

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi umum obyek penelitian

1. Deskripsi lokasi

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

a. Dusun-dusun yang ada di kelurahan Dalpenang

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

b. Perbatasan di daerah dalpenang

Utara : Pasean

Selatan : Rongotenggah

Timur : Gunung Maddah

Barat : Gunung Sekar

c. Keagamaan masyarakat.

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

d. Keadaan pekerjaan

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

e. Pendidikan masyarakat

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

2. Deskripsi konseli

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

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

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

Nama : Ifa (Nama samaran)
 Tempat, tanggal lahir : Sampang, 03 September 1987
 Jenis kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Alamat : Dalpenang-sampang.

a) Riwayat pendidikan

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

b) Pengalaman konseling

1. As teacher at SMA 3 GIKI
2. Consultant study English in PMII Tarbiyah Surabaya Branch¹

¹ Interview dengan konseling pada tanggal 10 mei 2012

c) Latar belakang keluarga konseli

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

d) Latar belakang pendidikan.

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

e) Latar belakang ekonomi

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

² Interview dengan konseli pada tanggal 10 mei 2012

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

f) Latar belakang Agama

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

3. Deskripsi konselor

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

Adapun data konselor adalah sebagai berikut :

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

³. Interview dengan teman sekamar konseli tanggal 10 mei 2012

a) Riwayat pendidikan

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

b) Pengalaman koselor

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

c) Latar belakang keluarga konselor

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

⁴ Pada saat praktek pengalaman lapangan (PPL) tanggal 19 september 2011

⁵ Pada saat tugas mata kuliah terapi Islam tanggal 26 november 2011

⁶ Klien merupakan teman konselor di kampus, yang di tangani mulai tanggal 22 desember 2011 sampai sekarang

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

d) Latar belakang pendidikan

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

e) Latar belakang ekonomi

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

f) Latar belakang Agama

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

⁷ Wawancara dengan teman konselor sekamar pada tanggal 18 Desember 2011

⁸ Wawancara dengan teman konselor sekamar pada tanggal 18 Desember 2011

4. Deskripsi Masalah.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

B. Deskripsi Hasil Penelitian

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

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

Konseli : Assalamualaikum

- Konselor :Waalaikum salam
- Seneng bertemu dengan mbak, mbak gimana dengan pekerjaan barunya ? senang ? (Tersenyum pada konseli)
- Konseli :Allhamdulillah baik dek, masalah pekerjaan barunya juga lancar-lancar saja. Tapi masalah percintaan tidak lancar.(tersenyum dengan muka yang sedih)
- Konselor :kenapa dengan percintaanya mbak ?
- Konseli :Tiap kali hubungan sama lawan jenis sering putus di tengah jalan, padahal saya sudah serius sama dia. Saya takut dek ? (menunduk)
- Konselor :Takut apa mbak ?
- Konseli :mbak pernah diramal oleh seorang ibu pemilik butik. Ketika itu mbak mengantarkan adik kelas namanya nia (nama samaran), nia yang sekamar sama mbak itu, mau pinjam kebaya di buat wisuda, sampai di toko saya sama nia di sambut dengan ramah, kemudian ibu yang punya butik mendekati saya, lalu berkata “ mbaknya ini, jodohnya telat”. Disitu mbak langsung sedih dek, ingin nangis. Sudah dua kali dek, mbak diramal yang sama dengan berbeda orang. Aslinya saya ingin nikah, temen-temen sudah banyak yang berumah tangga, malah ada yang sudah punya anak. (sedih)

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

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

Konselor : mbak, kepikiran perkataan mereka ?

Konseli :iya dek.

Konselor :apa yang menjadi mbak kepikiran ?

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

Konselor :Bagaimana perasaan mbak ?

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

(konseli terlihat pucat dan membendung air mata)

Konselor :Saat ini mbak terlihat pucat ?

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

Konselor :Apa yang mbak harapkan saat ini ?

