

**KONSELING TERAPI NARATIF DALAM MENUMBUHKAN MOTIVASI
BELAJAR PADA SEORANG MAHASISWA PUTUS ASA
MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR DI UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Strata Satu
Pada Program Bimbingan Konseling Islam (S.Sos)



Oleh :

Afifah Wildan Ulya Permana

B93215091

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2019**

PERNYATAAN
PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Afifah Wildan Ulya Permana

NIM : B93215091

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jl. Muria Raya No.03 Kel. Kedundung Indah Kec. Magersari
Kota Mojokerto

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

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

Surabaya, 31 Januari 2019

Yang menyatakan



Afifah Wildan Ulya Permana

NIM : B93215091

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Afifah Wildan Ulya Permana
NIM : B93215091
Judul : Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya

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

Surabaya, 31 Januari 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Drs.H. Cholil, M.Pd.I

NIP 196506151993031005

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi yang telah disusun oleh Afifah Wildan Ulya Permana ini telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi.

Surabaya, 12 Februari 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,



Dr. H. Abd. Halim, M.Ag

196307251991031003

Penguji I,

Drs. H. Cholil, M.Pd.I

NIP 196506151993031005

Penguji II,

Dr. Abd. Syakur, M.Ag

196607042003021001

Penguji III,

Drs. Abd. Basvid, MM

196009011990031002

Penguji IV,

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd

197008251998031002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : AFIFAH WILDAN ULYA PERMANA
NIM : B93215091
Fakultas/Jurusan : Da'wah dan Komunikasi / BKI
E-mail address : afifahwildan23@gmail.com

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

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

yang berjudul :

"Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar
Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa mengerjakan Tugas Akhir
di UIN Sunan Ampel Surabaya"

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis


(AFIFAH WILDAN)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Afifah Wildan Ulya Permana (B93215091), Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya.

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana Pelaksanaan Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya? (2) Bagaimana hasil pelaksanaan Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya?

Permasalahan klien yang dilatar belakangi karena klien tidak memiliki motivasi belajar dan mengalami keputusasaan dalam mengerjakan tugas akhir, klien juga selalu berfikir negatif dalam memaknai kehidupannya, tidak adanya teman yang membantu klien dalam pengerjaan tugas akhir serta kurangnya dukungan lingkungan sekitar terhadap penyelesaian tugas akhirnya.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis studi kasus deskriptif yang mana pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang disajikan dalam bab penyajian data dan analisis deskriptif dengan membandingkan sebelum dan sesudah proses terapi.

Hasil dari penerapan konseling ini yang dijelaskan dalam tolak ukur perubahan klien dari segi naratif, dan potensi diri serta cara bertindak yang sebelumnya mengalami putus asa mulai optimis serta memiliki harapan lagi. Kemudian dari aspek potensi diri klien mampu menjadi pribadi yang termotivasi dalam belajar serta bertanggung jawab untuk menyelesaikan suatu permasalahan secara lebih baik dari sebelumnya.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Terapi Naratif dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya dapat dikatakan berhasil, hal ini dapat dilihat dari perubahan sikap dari ketika sebelum diterapi klien mengalami putus asa yang menimbulkan perilaku negatif seperti malas mengerjakan tugas akhir menjadi mahasiswa yang rajin mengerjakan tugas akhir.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iii
MOTTO.....	iv
PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Definisi Konsep.....	9
F. Metode Penelitian.....	13
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	13
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian.....	14
3. Jenis dan Sumber Data.....	15
4. Tahap-Tahap Penelitian.....	16
5. Teknik Pengumpulan Data.....	18
6. Teknik Analisis Data.....	21
7. Teknik Keabsahan Data.....	23
G. Sistematika Pembahasan.....	25

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik	27
1. Terapi Naratif	27
a. Pengertian Terapi Naratif.....	27
b. Sejarah Terapi Naratif.....	28
c. Konsep Dasar Terapi Naratif	29
d. Pandangan Tentang Hakikat Manusia	33

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bagi bangsa yang ingin maju, pendidikan adalah sebuah kebutuhan. Sama halnya dengan kebutuhan sandang, pangan dan papan. Bahkan ada orang tua yang mau mengurangi kualitas sandang, pangan dan papannya demi melaksanakan pendidikan anak-anaknya. Di era globalisasi ini, ilmu pengetahuan atau teknologi sudah berkembang dengan sangat pesat, untuk mengikuti perkembangan zaman ini, jalan satu-satunya adalah dengan pendidikan. Pendidikan berasal dari kata “didik” lalu kata ini mendapat awalan me sehingga menjadi “mendidik”, artinya memelihara dan memberi latihan. Dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya ajaran, tuntunan, dan pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran.

Selanjutnya pengertian pendidikan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia ialah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.¹H.A.R. Tilaar mendefinisikan pendidikan sebagai suatu proses menumbuhkembangkan peserta didik yang memasyarakat, membudaya, dalam tata kehidupan yang berdimensi local dan global² yang dimaksud H.A.R Tilaar disini pendidikan merupakan suatu proses berkesinambungan untuk menumbuhkembangkan eksistensi manusia

¹Bisri Mustofa, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta:Parama Ilmu, 2015) hlm. 6

² Abdul Latif, *Pendidikan Berbasis Nilai Masyarakat*, (Bandung : Refika Aditama, 2009) hlm. 10

dengan proses bermasyarakat dan membudaya mempunyai dimensi waktu dan ruang.

Pengertian pendidikan diatas sejalan dengan UU No. 20 Tahun 2003 yang mendefinisikan pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan, masyarakat, bangsa dan Negara.³

Untuk menjadi manusia yang memiliki potensi dan kemampuan yang baik, seseorang harus menempuh pendidikan formal dan non formal. Lembaga pendidikan formal di Indonesia dalam garis besarnya dapat dibagi menjadi empat tingkatan yang berjenjang dan berekesinambungan yaitu: Lembaga pendidikan prasekolah, lembaga pendidikan dasar (SD dan SMP), lembaga pendidikan menengah (SMA dan SMK) serta lembaga pendidikan tinggi. Setelah seseorang menyelesaikan pendidikan menengah, lulusan SMA dan SMK dapat meneruskan studi lanjut ke pendidikan tinggi (Perguruan Tinggi Negeri). Dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi negeri, maka seseorang memiliki pengetahuan dan pola pikir yang luas serta memiliki kemampuan yang sesuai dengan bidang yang dimiliki (PP No.7 2008).

³Made Pidarta, *Landasan Kependidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, Ed. II, 2013) hlm. 15

⁴Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, (Jakarta : Grasindo, 2003) hlm. 3

[illegible]

Seiring dengan berjalannya waktu, seorang mahasiswa terkadang tidak bisa menyelesaikan studi akademisnya tepat waktu. Hal ini dikarenakan mereka banyak mengenyampingkan tugas akhir yaitu skripsi hingga semester 14 atau 7 tahun. Pada dasarnya mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi dalam waktu satu semester atau 6 bulan masa kuliah. Hanya saja kenyataannya banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikan skripsinya, sehingga yang terjadi kemudian adalah keterlambatan dalam penyelesaian studi dan tidak jarang berujung pada pengeluaran mahasiswa (*drop out*).

Pada mahasiswa semester tua sudah banyak dari mereka merasakan jatuh bangunnya mengerjakan skripsi. kesulitan-kesulitan yang dihadapi membuat mereka menjadi berputus asa. Putus asa merupakan sifat buruk

⁷ Abu A'la Mauludi, *Menjadi Muslim Sejati*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999), hlm.2

klien untuk mengganti judul yang sudah dibuat klien di sela-sela kerjanya yang cukup berat. Harapan untuk bisa menyelesaikan seminar proposal pada semester 12 kandas begitu saja dan membuat klien putus asa. Klien kembali melarutkan diri pada dunia pekerjaannya dan terus menyalahkan diri sendiri karena tidak mampu menyelesaikan tugas akhirnya, sehingga klien tidak memiliki motivasi belajar.¹⁰

sehingga mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini dapat optimis dan rajin belajar untuk segera menyelesaikan tugas akhirnya dengan mudah tanpa ada hambatan yang menghalanginya. Serta diharapkan pula penelitian ini dapat membantu klien dalam memberikan penanganan problem masalah pada diri mahasiswa yang menjadi subjek penelitian ini.

E. Definisi Konsep

Agar diketahui maksud judul penelitian ini, maka dijelaskan beberapa konsep sebagai berikut:

1. Terapi Naratif

Terapi naratif (*narrative therapy*) merupakan sebuah metode yang dikembangkan oleh beberapa konselor di Amerika Serikat sebagai bagian dari praktek konseling. Terapi naratif adalah suatu pendekatan konseling yang dilakukan dalam bentuk individual ataupun kelompok dengan mengajak klien agar mau terbuka mengungkapkan pengalamannya dengan bercerita terkait masalah yang dihadapinya. Michael White sebagai penggagas terapi naratif (2005) menyampaikan lima proses utama dalam terapi naratif:

- Memisahkan identitas klien dari masalahnya
- Menata ulang cerita yang tidak menyenangkan menjadi cerita yang menginspirasi
- Memunculkan dan menyusun cerita alternatif
- Menemukan identitas baru dan membuang identitas lama

- e. Membentuk aliansi terapeutik¹¹

Sehubungan dengan pendekatan ini ada baiknya peneliti menjabarkan definisi dari cerita dan naratif. Cerita di definisikan sebagai laporan peristiwa di masa lalu yang tersusun dari awal, tengah dan akhir, serta mengkomunikasikan informasi tentang rangkaian tindakan di sengaja yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok. Oleh sebab itu cerita bukan hanya sekedar peristiwa kronologis. Sebuah cerita yang disusun dengan baik memiliki tingkat kualitas dramatis dan mencakup keraguan, perasaan dan sesuatu yang berkaitan dengan kepribadian si penutur dan karakter yang ada dalam cerita tersebut. Selalu ada moral (pesan) dari cerita tersebut. Sebuah cerita dituturkan untuk “menunjukkan sesuatu”. Sedangkan Narasi adalah sebuah istilah yang digunakan untuk menggambarkan proses pembuatan laporan berkenaan apa yang telah terjadi. Sebuah narasi dapat terdiri dari beberapa cerita yang terpisah dan berbeda satu dengan yang lain dan sangat mungkin mencakup komentar atas cerita-cerita tersebut dan penjelasan.¹²

Sehingga dapat peneliti simpulkan bahwa terapi naratif tepat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar, bagi mahasiswa putusa menyelesaikan skripsi ingatan otobiografis lebih banyak diwarnai oleh pengalaman takut kegagalan dan menimbulkan pengulangan perilaku menghindar padahal penalaran ingatan otobiografis atas pengalaman positif diperlukan untuk memaknai dan membentuk identitas

¹¹ Martine Payne, *Narrative Therapy*, (London:SAGE Publications Ltd, 2006),hlm.11

¹² Jhon McLeod, *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1. (Jakarta : Prenada Media. 2006). hlm 254-255

Dapat peneliti simpulkan bahwa motivasi belajar adalah dorongan mahasiswa untuk belajar sehingga dia bisa menyelesaikan tugas akhir, serta dia bisa membuktikan kepada orang tua nya bahwa dia mampu menuntaskan pendidikannya dan mendapatkan gelar sarjana di perguruan tinggi.

