subjek dari mana informasi diperoleh. Sumber data yang peneliti gunakan pada penelitian ini adalah :

[16]Ibid.. h. 4
[17]Moh Nazir,Ph.D, metodologi Penelitian (Bogor Selatan, PT Ghalia Indonesia, 2005) h.54-55

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

a. Sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Dalam penelitian ini yang termasuk sumber data primer adalah siswa X dan guru Bimbingan Konseling, serta teman-teman sekelas dengan siswa X di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

b. Sumber data Sekunder yaitu merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data pada pengumpul data. Yang termasuk dalam sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah Kepala sekolah, guru bidang studi, karyawan (TU).

Dalam suatu penelitian membutuhkan data data yang relevan dengan tujuan penelitian.Sedangkan untuk mendapatkan data data tersebut perlu menggunakan metode yang cocok. Dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa metode untuk memperoleh data, diantaranya :

a. Metode Observasi (Pengamatan)

Penulis juga menggunakan suatu metode observasi, "Yaitu teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang suatu subjek yang diteliti agar mendapat gambaran yang lebih jelas yang dilaksanakan dengan pengamatan secara langsung dilapangan".[18]

Dengan menggunakan metode tersebut, dimaksudkan untuk membantu terhadap pelaksanaan penelitian dalam memperoleh data data yang bersifat fisik. Dengan metode observasi dalam penelitian ini dapat digunakan untuk mendapatkan data tentang perilaku siswa X yang mengalami gangguan Mood. Bagaimana dia

[18]S Nasution, *Metode Research atau Penelitia*n Ilmiah, (Jakarta : Bumi Aksara 1996), h.143

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

dilingkungan sekolah, dan interaksi sosial dengan teman atau guru kelasnya. Berijkut penulis mengadakan observasi terhadap siswa “X”, teman sekelasnya, bagaimana dia sehari-harinya disekolah, dan interaksinya dengan orang lain. Metode observasi ini dimaksudkan untuk memperoleh data yang valid tentang siswa “X”. Sehingga dalam penelitian ini penulis menggunakan observasi untuk mengetahui secara langsung tentang penerapan Terapi Rational emotif Behaviour dalam mengatasi gangguan Mood pada siswa “X”.

b. Metode Interview atau Wawancara

Interview merupakan teknik pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak antara pewawancara dengan responden (informan) yang dikerjakan dengan sistematis dan menggunakan pedoman wawancara yaitu alat bantu pertanyaan pertanyaan yang akan ditanyakan oleh konselor kepada konseli dan informan.Wawancara tersebut dilakukan dengan dialog (tanya jawab) secara lisan, baik langsung maupun tidak langsung. Wawancara yang dilakukan seseorang untuk memperoleh keterangan mengenai orang lain. Disni penulis melakukan wawancara dengan pihak-pihak yang bersangkutan yaitu siswa “X”, guru Bimbingan Konseling untuk mengetahui data-data bimbingan konseling, dan teman-teman sekelasnya untuk mengetahui bagaimana pendapat mereka tentang siswa “X” dalam kesehariannya dilingkungan sekolah, bagaimana hubungan siswa “X” dengan teman sekelasnya.

digilib.uinsby.ac.id 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. Metode Dokumentasi

Dalam uraian tentang studi pendahuluan, telah disinggung pula bahwa sebagai objek yang diperhatikan atau ditatap dalam memperoleh informasi, kita memperhatiakan tiga macam sumber, yaitu tulisan (*paper*), tempat (*pleace*), dan kertas atau orang (*people*). Dalam mengadakan penelitian yang bersumber pada tulisan inilah kita telah menggunakan metode dokumentasi. Dokumentasi dari asal katanya dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dengan teknik ini penulis gunakan untuk memperoleh data tentang berdirinya sekolah, keadaan sarana prasarana, surat-surat pribadi".[19] Adapun menurut Suharsimi Arikunto pengertian lain dari dokumentasi adalah membuat dokumen yang dilakukan dengan mengambil foto, membuat catatan, membuat gambar dan sebagainya, agar kita memperoleh arsip sebagai dokumen. [20]

Dalam metode dokumentasi ini penulis mengguanakan data berupa cheklist, data-data di TU, data-data siswa "X". Ini berguna untuk memperlengkap data siswa "X" guna mempermudah melaksanakan proses terapi.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam skripsi yang dimaksud adalah suatu cara yang ditempuh untuk menyusun suatu karya tulis, sehingga masalah didalamnya menjadi

---

[19]. SuharsiniArikunto, *ProsedurPenelitianMelaluiPraktek* (Jakarta , PT AsdiMahasatya, 2002) , h. 132-135

[20]. Suharsimi Arikunto, *Penilaian & Penelitian Bidang Bimbingan dan Konseling,* (Yogyakarta : Aditya Media, 2011), h. 131

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

jelas, teratur, urut dan mudah dipahami. Adapun sistematika yang penulis gunakan dalam pembahasan ini ada lima bab pokok yang dikerangkakan sebagai berikut :

1. Bab Pertama

Dalam bab pertama ini berisi tentang latar belakang masalah. Yaitu mengapa penulis mengambil judul ini, apa yang menjadi penyebab, dan apa tujuannya. Kemudian semua masalah dirumuskan dalam rumusan masalah, ada pula tujuanpenelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, dan sistematika pembahasan.

2. Bab Kedua

Dalam bab kedua mencakup teori teori yang dijadikan dasar dalam menentukan langkah-langkah pengambilan data, memaparkan tinjauan pustaka yang digunakan sebagai pijakan penelitian dalam memahami dan menganalisa fenomena yang terjadi di lapangan

3. Bab Ketiga

Dalam bab tiga iniberisi tentang pendekatan dan jenis penelitian, informan penelitian, lokasi penelitian, metode pengumpulan data, teknik analisis data, kesimpulan (verifikasi data) dan pengecekan keabsahan data (Trianggulasi data).

4. Bab Keempat

Dalam bab ini, penulis membahas tentang gambaran umum SMP Hangtuah 1 Surabaya. Bimbingan dan Konseling diSMP Hangtuah 1 Surabaya. Penyajian data yang meliputi kondisi siswa “X” yang mengalami Gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya, proses pelaksanaan atau treatment terapi Rasional Emotif Behavior

digilib.uinsby.ac.id 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 mengatasi gangguan mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya. Hasil dari pelaksanaan terapi Rasional Emotif Behavior dan follow up dalam menangani gangguan mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya dan analisis data.

5. Bab Kelima

Dalam bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran tentang judul skripsi terapi Rasional Emotif Behavior dalam menangani gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

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