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

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

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

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

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

Konselor : Assalamualaikum

Konseli :waalaikum salam

Konselor :bagaimana kabarnya mbak ?

Konseli :ya beginilah dek.

Konselor :mbak matanya kelihatan sembap gitu ?

- Konseli :masih kelihatan sembab ya dek ?
- Konselor :iya mbak, ada apa emangnya ?
- Konseli :biasa, menangis dek. Dari kemarin mbak malu keluar kamar karena matanya sembab, ya sudah dikamar saja merenung sendiri (menangis)
- Konselor :kalau boleh tahu mbak bisa cerita, apa yang mbak alami sekarang ?
- Konseli :mbak masih cemas memikirkan ramalan itu, mbak sering menangis, melamun dikamar dek kalau mengingatnya. semalam habis tengkar lagi sama mantan dek mbak.
- Konselor :tengkar masalah apa mbak ?
- Konseli :mbak di ejek, katanya mbak gajinyaa sedikit, dia nyombongin kekayaanya, padahal yang kaya itu orang tuanya bukan dia dek. Marah saya dek. Samapai-sampai kemarahan mbak tidak terkontrol.
- Konselor :lo, ketemu dia dimana mbak ?
- Konseli :mbak tidak ketemu, tengkar lewat telepon.
- Konselor :mbak yang telepon dia apa dia yang telepon mbak ?
- Konseli :mbak yang telepon.
- Konselor :mbak tidak usa telepon-telepon dia lagi, dia sudah mantan mbak bukan kekasih mbak.
- Konseli :mbak masih sayang sama dia dek, jadinya mbak telepon

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

Konseli :iya dek.

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

Konseli :iya dek, capek tengkar terus.

Konselor :la iya mbak.

Konseli :makasih saranya dek.

Konselor :sama-sama mbak. (senyum)

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

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

a. Identifikasi masalah

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

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

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

Konselor : Assalamualaikum

Informan : Waalaikum salam

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

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

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

Informan : iya tidak apa-apa.

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

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

Konselor :iya mbak (senyum)

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

Konselor :emangnya bahas apa mbak ?(bertanya serius)

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

Konselor :Mbak ifa percaya dengan ramalan itu ?

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

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

Informan :iya dek.

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

Informan :Iya sama-sama dek.⁹

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

b. Diagnosis

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

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

Tabel 3.1

Gejala-gejala psikis dan fisik kecemasan

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

Keterangan :

A :Sering dirasakan

B :Kadang-kadang

C :Masih dirasakan

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

c. Prognosis

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

d. Terapi

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

Adapun tahapan-tahapannya adalah :

1) Tahap Pengajaran

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

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

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

Berikut proses terapi yang diberikan konselor kepada konseli :

Konselor :Assalamualaikum (konselor memeperlihatkan sikap ramah pada konseli)

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :Bagaimana kondisinya mbak ?

Konselli :kondisinya baik.

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

Konseli :iya dek.

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

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

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

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

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

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

Konseli :iya dek. (melihat konselor lalu menunduk)

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

Konseli :iya dek (menganggukan kepala)

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

Konseli :tidak bisa dek.

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

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

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص م: مَنْ أَتَى أَرْقًا فَسَأَلَهُ أَنْ شَيْئًا لَمْ يُقْبَلْهُ صَلَاةً

أَرْبَعِينَ لَيْلَةً (رواه مسلم)

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

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

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

2) Tahap Persuasif

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

¹¹ Muslim, “ *Hadist lissofil awal*”, Pondok Modern Darussalam Gontor, (8 November 2002)

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

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

Adapun wawancaranya sebagai berikut

Konselor :Assalamualaikum (ramah)

Konseli :Waalaikum salam

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

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

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

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

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

penampilan mbak sudah cantik gini, jangan-jangan beneran itu ramalan. (menagis)

Konselor :mbak perlu tahu, bahwa jodoh itu datang dimana-mana, ada yang ketemu melalui sms nyasar, jalan-jalan ke mall tiba-tiba ada yang mintak kenalan, teman lama waktu duduk di bangku SMP, maupun kuliah, tetangga sendiri dan lain-lain. kata pepatah banyak jalan menuju roma. (tenang, sikap, menatap konselor)

Konseli :iya si dek, tapi mbak pengen cepat- cepat nikah muda.