Secara bahasa kata putus asa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan gabungan dari kata putus dan asa. Putus berarti tidak terhubung lagi, sedangkan asa berarti harapan dan semangat.¹⁷ Putus asa adalah suatu kondisi yang sangat umum dialami oleh setiap orang dalam hidupnya. Secara psikologis, putus asa sangat erat kaitannya dengan harapan. Orang yang putus asa akan mampu mengatasi keputusasaan tersebut dengan menghadirkan harapan dalam dirinya ketika menghadapi situasi yang sulit. Semakin seorang individu menyadari dan memahami keputusasaannya, maka semakin dirinya

¹⁷ Tim Pustaka Phoenix, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, cet VI, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), 672-673

berpotensi untuk mengembangkan harapan akan situasi yang lebih baik, begitu juga sebaliknya.¹⁸

Sementara itu Nietzel, dkk menekankan bahwa putus asa merupakan ketiadaan harapan seseorang untuk mengubah pola kesengsaraan hidupnya di masa mendatang. Individu menganggap bahwa peristiwa hidup negative sebagai suatu hal yang pasti terjadi dan tidak bisa dihindari, sementara hidup positif dipandang sebagai suatu hal yang tidak akan terjadi¹⁹.

Selanjutnya peneliti memilih judul penelitian: “Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya”

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang bertujuan untuk memahami suatu problema dalam konteks sosial secara alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara peneliti dengan yang diteliti.²⁰

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus meneliti suatu kasus atau fenomena tertentu yang ada didalam masyarakat yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari

¹⁸ C.J. Farran, dkk, *Hope and Keputusasaan: Critical Clinical Constructs*, (CA : Sage Publishing Company, 1995), hlm. 216

¹⁹ M.T Nietzel, dkk, *Abnormal Psychology*, (Boston : Allyn & Bacon, 1998), hlm.115

²⁰ Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hlm. 9.

mengamati.²² Dalam hal ini data sekunder adalah buku-buku referensi yang diperlukan atau yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan.

Sumber data adalah salah satu yang paling penting dalam sebuah penelitian, hal ini dikarenakan jika terjadi kesalahan dalam menggunakan atau memahami sumber data maka data yang diperoleh tidak sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam hal ini sumber data dibagi menjadi 2 bagian, yaitu:

Sumber data primer adalah sumber data yang didapatkan langsung dari lapangan dari klien melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi

Sumber data sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau melalui dokumen. Sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari literatur yang terkait dan hasil pengamatan peneliti terhadap situasi dan kondisi di lapangan.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga tahapan dalam penelitian, diantaranya: tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan,

a. Tahap Pra Lapangan

Untuk menyusun rancangan penelitian, peneliti terlebih dahulu membaca fenomena yang ada di lingkungan yang akan dijadikan objek penelitian dan memilih satu penelitian tentang konseling terapi naratif dalam menumbuhkan motivasi belajar pada seorang mahasiswa putus asa menyelesaikan tugas akhir.

Setelah membaca fenomena yang ada peneliti memilih lapangan penelitian di Perguruan Tinggi Negeri UIN Sunan Ampel Surabaya.

Dalam perlengkapan penelitian, peneliti menyiapkan pedoman wawancara, alat tulis, *tape-recorder*, kamera dan sebagainya. Itu semua bertujuan untuk mendapatkan deskripsi data dan sebagainya.

Uraian tentang tahap pekerjaan lapangan dibagi atas tiga bagian yaitu, peneliti memahami penelitian, mempersiapkan diri untuk memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data yang ada di lapangan. Di sini peneliti bertindak sebagai partisipan

Informan dalam penelitian ini adalah teman kerja klien, orang tua klien, dan beberapa teman dekat klien yang bisa membantu untuk mendapatkan data-data yang terkait dengan konseling dan juga melibatkan individu yang bermasalah tersebut.

Pada tahap ini, peneliti menganalisa data yang telah didapatkan dari lapangan yakni dengan menggambarkan atau menguraikan masalah yang ada sesuai dengan kenyataan. Analisis data mencakup menguji, menyeleksi, menyortir, mengategorikan, mengevaluasi, membandingkan, dan merenungkan data yang telah di rekam, juga meninjau kembali data mentah dan terekam.²³ Semua ini dilakukan oleh peneliti guna menghasilkan pemahaman terhadap data.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Observasi berasal dari kata *observation* yang berarti pengamatan. Metode observasi dilakukan dengan cara mengamati perilaku, kejadian atau kegiatan orang atau sekelompok orang yang

[illegible]

b. Wawancara

dalam menyusun laporan/mengolah data. Observasi digunakan untuk memperoleh data meliputi observasi perilaku, kegiatan, dan lingkungan sosial klien.

b. Wawancara

Selain melalui observasi, peneliti dapat mengumpulkan data melalui wawancara yaitu suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan m

[illegible]

c. Dokumentasi

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2015), hal. 224

²⁶Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005) hlm. 217-218

- b. Menelaah kembali catatan hasil observasi, wawancara, dan studi dokumentasi serta memisahkan data yang dianggap penting dan tidak penting. Hal ini dilakukan agar tidak terjadi kekeliruan klasifikasi.
- c. Mendeskripsikan data yang telah di klasifikasikan untuk kepentingan penelaah lebih lanjut dengan memperhatikan focus dan tujuan penelitian.
- d. Membuat analisis akhir yang memungkinkan dalam laporan penelitian.²⁷

6. Teknik Keabsahan Data

Pemeriksaan keabsahan data sangat diperlukan dalam penelitian kualitatif demi kesahihan dan keandalan serta tingkat kepercayaan data yang telah terkumpul. Teknik keabsahan data dalam penelitian ini ada tiga macam yaitu:

a. Perpanjangan Penelitian

Yaitu lamanya peneliti pada penelitian dalam pengumpulan data serta dalam meningkatkan derajat kepercayaan data yang dilakukan dalam kurun waktu yang lebih panjang. Lamanya peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data. Lamanya peneliti tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu yang singkat, tetapi memerlukan perpanjangan penelitian.

b. Ketekunan Pengamatan

²⁷ Asih, *Motivasi Belajar Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta* (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015) hlm.25-28

Ketekunan pengamatan diharapkan sebagai upaya untuk memahami pokok perilaku, situasi, kondisi, dan proses tertentu sebagai pokok penelitian. Dengan kata lain, jika perpanjangan menyediakan data yang lengkap, maka ketekunan pengamatan menyediakan pendalaman data. Oleh karena itu ketekunan pengamatan merupakan bagian penting dalam pemeriksaan keabsahan data.

Teknik keabsahan data adalah dengan menggunakan teknik triangulasi. Hal ini merupakan salah satu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut. Dalam penelitian ini, proses triangulasi sebagai proses penguatan bukti dari hasil catatan di lapangan observasi, wawancara dan dokumentasi yang bertujuan untuk meningkatkan akurasi suatu penelitian.

mengetahui dan memahami permasalahan peneliti, sehingga hasilnya dapat lebih akurat

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi yang hendak peneliti susun sebagai laporan, maka peneliti memandang perlu mengubah sistematika pembahasan. Skripsi ini terbagi menjadi tiga bagian, yaitu:

Bagian Awal, terdiri dari judul penelitian (sampul laporan), persetujuan dosen pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan pertanggung jawaban, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, dan daftar gambar.

Bagian inti, terdiri dari lima bab dan masing-masing bab berisi beberapa sub-bab, antara lain:

Bab Pertama Pendahuluan. Meliputi: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua Tinjauan Pustaka. Yang terdiri dari kajian teoritik meliputi: kajian tentang Terapi Naratif, Motivasi Belajar dan Putus Asa.

Bab Ketiga Penyajian Data. Berisi mengenai: Deskripsi Umum Obyek Penelitian dan Deskripsi Hasil Penelitian.

Bab Keempat Analisis Data. Terdiri dari: Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya, Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling

Menjelang abad ke-20 berakhir, terapi naratif menjadi suatu kecenderungan yang dominan dalam pekerjaan sosial klinis dan terapi keluarga serta merupakan bagian dari “gerakan postmodern”²⁹. Pendekatan naratif dikembangkan pada tahun 1980 an oleh Michael White, seorang pekerja sosial dan terapis keluarga yang berasal dari Australia Selatan dan David Epston, seorang Psikolog dan Terapis Keluarga yang berasal dari Selandia Baru, dan menerima perhatian seluruh dunia sejak mempublikasikan buku mereka di Amerika Utara pada tahun 1990. Terapi naratif dikembangkan dengan menggabungkan konteks konstruksionis sosial dan konstruktivisme sosial. Konstruksionis sosial berfokus pada narasi sosial dan kultural yang diinternalisasikan oleh individu, dan

²⁹ Gerakan postmodern ialah suatu reaksi terhadap modernisme, yang mempertahankan bahwa ada hukum-hukum dan kebenaran-kebenaran universal yang dapat diungkapkan melalui penemuan ilmiah, dan bahwa semua fenomena dapat diterangkan apabila kebenaran-kebenaran tersebut ditemukan.

Konsep Dasar Terapi Naratif

Terdapat tiga jalur perkembangan yang berbeda, berkaitan dengan evolusi model terapi narrative-informed dan narrative oriented. Tiga aliran teoritis yang paling berperan dalam area ini adalah psikodinamik, konstruktivisme dan pendekatan konstruksionis sosial (McLeod, 1997). Penelitian ini akan berkonsentrasi kepada kontribusi konstruktivisme sosial terhadap terapi narasi. Akan tetapi sebelum mengarah ke konsep tersebut, merupakan suatu keharusan untuk mengulas secara singkat cara pandang konselor dan psikoterapis psikodinamik terhadap cerita narasi.

