

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Penelitian**

Fenomena depresi banyak sekali ditemukan pada masa kini. Antara lingkungan yang sering berlakunya depresi adalah disekitar perkotaan. Peneliti menemukan fenomena depresi di kota peneliti sendiri yang terletak di Bintulu, Sarawak, Malaysia. Menurut wawancara peneliti dengan Pegawai Unit Hal Ihwal Islam di Hospital Bintulu, terdapat 10 kasus depresi yang terjadi dikalangan individu yang beragama islam kebelakangan ini (Wawancara Bapak Ustadz Khairul Nizam Latif, Pegawai Unit Hal Ihwal Islam Hospital Bintulu, 31 Mei 2019).

Depresi kebanyakannya menyerang pada diri individu dilingkungan fase dewasa awal. Ini adalah karena usia pada fase dewasa awal adalah usia yang produktif. Fase dewasa awal juga merupakan fase peralihan dari remaja ke dewasa. Pada usia 20-30 tahun, kebanyakan individu banyak mendapat tekanan dalam hal perkuliahan, pekerjaan, pernikahan, dan sebagainya. Hal seperti ini dapat memicunya diri individu mengalami stress. Jika tidak dapat ditangani dengan baik dapat mengarahkan stress tersebut kepada depresi (<https://merahputih.com/post/read/waspadai-depresi-menyerang-saat-usia-20-hingga-30-tahun> diakses tanggal 2 Disember 2018).

Terdapat beberapa gejala depresi yang mudah diketahui antaranya adalah insomnia atau kelebihan tidur, hilangnya semangat harapan dan ketertarikan, emosi yang tidak terkawal, merasa sedih, sering merasa murung, dan merasa tidak berharga. Individu yang mengalami depresi juga hilang minat pada kegiatan yang sebenarnya disukai dan lebih cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Jika dibiarkan terus individu yang mengalami gejala depresi ini akan memiliki keinginan untuk membunuh diri. (Tedy Hidayat dalam Yosep & Sutini, 2016: 283)

Banyak sekali dampak negatif depresi pada diri individu jika tidak bisa ditangani dengan baik dan lebih awal. Antaranya adalah kelebihan berat badan atau obesitas, penyakit fisik, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan, berlakunya konflik keluarga, masalah hubungan dengan orang lain serta masalah di sekolah atau lingkungan kerja, berlakunya isolasi diri dari sosial, mudah berasa camas, panik atau fobia sosial, cenderung untuk melukai diri sendiri, dan cenderung timbulnya perasaan ingin bunuh diri serta berusaha untuk bunuh diri (<https://hellosehat.com/pusat-kesehatan/penyakit-mental/apa-itu-depresi/> diakses tanggal 5 November 2018).

Seperti yang diketahui, setiap individu manusia itu pasti amat memerlukan bimbingan untuk menghadapi perubahan dalam dunia dan peradaban yang semakin modern ini. Tanpa bimbingan, perubahan yang semakin mendadak modern ini akan merusak moral generasi muda, interaksi sesama anggota keluarga, bahkan dengan individu lainnya di masa hadapan kelak. Jadi secara

tidak langsung, bimbingan amatlah dibutuhkan oleh setiap individu tidak kira tempat dan waktu (Syamsul Munir Amin, 2013: 8)

Terutamanya dalam masalah depresi ini, yang dibutuhkan bukan saja layanan bimbingan dan konseling yang bernuansa kebaratan, namun haruslah diiringi dengan nuansa agamanya. Ini karena masalah depresi bukanlah sekadar pada mentalnya tapi juga pada jiwanya yang memerlukan sesuatu penuh dengan ketenangan. Agama merupakan sesuatu yang tidak akan terpisah dalam kehidupan manusia. Apalagi Agama Islam yang merupakan jawaban dari setiap permasalahan dihadapi. Unsur yang tenang ini amat dibutuhkan dalam setiap layanan bimbingan dan konseling agar proses layanannya dapat berjalan dengan lancar serta tidak mendatangkan dampak yang negatif pada diri individu itu setelah selesai proses layanan tersebut. Di Hospital Bintulu, layanan bimbingan konseling islami amat ditekankan karena pendekatan islam begitu penting buat menanggulangi permasalahan depresi pada diri individu di sana (Wawancara Bapak Ustadz Khairul Nizam Latif, Pegawai Unit Hal Islam Hospital Bintulu, 31 Mei 2019).