Konselor :iya mbak, saya mengerti, mbak harus banyak berdoa, dan berusaha. Asal mbak tahu ya Kalau mbak terimah-terimah cinta pria asal-asalan nanti malah kejadian hal tidak diinginkan lagi, kayak putus lagi gitu, dan kalau sudah menemukan pria yang cocok sama mbak bisa melanjutkan kejenjang pernikahan, betulkan mbak ?
(mengajak bercanda, penuh pengertian)

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

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

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

Konselor :iya mbak sama-sama (tersenyum)

3) Tahap Konfrontasi

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

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

Adapun cuplikan wawancaranya sebagai berikut :

Konselor :Assalamualaikum

Konseli :Waalaikum salam

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

- Konselor :bagaimana kabarnya mbak ? (ramah)
- Konseli :allhamdulillah baik dek.
- Konselor :oiya mbak dipertemuain ini saya tidak akan banyak mengajak mbak berdialong seperti yang kemarin-kemarin. bagaimana pendapat mbak setelah melakukan konseling ini ?
- Konseli :menurut mbak ya dek, mbak sekarang bisa mengurangi yang sering melamun, meratapi diri, menangis dikamar, sedih dan saat ini mbak dikit mulai kembali meraikan kost kita ini, adik lihat sendirikan di kost? Mungkin Allah belum memberikan jodoh kepada saya sekarang, mungkin saya harus mengerjar karir dulu ya dek, baru nikah .
- Konselor :la itu betul sekali mbak, mbak cari uang dulu yang banyak dibuat menikah dan nabung dibuat masa depan. Mulai saat ini mbak harus buang prasangka buruk itu sejauh mungkin tentang ramalan itu ?
- Konseli :siap dek...

4) Tahap Pemberian Tugas

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

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

Adapun wawancaranya sebagai berikut :

Konselor :Assalamualaikum (ramah)

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :mbak bagaimana kabar ?

Konseli :allhamdulillah baik dek.

Konseor :mbak, saya punya tugas buat mbak.

Konseli :tugas apa ?

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

Konseli :biar apa ?

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

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

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

Konseli :iya dek

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

Konseli :iya juga dek, makasih ya dek

e. Follow up

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

Wawancara konselor dan konseli

Konselor :Assalamualaikum

Konseli :Waalaikum salam

Konselor :bagaimana kabarnya mbak hari ini ?

Konseli :Alhamdulillah cukup baik (senyum tulus)

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

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

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

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

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

Konseli : wa'alaikumsalaam.

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

Konselor : Assalamu'alaikum

- Informan : Wa'alaikumsalaam
- Konselor : senang bisa bertemu kembali dengan mbak nia.
- Informan : saya juga senang bertemu dengan adek.
- Konselor :saat ini apa yang mbak lihat dari sikap dan perilaku mbak ifa?
- Informan :saya perhatikan mbak ifa sudah kembali seperti pertama kali saya mengenalnya, orang yang penuh keceriaan.
- Konselor : apa mbak masih sering melihat mbak ifa melamun, menangis, atau menyendiri?
- Informan :saya hampir jarang sekali melihat mbak ifa melamun atau menyendiri, kalau menangis hanya ssekali waktu.
- Konselor :terima kasih atas informasinya mbak. Assalamu'alaikum.
- Informan : Wa'alaikumsalaam.

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

Tabel 3.2
Gejala-gejala psikis dan fisik kecemasan

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

Keterangan :

A :Sering dirasakan

B :Kadang-kadang

C :Masih dirasakan

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

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

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