1) Luborsky dan Crits-Christoph (1990) metode CCRT (Core Conflictual Relationship Theme)

rt R. dan Gilbert J. *Buku Pintar Pekerja Sosial*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2008) 7-188.

[illegible]

2) Model Terapi narasi konstruktif Goncalves (1995)

Tujuannya sebagai: mendorong klien menggunakan teknik narasi untuk membangun kesinambungan perasaan sebagai pemain atau penulis kehidupannya sendiri. Berulang kali para klien diminta untuk menceritakan kembali kisah peristiwa kunci dengan cara yang berbeda; secara subjektif, objektif dan metaforis. Artinya klien diajak untuk mencari cerita solusi atau cerita outcome positif dan menggunakan

Tahap 1: Mengingat narasi (*reccaling narratives*). Identifikasi ingatan tentang peristiwa hidup yang penting dengan menggunakan latihan visualisasi terbimbing untuk memfasilitasi pemanggilan kembali. Penugasan pekerjaan rumah yang meliputi penulisan kisah kunci dari setiap tahun kehidupan. Mengulas atau mengoleksi kisah hidup untuk memilih cerita prototip.

Tahap 3: Mensubjektifkan narasi (subjectifying narratives). Tujuan tahap ini adalah untuk meningkatkan kesadaran klien terhadap pengalaman mendalam kisah tersebut. Latihan yang digunakan adalah (terapis) memicu pengingatan kembali kisah penting dan kemudian meminta klien untuk fokus kepada pengalaman mendalam tersebut

dengan kalimat seperti, “Biarkan diri anda merasakan apa yang sedang anda rasakan saat ini”

Tahap 4: Memetaforisasi narasi (metaphorizing narratives). Klien dilatih dengan metode untuk mengumpulkan asosiasi metaforis terhadap kisah tersebut, kemudian akar citra ini yang ada dalam kehidupan sehari-hari akan dieksplorasi.

Tahap 5: Memproyeksikan narasi (projecting narratives). Klien diberikan kesempatan mempraktikkan metafora alternative, yang diambil dari literature dan seni. Akar metafora baru ini yang kemudian diimplementasikan dalam sesi dan kemudian dalam kehidupan sehari-hari.³¹

3) Model Terapi Konstruksionis Sosial Michael White dan David Epston (1990)

Narasi atau cerita dominan telah diceritakan atau diturunkan sepanjang hidup klien dan tidak menyisakan tempat untuk alternatif. Mengeksternalisasi masalah berarti membuka jarak untuk cerita jenis baru tentang masalah tersebut untuk penyusunan kembali. Proses eksternalisasi masalah berarti pemisahan diri dan hubungan seseorang dengan masalah dan membebaskan orang tersebut untuk mengambil pendekatan yang lebih ringan terhadap apa yang sebelumnya disebut sebagai isu “sangat serius”

³¹ Jhon McLeod *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1. (Jakarta: Prenada Media, 2006), hlm 260-261.

dengan masalah, bukan berarti menjadi bersatu masalah. Masalah berdampak kepada individu, dan dapat me
kehidupan cara-cara negative yang ekstrim. Konselor memb
dalam melemahkan problema kehidupannya dengan cara me
asumsi-asumsi yang keliru, yaitu bahwa masalah disebabkan
suatu peristiwa, dan membuka kemungkinan-kemungkinan
untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Ada dua tahap

yang dilakukan secara baik, akan menjadi dasar bagi co-authoring riwayat kehidupan baru klien. Klien seringkali merasa sakit dan tidak nyaman ketika dia mengalami pertama kali bagaimana masalah itu mempengaruhinya. Tugas konselor adalah membantu klien untuk mengatasi masalah apabila terus berlanjut dengan mengajukan pertanyaan: “jika masalah terus berlanjut dalam satu bulan ke depan apa yang anda akan lakukan?.” Pertanyaan ini dapat memotivasi klien untuk bekerjasama dengan konselor dalam melawan atau menghilangkan dampak masalah terhadap dirinya.

2) Raising Dilemmas

Raising dilemmas yaitu memunculkan dilemma, sehingga klien dapat menguji aspek-aspek masalah yang mungkin terjadi sebelum kesulitannya meningkat.

3) Predicting Setbacks

Predicting setbacks yaitu memprediksi kemunduran, sehingga klien dapat memikirkan tentang apa yang dia akan lakukan jika dihadapkan kepada kesulitan/masalah

4) Reauthoring

Reauthoring yaitu menulis ulang cerita/kisah kehidupan. Klien dapat menjadi *reauthor* kehidupannya, dan konselor mengundang klien untuk menulis cerita kehidupan baru melalui *unique outcomes*, yaitu peristiwa yang tidak dapat diprediksi melalui masalah yang terjadi. Dalam hal ini konselor dapat mengajukan pertanyaan “Pernahkah

- 6) Menemukan bukti historis yang mendukung pandangan baru dari konseli sebagai orang yang cukup kompeten untuk menentang, mengalahkan, atau keluar dari dominasi atau tekanan masalah. (Pada tahap ini identitas orang tersebut dan kehidupan cerita mulai mendapatkan ditulis ulang)
- 7) Meminta konseli untuk berspekulasi mengenai masa depan bagaimana yang bias diharapkan dari kekuatan dan kompetensi seseorang. Sehingga konseli menjadi terbebas dari cerita-cerita masalah yang menjenuhkan dari masa lalu dan ia dapat membayangkan dan merencanakan untuk masa depan yang kurang bermasalah
- 8) Menemukan atau menciptakan konseli untuk memahami dan mendukung cerita baru. Tidaklah cukup untuk membaca cerita baru. Konseli perlu untuk hidup baru cerita di luar terapi. Karena orang itu masalah awalnya dikembangkan dalam konteks social, adalah penting untuk melibatkan lingkungan social dalam mendukung kisah hidup baru yang telah muncul dalam percakapan dengan klien. Winslade dan Monk (2007) menekankan bahwa percakapan narasi tidak mengikuti perkembangan linier dijelaskan disini, karena lebih baik memikirkan langkah-langkah dalam hal perkembangan siklus yang mengandung unsur-unsur berikut:
 - Mengeksternalisasi Masalah
 - Memetakan dampak dari permasalahan individu

³⁹Tri Rumhadi, *Urgensi Motivasi Dalam Proses Pembelajaran*, Jurnal Diklat Keagamaan Vol 11, No. 1, Januari-Maret (Surabaya : Balai Diklat Keagamaan, 2017) hlm. 35

[illegible]

b. Teori Motivasi

1) Kebutuhan Fisiologikal (*physiological needs*)

[illegible]

menginginkan kebutuhan diatasnya, kebutuhan ini harus terlebih dahulu didapat agar bisa hidup secara normal. Contoh kebutuhan ini adalah kebutuhan akan sandang, pangan, papan, istirahat, rekreasi, dan hubungan seks. Untuk memenuhi kebutuhannya, manusia biasanya berusaha keras untuk mencari rezeki

2) Kebutuhan keselamatan (*safety needs, security needs*)

Setelah kebutuhan fisiologikal terpenuhi, maka muncul kebutuhan baru yang diinginkan manusia, yaitu kebutuhan akan keselamatan dan rasa aman, contoh kebutuhan ini antara lain menabung, mendapatkan tunjangan pensiun, memiliki asuransi, memasang pagar, pintu dan jendela.

3) Kebutuhan berkelompok (*Social needs, love needs, belonging needs*)

Setelah kebutuhan keselamatan terpenuhi atau rasa aman terpenuhi maka muncul pula kebutuhan baru yang diinginkan manusia, yaitu kebutuhan hidup berkelompok, bergaul, bermasyarakat, ingin mencintai dan dicintai, serta ingin memiliki dan dimiliki. Contoh kebutuhan ini antara lain : membina keluarga, bersahabat, bergaul, bercinta, menikah dan mempunyai anak, bekerja sama, menjadi anggota organisasi. Untuk memenuhi kebutuhan ini, manusia biasanya berdoa dan berusaha untuk memenuhinya.

4) Kebutuhan penghormatan (*Esteem needs, Egoitic needs*)

Setelah kebutuhan berkelompok terpenuhi, maka muncul kebutuhan baru yang diinginkan manusia, yaitu kebutuhan akan

penghormatan atau ingin berprestasi. Contoh kebutuhan ini antara lain ingin mendapatkan ucapan terimakasih, ucapan selamat ketika berjumpa, menunjukkan rasa hormat, mendapatkan tanda penghargaan (hadiah), menjadi legislative, menjadi pejabat (mendapatkan kekuasaan), menjadi pahlawan, mendapat ijazah sekolah, status symbol dan promosi. Untuk memenuhi kebutuhan ini, manusia biasanya berdoa minta ditinggikan derajatnya melalui sholat tahajud dan berusaha memenuhi aturan seperti jika ingin dihormati orang lain, maka kita harus menghormati orang lain.

5) Kebutuhan aktualisasi diri (*self -actualization needs, self -realization need, self- fulfillment needs, self-experience need*)

Setelah kebutuhan penghormatan terpenuhi, maka muncul kebutuhan baru yang diinginkan manusia, yaitu kebutuhan akan aktualisasi diri, realisasi diri atau pemenuhan kepuasan atau ingin berprestasi. Contoh kebutuhan ini antara lain memiliki sesuatu bukan hanya karena fungsi tetapi juga gengsi, mengoptimalkan potensi dirinya secara kreatif dan inovatif, ingin mencapai taraf hidup yang serba sempurna atau derajat yang setinggi-tingginya. Melakukan pekerjaan yang kreatif (menulis buku artikel), ingin pekerjaan yang menantang. Untuk memenuhi kebutuhan ini manusia biasanya berdoa dan berusaha untuk memenuhinya.