Berdasarkan permasalahan di atas, penelitian ini diharapkan bisa memberi perspektif baru dalam memandang bahwa terapi tidak hanya diberikan kepada individu yang sakit tetapi untuk menyembuhkan masalah-masalah yang berkaitan dengan psikis maupun fisik. Maka dengan adanya bimbingan dan konseling dalam pendekatan Islami di Hospital Bintulu diharapkan memberi dampak yang positif bagi para penderita depresi.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menelaah lebih dalam tentang implementasi layanan bimbingan konseling islami untuk mengatasi depresi dikalangan fase dewasa awal yang dilaksanakan di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia.

## **B. Fokus Penelitian**

1. Apa metode dan teknik dalam layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia?
2. Apa materi dan media yang digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia?
3. Bagaimana hasil yang dicapai dari layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui metode dan teknik dalam layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia.
2. Untuk mengetahui materi dan media yang digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia.

3. Untuk mengetahui hasil yang dicapai dari layanan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi depresi pada fase dewasa awal di Hospital Bintulu, Sarawak, Malaysia.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

1. Secara Teoritis

Dari penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan serta menambah wawasan keilmuan, khususnya disiplin ilmu yang berkaitan dengan bimbingan konseling islami.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menggambarkan sejauh mana bimbingan dan konseling islami di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu untuk mengatasi depresi terhadap fase dewasa awal. Dan diharapkan berguna untuk bahan evaluasi bagi peningkatan intensitas bimbingan dan konseling islami terhadap fase dewasa awal.

#### **E. Landasan Pemikiran**

1. Hasil Penelitian Sebelumnya

Hasil dari penelurusan yang peneliti lakukan, terkait dengan layanan bimbingan konseling islami, peneliti menemukan beberapa karya tulis ilmiah yang berupa skripsi, yang didalamnya membahas mengenai layanan bimbingan konseling islami untuk menangani masalah depresi. Adapun

penelitian yang relevan dengan pembahasan yang akan diteliti telah dilakukan oleh:

- a. Ulin Nuhayati (2018) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran”. Dalam skripsi tersebut peneliti mengungkapkan bahwa pelaksanaan bimbingan agama Islam di Rumah Pelayanan Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran terkait lansia yang mengalami depresi. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pertama, pelaksanaan bimbingan agama Islam di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran sudah berjalan dengan cukup baik. Hal ini bisa dilihat dari analisis unsur-unsur bimbingan agama Islam seperti tujuan, materi, metode, pembimbing, dan evaluasi yang sudah sesuai dengan teori fungsi dan tujuan bimbingan dan penyuluhan Islam. Kedua, problematika pelaksanaan bimbingan agama Islam mencakup dua hal yaitu pertama, lansia yang depresi memerlukan perhatian khusus dan bimbingan individu yang lebih mendalam. Dalam hal ini pihak lembaga sudah menyadari hal tersebut, meskipun belum bisa memberi bimbingan individu secara mendalam namun sudah berusaha memberikan bimbingan kelompok secara intensif yaitu seminggu empat kali bimbingan; kedua, kurangnya bimbingan praktik dalam bimbingan agama Islam

dan belum maksimalnya evaluasi. Selama ini bimbingan yang diberikan hanya berupa pemberian materi sehingga lansia menjadi bosan, kurang memperhatikan dan mengantuk. Perlu adanya variasi bimbingan yaitu perlunya selingan pemberian materi dengan pengaplikasian materi atau bimbingan praktik. Ketiga, dampak pelaksanaan bimbingan agama Islam dalam mengatasi depresi pada lansia ada dua yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif adanya pelaksanaan bimbingan agama Islam di Rumah Pelayanan Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran yaitu pelaksanaan bimbingan agama Islam menjadi salah satu solusi dalam mengatasi depresi pada lansia. Setelah diberi bimbingan lansia lebih sabar menghadapi permasalahannya, lebih meningkat imannya, lebih terbuka dan mau sedikit menceritakan pemasalahannya dengan orang terdekat serta mulai mau beribadah setelah sekian lama hanya mengurung diri dikamar. Dampak negatif adanya pelaksanaan bimbingan agama Islam bagi beberapa lansia yang depresi yaitu merasa capek dan bosan mengikuti bimbingan agama Islam secara terus menerus setiap minggu empat kali.