Hierarki diatas didasarkan pada anggapan bahwa pada waktu orang telah memuaskan satu tingkat kebutuhan tertentu mereka ingin bergeser ke tingkat kebutuhan yang lebih tinggi. McClland mengemukakan teori

- 1) Keinginan untuk melaksanakan sesuatu tugas atau pekerjaan yang sulit
- 2) Menguasai memanipulasi atau mengorganisasi obyek-obyek fisik manusia atau ide-ide melaksanakan hal-hal tersebut secepat mungkin dan seindependen mungkin, sesuai kondisi yang berlaku
- 3) Mengatasi kendala-kendala, mencapai standar tinggi
- 4) Mencapai performa puncak untuk diri sendiri
- 5) Mampu menang dalam persaingan dengan pihak lain
- 6) Meningkatkan kemampuan diri melalui penerapan secara berhasil

[illegible]

- 1) Seseorang akan berusaha memperoleh imbalan yang lebih besar atau
- 2) Mengurangi intensitas usaha yang dibuat dalam melaksanakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya

- 1) Tujuan-tujuan mengarahkan perhatian
- 2) Tujuan-tujuan mengatur upaya
- 3) Tujuan-tujuan meningkatkan persistensi
- 4) Tujuan-tujuan menunjang strategi-strategi dan rencana-rencana kegiatan

Terdapat dua sumber yang membuat seseorang dapat termotivasi dalam belajar yaitu:

Motivasi ini terbentuk karena kesadaran atas pemahaman betapa pentingnya belajar untuk mengembangkan dirinya dan bekal untuk menjalani kehidupannya.

Dapat berupa rangsangan dari orang lain atau lingkungan sekitarnya yang dapat mempengaruhi psikologis orang yang bersangkutan. Selain itu

[illegible]

Tinggi rendahnya motivasi seseorang itu dapat dilihat dari kemana ia menggantungkan sumber motivasinya. Semakin kuat seseorang menggantungkan sumber motivasinya kepada orang lain dan keadaan (faktor eksternal), berarti semakin rendah. Sebaliknya, semakin kuat seseorang menggantungkan sumber motivasinya kedalam dirinya, kesadarannya, keyakinannya atau ke kapasitasnya, berarti semakin tinggi. Teori motivasi menyimpulkan bahwa sumber motivasi internal adalah penentu. Sedangkan motivasi eksternal adalah pendukung.⁴²

1) Kemampuan mahasiswa

Kemampuan mahasiswa akan mempengaruhi motivasi belajar, kemampuan yang dimaksud adalah segala potensi yang berkaitan dengan intelektual dan intelegensi. Kemampuan psikomotor juga akan memperkuat motivasi.

Kondisi lingkungan sosial klien antara lain; lingkungan kampus, lingkungan kerja, lingkungan rumah dapat mempengaruhi proses belajar. Hubungan harmonis antara ketiganya dapat menjadi motivasi untuk

[illegible]

3) Cita-cita atau aspirasi mahasiswa

4) Menerapkan Reward and Punishment

[illegible]

ditimbulkan dengan sengaja oleh pendidik setelah mahasiswa melakukan pelanggaran atau kesalahan”⁴³

5) Manajemen Waktu

Manajemen waktu memiliki peranan besar dalam keberhasilan belajar mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki pemahaman manajemen waktu yang baik ditandai dengan perencanaan yang terorganisasi, jelas, konsisten, ada tujuan dan disiplin dalam menggunakan waktu. Purwanto (2000:6) berpendapat bahwa manajemen waktu adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu secara efektif.⁴⁴

e. Fungsi-Fungsi Motivasi Belajar

Motivasi tumbuh didorong oleh kebutuhan (need) seseorang, seperti kebutuhan menjadi orang kaya maka seseorang berusaha mencari penghasilan sebanyak-banyaknya dengan jalan bergadang, berbisnis, menjadi pengusaha dan sebagainya. Fungsi motivasi menurut Hamalik (2013) adalah :

- 1) Mendorong timbulnya kelakuan atau sesuatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul suatu perbuatan. Aktivitas belajar tidak akan tercipta dan terlaksana jika mahasiswa tidak melakukannya.

⁴³Sri Rejeki Rachmasari, *Penerapan Metode Reward and Punishment Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Mengetik Sistem 10 Jari Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 1 Tempel*, (Skripsi Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran UNY, 2015) hlm.

⁴⁴ Nurhdayati, *Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa*, Psikopedagogia, Vol.5,No.1 (Sumatra Selatan: Universitas Ahmad Dalan, 2016) hlm. 26

a. Pengertian Putus Asa

Putus asa adalah hilangnya harapan dan cita-cita. Boleh jadi putus asa itu terjadi karena kurangnya harta dan terjadinya sesuatu yang tidak diinginkan. Maka terjadilah ketegangan, lalu timbul kekesalan dan keputusan terhadap rahmat dan karunia Tuhan.⁴⁶ Putus asa adalah sikap yang membunuh perasaan seseorang. Putus asa akan menjadikan seseorang tidak semangat tidak ada motivasi untuk menjadi yang lebih baik.⁴⁷ Keputusan merupakan status emosional yang berkepanjangan dan bersifat subyektif yang muncul saat individu tidak melihat adanya alternatif lain atau pilihan pribadi untuk mengatasi masalah yang muncul atau untuk mencapai apa yang diinginkan serta tidak dapat mengerahkan energinya untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.

Manusia itu cepat dan mudah putus asa apabila nikmat-nikmat yang dipunyainya hilang, lenyap dari tangannya atau mendapat ujian dan kesulitan, maka jangan sekali-sekali berputus asa, melainkan tetap

⁴⁷ Imam Musbikin dan Miftahul Asror, *La Takhof Wala Taias Jangan Takut dan Jangan Putus Asa*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2008) hlm. 57

mempunyai harapan, biar dalam keadaan apapun selama ada nyawa pasti ada harapan. Senang atau susah, menang atau kalah, bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan datang silih berganti.⁴⁸

Pada Al-Qur'an Surat Yusuf ayat 87 yang berbunyi melarang kita berputus asa dari rahmat Allah, karena berputus asa merupakan hal yang tercela dalam agama Islam yang mulia ini.

يَلْتَبَيَّ أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحِ
اللَّهِ ۚ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya: “Hai Anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak berputus asa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir” (QS. Yusuf:87) ⁴⁹

Putus asa dari rahmat Allah merupakan dosa besar, Allah ta'ala berfitman

قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ

Artinya: “Ibrahim berkata : Tidak ada orang yang berputus asa dari rahmat Rabbnya, kecuali orang-orang yang sesat” (QS. Al-Hijr: 56).⁵⁰

b. Komponen dan Atribut Putus Asa

Farran, Herth, & Popovich (1995) dalam bukunya *Hope and Hopelessness: Critical, Clinical, Constructs* memandang keputusan dalam tiga komponen:

1) Komponen Afektif (*Affective component*) yaitu cara merasakan sesuatu. Putus asa diekspresikan sebagai perasaan ketidakberdayaan

⁴⁸ Muhammad Taqi al Mudarrisi, *Jangan Stress Karena Cobaan*, terjemahan Andi Emme (Jakarta: Zahra, 2006) hlm. 30

⁴⁹ Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahnya*, (Bandung: PT Sigma, 2010) hlm. 246

⁵⁰ Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahnya*.....hlm.265

2) Komponen Kognitif (*Cognitive component*) yaitu cara berpikir.

3) Komponen Tingkah Laku (*Behavioral component*) yaitu cara bertindak. Komponen afektif dan kognitif ini kemudian mempengaruhi cara individu bertindak. Individu yang putus asa pada umumnya mengalami '*paralysis*' atau ketidakmampuan untuk bertindak.

1) Atribut keputusan sebagai Experiential Process berarti individu menjalani serangkaian pengalaman hidup yang negatif sehingga membuat dirinya putus asa. Disini bukan pengalaman itu sendiri yang sepenuhnya menyebabkan seseorang menjadi putus asa, tapi lebih karna jumlah peristiwa hidup yang berat, kemampuan untuk menginterpretasikannya, nilai-nilai personal yang dimiliki individu, dan sumber daya internal maupun eksternal individu dalam

tidak mampu berpikir lurus dalam kelima elemen tersebut, keputusan bisa bersifat menetap dan bahkan menjadi ancaman patologis.

4) Atribut keputusan sebagai Relational Process berarti individu tidak mampu mempercayai orang lain, individu sulit membayangkan bahwa orang lain memberikan kebahagiaan dan dukungan. Individu juga menganggap tidak ada seseorang yang dapat mencintai dan mendukung dirinya.⁵¹

c. Faktor-faktor yang Menyebabkan Putus Asa

Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab munculnya putus asa ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah bersumber di dalam diri kita sendiri, tantangan dan faktor utama yang mampu memancing respon dari dalam diri seseorang. Misalnya kualitas kepribadian dan kondisi emosi seseorang, Faktor eksternal yaitu faktor penyebab putus asa yang berasal dari luar diri seseorang. Faktor eksternal dapat berupa ujian dan cobaan yang datang dari Allah.

Berikut beberapa faktor eksternal dan internal penyebab orang mengalami keputusan :

1. Faktor kehilangan
2. Kegagalan yang terus menerus
3. Faktor Lingkungan
4. Orang terdekat (keluarga)

⁵¹ C.J. Farran, dkk, *Hope and Keputusasaan: Critical Clinical*hlm.217

- Ketidakmampuan untuk mencapai sesuatu
- Hubungan interpersonal terganggu
- Proses pikir yang lambat
- Kurangnya tanggung jawab keputusan dan kehidupannya sendiri

c) Kognitif

- penurunan kemampuan untuk memecahkan masalah dan kemampuan membuat keputusan
- mengurus masalah yang telah lalu dan yang akan datang bukan masalah yang dihadapi saat ini
- penurunan fleksibilitas dalam proses piker
- kaku (memikirkan semuanya atau tidak sama sekali)
- tidak punya kemampuan untuk berharap
- tidak dapat mengidentifikasi atau mencapai target dan tujuan yang ditetapkan
- tidak dapat membuat perencanaan, mengatur serta membuat keputusan
- tidak dapat mengenali sumber harapan
- adanya pikiran untuk membunuh diri

2. Minor (mungkin ada)

a) Emosional :

- Individu merasa putus asa terhadap diri sendiri dan orang lain
- Merasa berada di ujung tanduk
- Tegang, Muak, Rapuh

- Kehilangan kepuasan terhadap peran dan hubungan yang ia jalani

b) Individu memperlihatkan :

- Kontak mata yang kurang mengalihkan pandangan dari konselor
- Penurunan motivasi
- Keluh kesah
- Kemunduran
- Sikap pasrah
- Depresi

c) Kognitif

- Hilangnya persepsi waktu tentang masa lalu, masa sekarang dan masa datang
- Bingung
- Ketidakmampuan berkomunikasi secara efektif
- Distorsi proses pikir dan asosiasi
- Penilaian yang tidak logis⁵²

e. Cara Mengatasi Putus Asa

Tekanan eksternal dalam kehidupan sehari-hari bisa memberikan dampak positif bagi individu maka ada beberapa hal yang dapat dilakukan. Pertama, Berhenti mengeluh, lakukan hal yang dapat dilakukan dengan usaha yang terbaik. Kedua perbanyak bersyukur dengan kehidupan sekarang. Ketiga, Memohon pertolongan Allah dengan shalat dan sabar maka hal itu memberikan kekuatan ketahanan diri sehingga seberat apapun

⁵² Lynda J. Carpenito, *DIAGNOSIS KEPERAWATAN, Aplikasi Pada Praktik Klinis*, ed. 9 (Jakarta : EGC, tt) hlm. 244-245.

f. Dampak dan Akibat Putus Asa

Adapun dampak atau akibat yang ditimbulkan akibat putus asa adalah sebagai berikut :

Pada orang yang putus asa memiliki dampak buruk bagi kesehatan fisik, sebab seseorang yang berputus asa sistem tubuh bagian dalam mengalami perubahan untuk mengatasi tekanan jiwa atau depresi. Secara fisik hilangnya sistem kekebalan tubuh, sehingga mudah

[illegible]

untuk terserang penyakit, seperti darah tinggi, sakit kepala, pusing sebelah dan gangguan pencernaan. Kondisi pikiran yang tegang dan kekacauan yang berlangsung lama juga dapat menimbulkan stroke, pingsan atau bahkan bunuh diri.⁵⁴

- Persamaan penelitian peneliti dengan penelitian Swasti dan Martani ialah Terapi yang digunakan adalah Terapi Naratif.

PENYAJIAN DATA

1. Lokasi Penelitian

Dengan adanya gambaran lokasi peneitian dapat membantu dan menggambarkan bagaimana lokasi lingkungan di sekitar klien termasuk di

dalam kehidupan beragama, hubungan sosial masyarakat disekitar klien dan kondisi tempat tinggal klien sehingga konselor secara tidak langsung dapat mengetahui bagaimana lingkungan tempat tinggal masyarakat yang berhubungan dengan adanya masalah yang dihadapi oleh klien.

2. Deskripsi Konselor

Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling. Konselor harus memiliki keahlian dalam melakukan konseling/penyuluhan. Berlatar belakang pendidikan minimal sarjana strata satu dari jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Bimbingan Konseling atau Bimbingan Penyuluhan. Dalam penelitian ini yang menjadi konselor adalah Afifah Wildan Ulya Permana. Dilahirkan pada tanggal 23 September 1997 di Surabaya. Tempat tinggal klien berada di Jl. Muria Raya No.03 Kelurahan Kedundung Indah, Kecamatan Magersari Kota Mojokerto. Konselor beragama Islam dan saat ini sedang menempuh studi Strata Satu (S1) program studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Berkaitan dengan pengalaman yang konselor miliki yakni, saat praktik lapangan mata kuliah Konseling Krisis di semester 5, konselor pernah melakukan proses konseling berupa pembinaan kelompok Pemuda Karang Taruna dan Warga di Kelurahan Prapen Kota Surabaya. selama satu bulan. Pada saat semester 6, konselor pernah melakukan praktikum ke tempat rehabilitasi sosial di Yayasan Rumah Siput Surabaya. Konselor juga melakukan proses konseling kepada para orang tua pasien yang di

3. Deskripsi Klien

[illegible]

Konseli berjenis kelamin laki-laki dan saat ini sedang mengalami keputusan dalam menyelesaikan skripsinya.

Untuk lebih mengetahui kondisi dan latar belakang klien secara mendalam, maka konselor akan menguraikan tentang identitas dan kepribadian klien, keadaan ekonomi, latar belakang keluarga klien dan lingkungan sosial klien sebagai berikut :

a) Identitas Klien

Nama : SI

Tempat, Tanggal Lahir : Surabaya, 25 Juni 1994

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Pendidikan : S1 Program Studi Manajemen Dakwah

Alamat Rumah : Jl. Glatik No. 22 RT 07, RW 06, Sepanjang
Tani, Kecamatan Taman Kabupaten
Sidoarjo

Anak ke : ke 1 dari 3 bersaudara

Hobi : Voli

Cita-cita : Wirausaha Sukses

Pendidikan Terakhir : SMP Ulul Albab Sidoarjo
: SMA Ulul Albab Sidoarjo

b) Kepribadian Klien

Menurut ibu klien, dirumah klien adalah seorang yang pendiam dan jarang keluar rumah. Meskipun pendiam, klien mudah bergaul dengan semua orang dan memiliki banyak teman. Klien memiliki perhatian besar kepada keluarganya. Akan tetapi klien menjadi sensitif dan cenderung memberontak kepada orang-orang terdekatnya jika sedang mengalami tekanan atau keputusan dalam penyelesaian skripsinya.

Menurut teman kerja klien, klien adalah seorang yang penyabar tekun dan fokus dalam pekerjaannya. Akan tetapi klien termasuk orang yang mudah banyak pikiran. Jika ada masalah ataupun ada suatu hal yang tidak menyenangkan hatinya maka hal tersebut bisa mempengaruhi kinerjanya. Walaupun begitu klien tetap berusaha untuk profesional dengan pekerjaannya. Banyak tugas-tugas berat yang dipercayakan pemilik konter untuk dikerjakan oleh klien. Selain itu klien dikenal ramah dan cukup dekat dengan sebagian besar pelanggannya. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti terhadap klien, klien terbuka terhadap pertanyaan-pertanyaan konselor dan tidak menunjukkan sikap keberatan.

c) Latar Belakang Keluarga Klien

Klien adalah anak pertama dari tiga bersaudara. Klien berasal dari keluarga sederhana dengan keadaan ekonomi menengah kebawah. Ayahnya bekerja sebagai Satpam di sebuah pabrik. Sedangkan ibu klien

bekerja sebagai pedagang serta pembuat tas dan aksesoris kreatif *homemade*. Adik klien yang pertama pelajar di tingkat SMK sedangkan adik terakhirnya di tingkat Sekolah Dasar.

Ketika kecil klien termasuk anak yang dimanja oleh kedua orang tuanya, karena pada saat itu ibu klien masih aktif bekerja dan keadaan ekonomi keluarga stabil. Menginjak SMA dan masuk kuliah setelah kelahiran adik keduanya, perekonomian keluarga klien sedang merosot, namun klien cepat menyesuaikan diri dengan keadaan ekonomi yang menurun, ia tidak lagi pernah meminta uang saku kepada orang tuanya dan jarang pulang ke rumah karena sibuk kuliah dan bekerja.

d) Latar Belakang Keagamaan Klien

Klien dan keluarganya dikenal sebagai keluarga muslim di lingkungan tempat tinggal mereka. Klien cukup rajin dalam hal beribadah. Ayahnya dikenal sebagai seorang yang agamis, rutin berpuasa sunnah senin-kamis serta tidak pernah absen meninggalkan sholat berjamaah di masjid. Sedangkan ibunya seorang yang beragama islam dan cukup rajin dalam hal beribadah.

e) Lingkungan Sosial Klien

Dalam interaksi sosialnya klien merupakan seorang yang mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Klien memiliki sikap jiwa penolong bagi orang-orang yang lebih lemah darinya. Namun klien juga mudah terpengaruh dengan pergaulan teman-temannya. Sering

mengeluh dan malas belajar karena tidak memiliki motivasi untuk segera menyelesaikan studinya.

4. Deskripsi Masalah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia masalah merupakan sesuatu yang harus diselesaikan. Sesuatu yang dimaksud disini ialah persoalan yang muncul dikarenakan adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Ada yang melihat sebagai tidak terpenuhinya kebutuhan seseorang dan adapula yang mengartikannya sebagai suatu hal yang tidak mengenakan. Prayitno (1985) mengemukakan bahwa masalah adalah sesuatu yang tidak disukai adanya, menimbulkan kesulitan bagi diri sendiri dan atau orang lain, ingin atau perlu dihilangkan⁴⁷.

Penelitian ini mengangkat permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yang mengalami keputusasaan dalam penyelesaian tugas akhir karena motivasi belajar yang rendah. Masalah klien berawal dari banyaknya mata kuliah yang mengulang di semester 8 sampai 11. Pengulangan mata kuliah tersebut terjadi karena faktor klien bekerja disambi kuliah sejak semester 2, disamping itu dia juga mengikuti UKM di salah satu Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Kemudian pada semester 12 ketika ia di uji untuk sidang proposal, dosen penguji yang terkenal killer tidak meluluskannya sidang proposal. Klien menjadi putus asa dan tidak melakukan peninjauan kembali untuk perbaikan proposalnya. Klien menyadari apabila sampai semester 14 berakhir ia tidak mampu

⁴⁷ Heru Mugiarto, *Bimbingan dan Konseling*, (Semarang:UPT UNNES Press, 2004), hlm.94.

Konselor mengetahui bahwa klien sudah menunjukkan rasa keputusasaan saat berbicara ia banyak diam dan murung. Berkali-kali klien menguatkan dirinya dengan mengatakan kepada konselor “toh banyak ilmuwan dan orang sukses terkenal berawal dari putus sekolah”. Klien menceritakan bahwa ia sebenarnya masih memiliki harapan untuk terus berjuang sampai akhir. Namun sikap mudah menyerah selalu membayangnya ketika ia mendapatkan rintangan. Klien menuturkan bahwa klien berani mengambil resiko di drop out apabila hingga semester 14 berakhir ia tidak bisa menyelesaikan skripsinya.

[illegible]

Konselor juga menanyakan bagaimana interaksinya dengan teman-teman disekitarnya. Klien menjelaskan bahwa ia mempunyai banyak teman. Namun teman-teman dilingkungan kerja klien tersebut kurang memberikan support untuk segera menyelesaikan skripsinya. Rata-rata teman-teman klien sudah bekerja dan tidak kuliah, mereka kurang faham dengan dunia perkuliahan. Sedangkan teman-teman yang seangkatan dengan klien di kampus kebanyakan sudah lulus dan menjalani kehidupannya masing-masing. Lingkungan sosial klien menjadi pengaruh besar sikap mudah menyerah klien untuk segera menyelesaikan skripsinya.