## **2. Landasan Teoritis**

Landasan (fondasi atau dasar pijak) utama bimbingan dan konseling islami adalah al-quran dan sunnah rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam, seperti disebutkan Nabi Muhammad saw sebagai berikut yang artinya :

“Aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian selalu berpegang teguh kepadanya niscaya selamanya-selamanya tidak akan pernah salah langkah tidak akan pernah salang langkah tersesat jalan, sesuatu itu yakni kitabullah dan sunah Rasulnya.”

Al-quran dan Assunah rasul dapatlah diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual Bimbingan dan konseling islami. Dari Al-quran dan as-sunnah rasul itulah gagasan, tujuan dan konsep-konsep (pengertian,dan makna hakiki) .Landasan Filosofis islami penting artinya bagi bimbingan dan konseling islami antara lain adalah :

- a. Falsafah tentang dunia manusia (citra manusia)
- b. Falsafah tentang dunia dan kehidupan
- c. Falsafah tentang pernikahan dan keluarga
- d. Falsafah tentang pendidikan
- e. Falsafah tentang masyarakat dan hidup kemasyarakatan.
- f. Falsafah tentang upaya mencari nafkah atau falsafah kerja.

Bimbingan islam merupakan proses bimbingan bantuan, artinya bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar membantu individu.Individu dibantu, dibimbing, agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah. Maksudnya sebagai berikut :



- a. Hidup selaras dengan ketentuan Allah artinya sesuai dengan kodrat yang ditentukan Allah ,sesuai dengan sunatulloh, sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Allah.
- b. Hidup selaras dengan petunjuk Allah artinya sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah melalui rasulnya (ajaran islam ).
- c. Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah berarti menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan Allah untuk mengabdikan kepada-Nya ,mengabdikan dalam arti seluas-luasnya.

Secara garis besar tujuan bimbingan konseling islam dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Sedangkan tujuan dari bimbingan dan konseling dalam Islam yang lebih terperinci adalah sebagai berikut:

- a. Untuk menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai, bersikap lapang dada dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya.
- b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.

- c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujianNya.
- e. Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.
- f. Untuk mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran islam (bersumber pada Al-Quran dan paradigma kenabian.

Terdapat juga yang membagi tujuan Bimbingan dan Konseling islam dalam tujuan umum dan tujuan khusus. (Aunur Rahim Faqih:35:2001)

Tujuan umumnya adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Sedangkan tujuan khususnya adalah:

- a. Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
- b. Membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.
- c. Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Manakala depresi adalah gangguan *mood* (kondisi emosional) berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang dan kesulitan untuk berkomunikasi dengan orang lain seolah ada penghalang yang tampak atau timbul tanpa alasan yang jelas. Depresi dapat diartikan sebagai suatu reaksi yang berlebihan terhadap suatu kejadian yang menjadi pemicunya. Depresi juga dapat diartikan suatu jenis alam perasaan atau emosi yang disertai komponen psikologik : rasa susah, murung, sedih, putus asa dan tidak bahagia, serta komponen somatik: anoreksia, konstipasi, kulit lembab (rasa dingin), tekanan darah dan denyut nadi sedikit menurun.

Depresi biasanya terjadi saat *stress* yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda. Depresi yang dialami ini berkolerasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang. Pada umumnya, *mood* yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan. Depresi adalah kata yang memiliki

banyak nuansa arti. Sebagian besar diantara kita pernah merasa sedih atau jengkel, menjalani kehidupan yang penuh masalah, merasa kecewa, kehilangan dan frustrasi, yang dengan mudah menimbulkan ketidakbahagiaan dan keputusasaan.