Selain interaksi dengan teman-teman disekitarnya, konselor juga menanyakan bagaimana interaksi klien dengan keluarganya. Klien tidak rukun dengan kedua orang tuanya. Hal itu pula lah yang membuat klien memutuskan keluar dari rumah pada semester dua dan mencari kebebasan tersendiri. Klien mengatakan bahwa ibunya adalah seorang yang ekstrovet, Sedangkan ayah klien adalah seorang yang pendiam dan berbicara seperlunya. Sekalipun berbicara seperlunya, sekali berbicara klien selalu tidak cocok dengan perkataan orang tuanya. Harapan orang tua klien hanya satu yakni agar klien secepatnya menyelesaikan kuliahnya seperti teman-temannya yang lain yang telah menamatkan kuliahnya tepat waktu. Akan tetapi keadaan ekonomi keluarga yang rendah, mematahkan keinginan klien untuk segera menyelesaikan skripsi dan membayar biaya wisuda. Klien mengatakan bahwa orang tua klien bertanggung jawab membiayai uang kuliah tunggal klien, namun keperluan-keperluan kuliah,

biaya transport, uang saku, fotocopy dan print tugas dan lain-lainnya klien harus mencari tambahan sendiri sejak semester 1. Klien menyadari kekurangan tersebut dan tidak menyalahkan kedua orang tua, karena orang tua telah berusaha yang terbaik, namun hal tersebut termasuk hambatan klien dalam menyelesaikan skripsinya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Proses Konseling melalui Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Mengerjakan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya

Pelayanan konseling dengan menggunakan terapi naratif bagi seorang yang mengalami putus asa kaitannya erat dengan bagaimana seseorang mampu menumbuhkan motivasi belajarnya dengan menghilangkan keputusasaan, mampu memisahkan dirinya dengan masalahnya serta membuat cerita baru yang lebih positif untuk kedepannya. Oleh karena itu pelayanan bimbingan dan konseling bagi seseorang yang mengalami keputusasaan dalam melanjutkan tugas akhirnya ini akan lebih terfokus pada perubahan kognitif atau pemikiran klien terhadap apa yang menjadi keputusasaannya akan ditangani dengan maksimal mungkin.

Sebelum melaksanakan terapi naratif, peneliti melakukan pendekatan dan melakukan perjanjian dengan klien untuk mendapatkan kepercayaan darinya. Hal ini penting karena dengan kepercayaan yang diberikan klien kepada konselor, otomatis klien akan meraih perasaan

a. Identifikasi Masalah

Adapun hasil wawancara yang dilakukan oleh konselor adalah sebagai berikut:

[illegible]

proposal klien tidak jelas dan tidak ada kaitannya dengan judulnya. Beliau menyarankan agar klien mencari permasalahan yang lain dan mengganti judulnya. Klien merasa gagal, padahal menurut klien ia sudah berusaha yang terbaik untuk belajar dan menyusun proposal selama tiga minggu sebelumnya, bahkan klien juga meminta cuti di tempat kerjanya selama seminggu agar ia bisa memfokuskan diri untuk menyelesaikan proposal tersebut.

Terlepas dari kekecewaan yang dirasakannya, klien menyadari bahwa pada saat itu klien mengerjakan skripsi tersebut sendirian. Dalam artian dia tidak berusaha untuk mencari teman agar membantunya minimal dengan berdiskusi dan mengarahkannya dalam penyusunan proposal. Selain itu klien merasa kesal dengan ibunya yang selalu saja menceritakan perihal keadaan ekonomi keluarganya yang semakin memburuk dan hubungan kedua orang tuanya yang mengalami banyak pertengkaran serta tidak seharmonis dulu akibat keadaan ekonomi tersebut. Pada saat itu proses konseling yang dilakukan oleh konselor masih sebatas identifikasi masalah saja karena terhenti dengan kondisi klien yang tertutup dengan masalah tersebut dan tidak mau melanjutkan proses konselingnya lagi. Namun konselor tetap membangun hubungan yang baik dengan klien dan tidak terputus. Klien terlalu tertekan dengan kedua masalah tersebut, ditambah lagi apabila nantinya jika orang tua klien tidak memiliki uang untuk membayar uang kuliah tunggal nya. sedangkan

gaji dari hasil kerjanya yang tidak seberapa, hanya cukup untuk biaya hidup klien di bulan depan. Klien memutuskan untuk tidak meneruskan kuliah dengan tidak membayar uang kuliah tunggal pada semester 13 nanti. Di akhir semester 12 klien menenggelamkan dirinya dalam pekerjaan dan tidak melanjutkan pengerjaan tugas akhirnya lagi.

Pada semester 13, ibu klien membayarkan uang kuliah tunggal klien dan mengatakan kepada klien bahwa semester ini terakhir kali beliau membayar uang kuliahnya. Jika sampai semester depan klien belum juga lulus maka orang tua klien sudah tidak sanggup untuk mencari uang kuliahnya lagi. Pada pertemuan selanjutnya klien meminta bantuan kepada konselor untuk membantunya menghilangkan rasa keputusasaannya serta memberikan motivasi kepada klien untuk segera menyelesaikan skripsinya. Konselor yang sudah mengetahui titik permasalahan klien dengan senang hati melanjutkan proses konselingnya. Konselor mulai menemui orang tua klien dan melakukan sesi tanya jawab. Konselor menanyakan perilaku klien yang sebenarnya, ibu klien bercerita bahwa klien sebenarnya adalah anak yang baik dan penurut, klien mudah sekali tersentuh hatinya dan suka membantu teman-temannya yang mengalami kesulitan. Klien fokus terhadap sesuatu yang sedang dikerjakannya namun mudah terbawa pikiran dengan hal yang tidak dia sukai. Ibu klien sangat meyakini

keputusan klien yang tidak menetap dirumah sejak semester 2, karena semenjak tidak dirumah klien semakin tidak dekat dengan keluarganya dan hal tersebut menyebabkan tidak rukunnya hubungan klien dengan orang tuanya.

Ibu klien bercerita jika beliau mengancam klien jika di semester 13 ini klien belum bisa menyelesaikan tugas akhirnya, maka ayahnya sudah tidak bisa mencarikan biaya kuliah lagi untuk klien. Ibu klien jengkel melihat sikap klien yang sampai saat ini belum menyelesaikan kuliahnya. Beliau juga menceritakan bahwa ia sudah sering mendesak klien untuk segera menyelesaikan kuliahnya. Akan tetapi desakan tersebut direspon negatif oleh klien. Klien sering mengatakan bahwa kedua orang tuanya malu jika anaknya tidak bisa mengenyam pendidikan hingga bangku kuliah. Padahal tidak sedikitpun ada pemikiran malu atau gengsi jika tidak bisa menyekolahkan anaknya hingga bangku kuliah. Beliau bercerita bahwa sebenarnya yang minta kuliah adalah klien bukan kedua orang tuanya seperti pernyataan yang klien utarakan kepada konselor. Dan sebagai orang tua pasti juga turut senang dan menuruti keinginan anak untuk kuliah meskipun biaya untuk kuliah harus dicarikan terlebih dahulu. Konselor menanyakan faktor klien sampai sekarang belum menyelesaikan kuliahnya. Ibu klien menceritakan jika banyak faktor yang membuat klien belum menyelesaikan studinya antara lain kondisi klien yang saat ini kuliah sembari

26-50% = D (Kurang)

51-100% = E (Kurang Sekali)

b. Diagnosis

Dari hasil wawancara, alat ungkap masalah dan observasi yang dilakukan dengan klien dan beberapa orang yang terdekat dengan klien, maka konselor menyimpulkan beberapa gejala yang dialami oleh klien sebagai tanda kurangnya motivasi belajar antara lain:

1. Mudah putus asa dan sering merasa tidak layak hidup
2. Mudah pesimis atau hilang harapan
3. Mudah sensitif atau mudah marah
4. Mudah menyalahkan diri sendiri dan sering menyesali diri dengan apa yang sudah ia perbuat
5. Bersifat tertutup, tidak suka orang tua mencampuri urusannya

c. Prognosis

Setelah memahami permasalahan yang dialami oleh klien, langkah selanjutnya yakni prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah klien. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan masalah klien agar proses konseling bisa membantu klien secara maksimal.

Setelah konselor melakukan observasi, wawancara dan memberikan alat ungkap masalah kepada konseli dan berbagai

d. Treatment

Pada pertemuan pertama konselor dan klien membuat perjanjian atas kesediaan klien dalam mengikuti proses konseling. Perjanjian itu tanpa adanya paksaan dari konselor dan disetujui oleh klien sendiri.

1) Eksternalisasi Masalah

[illegible]

“kapan masalah ini muncul?”pentingnya metafora bahasa digunakan, untuk kebiasaan penggunaan kalimat yang membawa eksternalisasi.

Ketika klien memandang dirinya sebagai bagian dari masalah, maka dia mengalami keterbatasan dalam menemukan cara yang dapat mengatasi masalah tersebut secara efektif. Namun ketika klien memandang masalah tersebut berada diluar dirinya, maka dia dapat membangun hubungan dengan masalahnya secara rasional. Konselor memotivasi klien bahwa ia mampu untuk memisahkan diri sebagai bagian dari masalah. Klien memisahkan masalah dengan menyebut masalah sebagai “Wahana”. Konselor membantu klien dalam melemahkan problema kehidupannya dengan cara membongkar asumsi-asumsi yang keliru seperti mengerjakan skripsi hanya sekedar formalitas dan paksaan orang tua yaitu bahwa masalah disebabkan oleh suatu peristiwa, dan membuka kemungkinan-kemungkinan alternatif untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Konselor memotivasi klien untuk tetap semangat dan tidak menganggap skripsi sebagai beban berat, dikerjakan dengan santai tapi terus menerus, sedikit demi sedikit lama-lama akan selesai sendiri. Konselor membantu klien untuk mencari tahu dampak dan asal mula pengaruh masalah

terhadap kehidupannya. Setelah itu menemukan perbaikan yang dapat mengatasi masalah tersebut secara efektif.

Dari hasil treatment yang dilakukan oleh konselor, klien dapat memposisikan dirinya diluar masalah dengan memberikan identitas pada masalah, melawan keputusan yang ia namakan sebagai “wahana”. Klien mengetahui dampak dan asal mula masalah terjadi. Klien berhasil mengidentifikasi strategi untuk menghadapi keputusan dalam mengerjakan skripsi tersebut.

2) Dekonstruksi Cerita

Pada pertemuan kedua konselor melakukan proses wawancara di konter (tempat kerja) klien dan seperti sebelumnya konselor melakukan perjanjian setiap akan melakukan proses konseling. Proses konseling dilakukan dua jam sebelum jam kerja klien. Pada proses konseling ini konselor memancing klien dengan mengevaluasi identitas masalah terhadap kehidupannya. Klien menceritakan jika saat ini ia masih belum bisa mengontrol sepenuhnya pengaruh keputusan dari luar dirinya. Klien masih membayangkan betapa beratnya beban mengerjakan skripsi. Konselor mencoba untuk menghilangkan pembayangan negatif ini karena nantinya hanya akan melestarikan keputusan. Konselor mengarahkan klien untuk menemukan proses pemaknaan cerita hidupnya.