Terdapat banyak penyebab terjadinya depresi pada diri individu.

Antaranya adalah:

a. Faktor genetik

Orang yang dalam keluarganya diketahui menderita depresi berat memiliki resiko lebih besar menderita gangguan depresi daripada masyarakat pada umumnya. Gen berpengaruh dalam terjadinya depresi, tetapi ada banyak gen di dalam tubuh kita dan tidak ada seorangpun peneliti yang mengetahui secara pasti bagaimana gen bekerja. Dan tidak ada bukti langsung bahwa ada penyakit depresi yang disebabkan oleh faktor keturunan.

b. Susunan kimia otak dan tubuh

Beberapa bahan kimia di dalam otak dan tubuh memegang peranan yang besar dalam mengendalikan emosi kita. Pada orang yang depresi ditemukan adanya perubahan dalam jumlah bahan kimia tersebut. Hormon adenalin yang memegang peranan utama dalam mengendalikan otak dan aktivitas tubuh, tampaknya berkurang pada mereka yang mengalami depresi.

Pada wanita, perubahan hormon dihubungkan dengan kelahiran anak dan menopause juga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi.

c. Faktor usia

Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa golongan usia muda yaitu remaja dan orang dewasa lebih banyak terkena depresi. Hal ini dapat terjadi karena pada usia tersebut terdapat tahap-tahap serta tugas perkembangan yang penting, yaitu peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja, remaja ke dewasa, masa sekolah ke masa kuliah atau bekerja, serta masa pubertas hingga ke pernikahan. Namun sekarang ini usia rata-rata penderita depresi semakin menurun, yang menunjukkan bahwa remaja dan anak-anak semakin banyak yang terkena depresi. Survei masyarakat terakhir melaporkan adanya prevalensi yang tinggi dari gejala-gejala depresi pada golongan usia dewasa muda yaitu 18-44 tahun.

d. Gender

Wanita dua kali lebih sering terdiagnosis menderita depresi daripada laki-laki. Bukan berarti wanita lebih mudah terserang depresi, bisa saja karena wanita lebih sering mengakui adanya depresi daripada laki-laki. Dan dokter lebih dapat mengenali depresi pada wanita. Bagaimanapun, tekanan pada wanita yang

mengarahkan pada depresi. Misalnya, seorang diri di rumah dengan anak-anak kecil lebih jarang ditemui pada laki-laki daripada wanita. Ada juga perubahan hormonal dalam siklus menstruasi yang berhubungan dengan kehamilan dan kelahiran dan juga menopause yang membuat wanita lebih rentan menjadi depresi atau menjadi pemicu penyakit depresi.

e. Gaya hidup

Banyak kebiasaan dan gaya hidup tidak sehat berdampak pada penyakit misalnya penyakit jantung juga dapat memicu kecemasan dan depresi. Tingginya tingkat stress dan kecemasan digabung dengan makanan yang tidak sehat dan kebiasaan tidur serta tidak olahraga untuk jangka waktu yang lama dapat menjadi faktor beberapa orang yang mengalami depresi penelitian menunjukkan bahwa kecemasan dan depresi berhubungan dengan gaya hidup yang tidak sehat pada pasien berisiko penyakit jantung. Gaya hidup yang tidak sehat misalnya tidur tidak teratur, makan tidak teratur, pengawet dan pewarna buatan, kurang berolahraga, merokok, dan minum-minuman keras.

f. Penyakit fisik

Penyakit fisik dapat menyebabkan depresi. Perasaan terkejut karena mengetahui kita memiliki penyakit serius dapat

mengarahkan pada hilangnya kepercayaan diri dan penghargaan diri, juga depresi. Alasan terjadinya depresi cukup kompleks. Misalnya, depresi sering terjadi setelah serangan jantung, mungkin karena seseorang merasa mereka baru saja mengalami kejadian yang dapat menyebabkan kematian atau karena mereka tiba-tiba menjadi orang yang tidak berdaya. Pada individu lanjut usia, penyakit fisik adalah penyebab yang paling umum terjadinya depresi.