Treatment ini menggunakan penulisan ulang cerita atau kisah kehidupan. Konselor mengajak klien untuk menuliskan cerita kehidupan baru di masa depan nanti. Klien diberikan kertas kosong dan memintanya untuk menuliskan kalimat positif berisi afirmasi diri dalam bentuk surat cinta yang ditujukan oleh klien kepada dirinya sendiri. Hal ini bertujuan

Penayangan film-film tersebut memberi dampak positif pada penguatan perubahan yang dialaminya. Klien memiliki keyakinan diri jika ia pasti berhasil menyelesaikan skripsinya di semester 13 ini. Maka dengan adanya proses konseling naratif, klien dapat melakukan penguatan pada pemberdayaan melawan permasalahannya (keputusasaan).

Konselor mengajak klien berkunjung ke rumah klien dengan tujuan bertemu orangtua klien untuk mempublikasikan diri bahwa klien memiliki identitas baru dimana klien mampu mengerjakan skripsi dan lulus di semester 13. Mulanya klien tidak mau berkunjung kerumahnya dikarenakan ia takut akan bertengkar kembali dengan orang tuanya. Akan tetapi konselor meyakinkan klien bahwa treatment terakhir ini penting untuk perubahan klien kedepannya. Klien juga harus yakin bahwa ia bisa meredam emosinya dan menjelaskan dengan tenang jika pada saat itu orang tuanya menanyakan tentang kabar skripsinya. Pada saat proses aliansi terapeutik konselor meminta

keluarga klien untuk mendukung perubahan positif klien dan memberikannya pujian. Klien merasa lega setelah melakukan proses aliansi terapeutik ini, meskipun diakuinya tadi dia sempat meninggikan nada suaranya pada saat ayah klien angkat bicara tentang kesanggupannya menyelesaikan skripsi pada semester 13 ini. Klien mengatakan kepada kedua orang tuanya jika ia menciptakan identitas barunya selain untuk mengerjakan skripsi, ia ingin membuktikan kepada semua orang bahwa ia mampu dan memiliki pemahaman untuk memaknai kehidupannya.

e. Follow Up

Evaluasi dilakukan sejak awal proses konseling hingga akhir dan setelah melakukan beberapa pertemuan dan proses konseling, konselor lebih banyak menanyakan perkembangan dan memantau kondisi klien. Berdasarkan hasil evaluasi, klien mengalami perubahan yang signifikan. Kondisi klien semakin membaik dan klien tampak bersemangat mengerjakan skripsinya. Setelah melakukan proses terapi Naratif, konselor tetap melakukan follow up kepada klien untuk melihat sejauh mana perubahan yang terjadi pada diri klien. Konselor dapat melihat klien mulai ada perubahan kearah yang lebih baik walaupun tidak secara menyeluruh namun klien sudah mampu untuk menggunakan identitas baru terhadap lingkungannya, klien berusaha untuk tidak mudah putus asa dan

terus berjuang, klien juga mulai mempertimbangkan dengan jernih sebelum membuat suatu keputusan.

2. Analisis Hasil Akhir Proses Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Mengerjakan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya

Pada bab ini akan dijelaskan hasil dari proses konseling terapi naratif dalam menumbuhkan motivasi belajar pada seorang mahasiswa putus asa mengerjakan tugas akhir di uin sunan ampel surabaya. Tingkat keberhasilan berdasarkan proses konseling yang telah dilakukan, terdapat perubahan atau tidak dalam diri klien pada saat sebelum dan setelah melaksanakan proses konseling.

Terapi naratif ini adalah proses konseling yang menitik beratkan pada perubahan cerita baru pada diri klien, merasa dan bertindak seorang klien dalam mengatasi keputusan dalam menumbuhkan motivasi belajarnya. Selain itu terapi ini berpengaruh saat konselor memberikan beberapa teknik konseling yang pada dasarnya mencakup pada perubahan cara berfikir klien yang semula negatif diharapkan berubah untuk menjadi yang positif dengan pemaknaan kisah hidupnya. Pada proses terapi ini, konselor lebih banyak memberikan penguatan mengenai kehidupan klien dan memelihara tujuan-tujuan positif yang ingin dicapai. hal ini diharapkan konselor agar klien mendapatkan dorongan motivasi belajar.

Setelah klien mendapatkan beberapa stimulus positif dan sedikit banyak akan melakukan perubahan yang nyata, dimulai dari sikap dan sifat yang terlihat. *“ketika aku merasa putus asa aku mulai bisa mengontrol pikiranku, perasaanku, dan mulai mempelajari dan memilih, aku punya dua pilihan, aku yang putus asa atau optimis, dan aku memilih optimis”*. Klien menyadari selama ini salah selalu menganggap hal-hal yang menimpa dirinya selalu buruk dan tidak dapat diatasi. Klien meyakini bahwa ia memiliki kemampuan untuk melawan rasa putus asanya. Klien memegang komitmen untuk meminimalkan pengaruh masalah pada kehidupannya, ini terbukti setelah dilakukannya proses konseling terlihat beberapa perubahan yang ada pada diri klien, seperti klien berhasil mengerjakan skripsinya dan akan mendaftarkan diri untuk pelaksanaan ujian sidang skripsi pada tanggal 31 Januari 2019 nanti. Klien menyadari jika dengan tidak pantang menyerah akan memudahkannya untuk mencapai tujuan yang dia harapkan.

Saat ini klien sedang belajar untuk sepenuh hati menerima kenyataan dengan memahami perkataan orang tuanya agar tidak mudah dimasukkan ke hati (sensitif). Klien meminimalisir hal tersebut dengan berupaya pelan-pelan memahami perkataan orang tuanya. Selain itu klien berjanji untuk menggunakan teknik menulis bebas untuk menyalurkan kemarahannya kepada orang tuanya sehingga ketid rukunan dengan orang tua bisa sedikit demi sedikit terminimalisir.

Tabel perubahan klien sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling

Tolok Ukur	Sebelum Proses Konseling	Sesudah Proses Konseling
Proses Terapi Naratif : 1. Eksternalisasi Masalah	1. Klien merasa dirinya tidak berguna, pasrah dan putus asa dengan skripsinya	1. Klien merasa dirinya berguna, optimis dengan skripsinya, karena klien memaknai keputusan asaatnya saat ini dalam mengerjakan skripsi hanya sementara, tidak akan membuatnya susah selamanya ⁵⁰
2. Dekonstruksi Cerita	2. Klien masih merasakan skripsi menjadi beban beratnya	2. Terkadang klien masih merasakan beratnya mengerjakan skripsi, akan tetapi klien tetap berusaha perlahan-lahan untuk mengerjakannya
3. Reauthoring	3. Klien tidak punya ide untuk cerita alternatif di kehidupan barunya	3. Klien memiliki beberapa ide untuk kehidupan barunya, hal tersebut efektif

[illegible]

BAB IV

Analisis data merupakan hasil atau informasi yang disajikan pada pembahasan sebelumnya yang diperoleh dari wawancara dan observasi dengan pihak klien dan informan. Berdasarkan judul “Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya”

Pada bab ini, analisis data berhubungan dengan proses yang telah dilakukan oleh konselor untuk meningkatkan motivasi dengan menggunakan langkah-langkah yaitu dengan dimulai perjanjian dengan klien, identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi / follow up. Analisis data deskriptif komparatif yakni membandingkan pelaksanaan konseling di lapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi klien sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses konseling.

Berikut ini merupakan analisis data tentang proses pelaksanaan serta hasil akhir pelaksanaan konseling terapi naratif dalam meningkatkan motivasi belajar.

A. Analisis Proses Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya

Berdasarkan pada keputusan yang menjadi faktor utama dalam mundurnya motivasi belajar seorang mahasiswa di UIN Sunan Ampel Surabaya, maka konselor menggunakan terapi naratif untuk membantu dalam pengoptimalan sumber-sumber motivasi belajar pada diri klien.

Terapi naratif mendorong klien untuk mencari solusi untuk pengalaman negatif masa lalu dan pembenahan asumsi-asumsi yang keliru akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara psikis maupun fisik. Klien adalah seorang mahasiswa yang mengalami keputusasaan, dimana saat ini merupakan keputusasaan dalam mengerjakan skripsi di semester yang tidak lagi muda. Klien selalu membayangkan beratnya mengerjakan skripsi tanpa adanya dukungan dari teman-temannya, dosen-dosen serta kedua orang tuanya. Klien sering merasa tidak ada yang bisa mengerti dirinya jika tidak dari dirinya sendiri yang mengerti kondisinya sendiri. Dalam interaksi sosialnya klien kurang bisa terbuka dengan kedua orang tuanya.

1. Identifikasi Masalah

[illegible]

untuk melakukan proses konseling. Klien bercerita jika saat itu klien sedang sedih dan merasa sangat putus asa. *“mbak saya sedih, proposal saya ditolak dosen penguji sedangkan saya sudah semester 12”*. Konselor mencari data lebih jauh penyebab proposal klien ditolak dosen penguji. Diketahui klien tidak fokus dalam mengerjakan skripsinya karena tidak memiliki teman untuk mendampingi dalam proses pengerjaan skripsi, disamping itu klien masih memikirkan perkataan ibunya tentang permasalahan keadaan perekonomian keluarganya yang berdampak pada ketidakkululusan ujian proposal. Kemudian konselor mendorong klien agar lebih bersemangat lagi dalam proses pengerjaan skripsi dan selalu mendo'akan kedua orang tuanya tentang segala kesulitan yang sedang menimpa keluarganya.

Klien putus asa dengan dirinya sekarang yang belum bisa mengerjakan skripsi, pada saat itu konselor mengetahui ada respon yang negatif saat klien bercerita. *“rasanya aku tidak layak hidup mbak, selalu saja seperti ini”* dan *“aku sebenarnya ingin cepat-cepat lulus, akan tetapi kayak ada yang menarik gitu agar menyerah saja”*. Klien terus memikirkan keadaannya yang berdampak pada klien mudah marah dengan perkataan orang tuanya. Ia melampiaskan kekesalannya dengan menyalahkan orang tuanya. Baginya ketika ada sesuatu hal yang kurang cocok dengan hatinya klien akan sensitif dan mudah sekali marah.

3. Prognosis

4. Treatment

[illegible]

Tahap selanjutnya yakni dekonstruksi cerita dan reauthoring. Pada dekonstruksi cerita klien menceritakan bahwa ia masih membayangkan betapa beratnya mengerjakan skripsi. Konselor menguatkan klien bahwa tidak ada yang berat jika beban tersebut dibagi dengan orang lain. Maka klien menceritakan semua hal yang membuat ia membayangkan skripsi itu berat kepada konselor. Setelah menceritakan pembayangan tersebut klien memberikan stimulus berupa cerita fabel “kura-kura dan kelinci” yang pada saat itu sesuai dengan kondisi klien. Tujuan cerita tersebut agar menggeser pembayangan negatif klien kepada sudut pandang yang positif. Klien

mengaku jika ia merasa lega setelah menceritakannya pada konselor dan sekarang ia bisa menilai masalah dari sudut pandang yang berbeda. *“dari yang kulihat tentang cerita tersebut, masalah kura-kura sama dengan kehidupanku, tapi bedanya kura-kura tetap optimis sedangkan aku terkena pengaruh putus asa”*

Setelah klien dapat melihat sudut pandang yang baru, kini saatnya proses reauthoring diterapkan. Konselor meminta klien untuk menulis bebas tentang apa yang ia rasakan, ia harapkan, ia targetkan kedalam selembar kertas. Klien menuliskan bahwa dirinya yang sekarang ini memiliki kekuatan untuk menyelesaikan skripsi. Setelah itu ia akan lulus, diterima di perusahaan yang diinginkan supaya bisa mengembalikan perekonomian keluarga dan menikah dengan perempuan yang dicintainya. Dalam penulisan cerita klien terlihat menikmati dan serius dengan cerita tersebut.

Pada tahap terakhir yakni peneguhan kembali dan aliansi terapeutik. Klien diberikan tayangan film inspiratif yang juga sesuai dengan keadaannya pada saat itu. Klien cukup antusias dan dapat mengevaluasi kejadian di film tersebut dengan dirinya pada saat ini. Konselor meminta izin ke klien agar bisa berkunjung ke rumah klien sebagai proses terakhir yakni aliansi terapeutik, dengan tujuan agar perubahan tersebut tidak berhenti jika klien kembali berputus asa dan tidak ada yang memotivasinya, maka dukungan dari keluarga adalah

yang utama untuk mempengaruhi sumber motivasi eksternal di lingkungan sekitar klien.

5. Follow Up

Berdasarkan hasil evaluasi, klien mengalami perubahan yang signifikan. Kondisi klien semakin membaik dan klien tampak bersemangat mengerjakan skripsinya, mempunyai teman untuk berdiskusi dan aktif melakukan bimbingan skripsi. Setelah melakukan proses terapi Naratif, konselor tetap melakukan follow up kepada klien untuk melihat sejauh mana perubahan yang terjadi pada diri klien. Konselor dapat melihat klien mulai ada perubahan kearah yang lebih baik walaupun tidak secara menyeluruh namun klien sudah mampu untuk menggunakan identitas baru terhadap lingkungannya dan mulai mempertimbangkan sesuatu jika klien mau membuat suatu keputusan.

B. Analisis Hasil Akhir Proses Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya

Berikut adalah hasil akhir pelaksanaan konseling terapi naratif dalam menumbuhkan motivasi belajar pada seorang mahasiswa putus asa menyelesaikan tugas akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya:

Tabel 4.1**Table checklist kondisi klien sebelum dan sesudah proses konseling**

NO	Kondisi Klien	Sebelum		Sesudah	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Bersikap optimis ketika menghadapi masalah		√	√	
2	Memetakan masalah dan memaknai kehidupannya		√	√	
3	Memisahkan masalah dengan dirinya		√	√	
4	Senang ketika mendapatkan kritikan orangtua		√	√	
5	Sensitif jika mendapatkan perkataan orang tua	√			√
6	Mempunyai teman untuk berdiskusi		√	√	

Tabel 4.2

Tabel keterangan kondisi klien sebelum dan sesudah pelaksanaan

Tolok Ukur	Sebelum Proses Konseling	Sesudah Proses Konseling
Proses Terapi Naratif : 1. Eksternalisasi Masalah	1. Klien merasa dirinya tidak berguna, pasrah dan putus asa dengan skripsinya	1. Klien merasa dirinya berguna, optimis dengan skripsinya, karena klien memaknai keputus asaannya saat ini dalam mengerjakan skripsi hanya sementara, tidak akan membuatnya susah selamanya ¹
2. Dekonstruksi Cerita	2. Klien masih merasakan skripsi menjadi beban beratnya	2. Terkadang klien masih merasakan beratnya mengerjakan skripsi, akan tetapi klien tetap berusaha perlahan-lahan untuk mengerjakannya
3. Reauthoring	3. Klien tidak punya ide untuk cerita alternatif di kehidupan barunya	3. Klien memiliki beberapa ide untuk kehidupan barunya, hal tersebut efektif memunculkan harapan pada diri klien dan membuang keputus asaannya
4. Peneguhan Kembali	4. Klien mudah kembali putus asa	4. Klien yakin jalannya pasti dipermudah oleh Allah karna ia sudah berada di semester tua, Para dosen juga tidak akan mempersulitnya asalkan ia juga berusaha semaksimal

¹ Hasil pemaknaan hidup klien dengan mengadopsi pernyataan Soemantaram setelah proses konseling “Di atas bumi dan di bawah kolong langit ini tidak ada barang yang pantas dicari, dihindari dan ditolak mati-matian. Meskipun demikian manusia tentu berusaha mati-matian untuk mencari, menghindari atau menolak sesuatu, walaupun itu tidak sepantasnya dicari, ditolak atau dihindarinya. Bukankah apa yang dicari atau ditolaknya itu tidak menyebabkan orang bahagia dan senang selamanya, dan celaka dan susah selamanya?” (Suryomentaram dkk, 1985:1)

PENUTUP

Dari berbagai fakta yang sudah diperoleh dari lapangan, tentang keputusan. Adapun kesimpulan dari hasil penelitian Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya, adalah sebagai berikut:

- 107

- c. Prognosa yakni langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah. Dengan permasalahan yang dihadapi klien, konselor membantu klien dengan menggunakan 5 Proses Terapi Naratif dengan beberapa teknik lain yang disesuaikan dengan permasalahan klien.
 - d. Terapi atau Treatment yakni dengan menggunakan teknik yang bertujuan untuk klien dapat memaknai kehidupannya dan klien dapat mengatasi sikap keputusasaannya agar berubah menjadi optimis.
 - e. Evaluasi atau Follow Up ini mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi pada klien setelah proses konseling yang telah dilakukan konselor hasilnya klien lebih bisa merubah pemikiran dan tingkah lakunya untuk memaknai kehidupannya.
2. Hasil dari penerapan Konseling Terapi Naratif dalam menumbuhkan motivasi belajar dapat dinyatakan cukup berhasil karena dapat dilihat dari perubahan yang dialami klien sendiri yang mulai perlahan dapat memahami pemaknaan hidup. Klien yang selalu berputus asa dengan keadaan dan juga mudah sensitif dengan perkataan orang tuanya ini sudah mulai mengatasi keputusan tersebut, klien juga mulai bersemangat dalam pengerjaan skripsi dan mempunyai teman untuk diskusi. Adapun potensi dan keinginan dari klien sudah mulai terlihat, klien mulai mengembangkan potensinya dan mandiri memiliki target-target dalam pelaksanaan penyelesaian skripsi hal tersebut terbukti pada tanggal 31 Januari 2019 nanti klien akan mengikuti

Dari hasil penelitian diatas, maka peneliti ingin memberikan saran kepada orang-orang yang berkaitan dengan permasalahan tentang konseling terapi naratif dalam menumbuhkan motivasi belajar.

- [illegible]

- Sutirna.2013. *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Non Formal dan Informal*.Yogyakarta: ANDI.
- Swasti dan Martani, “Menurunkan Kemecasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah *Hidup*”. *Jurnal Psikologi*, Vol 40, No.1, Juni.
- Upton, Penney. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Juwita Widya, dkk. 2017.*Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri*, Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang
- Abels, Paul. 2001. *Understanding Narrative Therapy : A Guide Book For The Social Worker*. New York: Springer Publishing Company.
- McLeod Jhon. 2006. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1.Jakarta : Prenada Media.
- Gunarsa Singgih D. 2012.*Konseling dan Psikoterapi* Cet. 7. Jakarta: Libri.
- Yusuf Syamsu. 2016. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Corey Gerald. 2009.*Theory dan Practice of Counseling and Psychotherapy, Ninth Edition*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Lubis Namora Lumongga. 2011.*Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*.Jakarta : Prenada Media Group
- Santrock Jhon W. 2010.*Psikologi Pendidikan*.Jakarta: Kencana.
- Rumhadi Tri. 2017.*Urgensi Motivasi Dalam Proses Pembelajaran*. Jurnal Diklat Keagamaan Vol 11, No. 1, Januari-Maret.Surabaya : Balai Diklat Keagamaan
- Ahmadi Abu dan Widodo Supriyono. 2008.*Psikologi Belajar*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Kompri. 2017. *Belajar; Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Ubaedy, AN. 2014. *Motivasi Untuk Hidup Yang Lebih Baik*. Jakarta: Bee Media Indonesia.
- Rachmasari, Sri Rejeki. 2015.*Penerapan Metode Reward and Punishment Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Mengetik Sistem 10 Jari Siswa Kelas X SMK MUhammadiyah 1 Tempel*. Skripsi Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran UNY.

- Nurhdayati, 2016. *Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa*, Psikopedagogia, Vol.5,No.1.Sumatra Selatan: Universitas Ahmad Dalan.
- Permendikbud Nomor 49 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
- Riyan Adhi Buana, *Perbedaan Motivasi dalam mengerjakan Skripsi diantara mahasiswa laki dan perempuan di fakultas Psikologi UKSW*,
- Tim Pustaka Phoenix. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. cet VI. Jakarta: Balai Pustaka,
- Farran, J.C. dkk, 1995. *Hope and Keputusanasaan: Critical Clinical Constructs*. CA : Sage Publishing Company.
- Nietzel, M.T. dkk., 1998. *Abnormal Psychology*. Boston : Allyn & Bacon.
- R. Albert dan J.Gilbert. 2008. *Buku Pintar Pekerja Sosial*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Carpenito, J. Lynda. tt. *DIAGNOSIS KEPERAWATAN, Aplikasi Pada Praktik Klinis*, ed,9. Jakarta : EGC.