g. Obat-obatan

Beberapa obat-obatan untuk pengobatan dapat menyebabkan depresi. Namun bukan berarti obat-obatan tersebut merupakan antara faktor utama menyebabkan depresi, dan menghentikan pengobatan dapat lebih berbahaya daripada depresi.

h. Obat-obatan terlarang

Marijuana/Ganja, Heroin/ Putauw, Kokain, Ekstasi dan Sabu-sabu.

i. Sinar matahari

Kebanyakan dari kita merasa lebih baik dibawah sinar matahari daripada mendung, tetapi hal ini sangat berpengaruh pada beberapa individu. Mereka baik-baik saja ketika musim panas

tetapi menjadi depresi ketika musim dingin. Mereka disebut menderita seasonal affective disorder (SAD).

j. Kepribadian

Aspek-aspek kepribadian ikut pula mempengaruhi tinggi rendahnya depresi yang dialami serta kerentanan terhadap depresi. Ada individu-individu yang lebih negative, pesimis, juga tipe kepribadian.

Depresi disebabkan oleh banyak faktor antara lain : faktor heriditeri dan genetik, faktor konstitusi, faktor kepribadian pramorbid, faktor fisik, faktor psikobiologi, faktor neurologik, faktor biokimia dalam tubuh, faktor keseimbangan elektrolit dan sebagainya.

Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja. Masa remaja yang ditandai dengan pencarian identitas diri, pada masa dewasa awal, identitas diri ini didapat sedikit-demi sedikit sesuai dengan umur kronologis dan mental ego-nya. Berbagai masalah juga muncul dengan bertambahnya umur pada masa dewasa awal. Dewasa awal adalah masa peralihan dari ketergantungan kemasa mandiri, baik dari segi ekonomi, kebebasan menentukan diri sendiri, dan pandangan tentang masa depan sudah lebih realistis.

Erickson (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001) mengatakan bahwa seseorang yang digolongkan dalam usia dewasa awal berada



dalam tahap hubungan hangat, dekat dan komunikatif dengan atau tidak melibatkan kontak seksual. Bila gagal dalam bentuk keintiman maka ia akan mengalami apa yang disebut isolasi (merasa tersisihkan dari orang lain, kesepian, menyalahkan diri karena berbeda dengan orang lain).

Hurlock (1990) mengatakan bahwa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif.

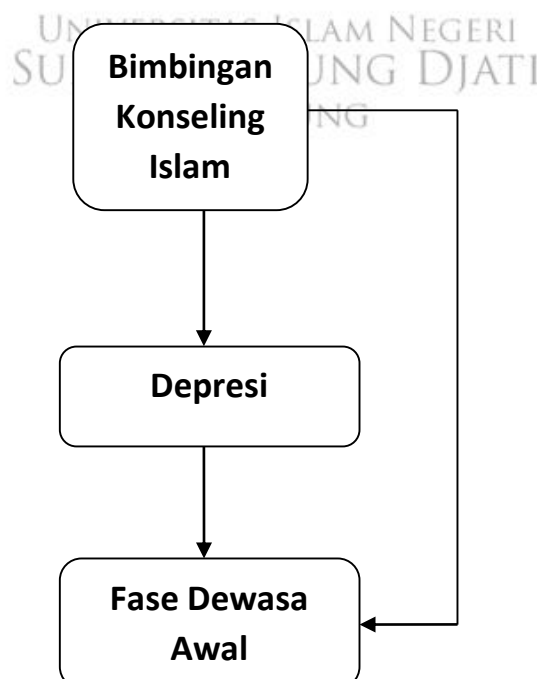
Secara umum, mereka yang tergolong dewasa muda (young ) ialah mereka yang berusia 20-40 tahun. Menurut seorang ahli psikologi perkembangan, Santrock (1999), orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik transisi secara fisik (physically transition) transisi secara intelektual (cognitive transition), serta transisi peran sosial (social role transition). Terdapat tips yang disarankan dan juga dianjurkan untuk mencegah terjadinya depresi:

- a. Bersifat terbuka dan jangan suka memendam masalah. Di dunia ini tidak ada orang yang luput dari masalah. Orang yang tidak mempunyai masalah cenderung tidak mempunyai pegangan. Sedikit sekali ada orang yang selalu bisa mengatasi masalahnya sendiri, jadi berbagilah kepada teman dekat.
- b. Meluahkan perasaan dan *Sharing*. Jika ada masalah yang tidak bisa dipecahkan secara sendiri alangkah lebih baiknya kita

- mengajak teman terdekat untuk *sharing*, atau dengan siapa pun orang yang kita bisa percayai. Karena dengan begitu siapa tahu kita bisa mendapat bantuan solusi untuk memecahkan masalah.
- c. Kerjakan dalam banyak hal. Saat waktu senggang dan masih muda, banyak cara untuk menghilangkan beban perasaan. Selain olahraga, membaca buku, menonton dan istirahat adalah penting artinya dalam hidup.

#### 4. Kerangka Konseptual

Kerangka Konseptual merupakan suatu hubungan atau kaitan antara konsep terhadap konsep lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka Konsep ini digunakan untuk menghubungkan atau menjelaskan tentang topik yang akan dibahas. Maka Kerangka Konsep dalam penelitian ini adalah seperti berikut:



## **F. Langkah-Langkah Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Lokasi yang dijadikan objek penelitian oleh penulis yaitu di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu yang beralamat di Jl. Nyabau 97000 Bintulu, Sarawak, Malaysia. Dengan alasan di Hospital Bintulu dilakukan bimbingan konseling islami terhadap pasien depresi.

### **2. Metode Penelitian**

Metode ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan Kualitatif. Untuk mengeksplorasi atau memotret situasi yang akan diteliti secara menyeluruh, luas dan mendalam.

Tujuan dari penggunaan metode ini adalah untuk menggambarkan apa adanya objek yang diteliti serta menggambarkan bagaimana keadaan proses layanan bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi depresi pada fase dewasa awal.

### **3. Jenis Data dan Sumber Data**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis data Kualitatif yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling islami untuk mengatasi masalah depresi pada fase dewasa awal.

Sumber data adalah unsur utama yang dijadikan sasaran dalam penelitian untuk memperoleh data-data konkrit dan yang dapat memberikan informasi untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini. Penulis menghimpun data dari narasumber yaitu ustadz yang bertugas di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu. Kemudian data lain didapatkan dari buku-buku, jurnal dan internet.

#### **4. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan penulis adalah:

##### **a. Observasi**

Menurut Nasution (Sugiyono,2012: 226) menyatakan bahwa, observasi adalah dasar pada semua ilmu pengetahuan.

Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang didapatkan melalui observasi.

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang terdapat pada fase dewasa awal dan bentuk penanganan bimbingan dan konseling Islami di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu.

##### **b. Wawancara**

Menurut Sugiyono (2010:194), Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti akan melaksanakan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan

juga peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit atau kecil.

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan terstruktur karena peneliti menggunakan pedoman wawancara yang disusun secara sistematis dan lengkap untuk mengumpulkan data yang ingin dicari oleh peneliti.

Wawancara pada penelitian ini dilakukan pada ustadz yang bertugas di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu. Metode wawancara yang digunakan untuk memperkuat dan memperjelas data yang diperoleh yaitu data tentang layanan bimbingan dan konseling islami di Unit Hal Ihwal Islam, Hospital Bintulu. Wawancara merupakan suatu kegiatan yang dilakukan langsung oleh peneliti dan mengharuskan antara peneliti serta narasumber bertatap muka sehingga dapat melakukan tanya jawab secara langsung dengan menggunakan pedoman wawancara.

#### c. Studi Kepustakaan

Teknik ini peneliti gunakan untuk menambah data agar penelitian *authentic* dan *valid*. Maka harus ditambah teori-teori karena akan dicari referensi yang ada korelasinya dengan permasalahan yang ada.

### 5. Teknik Analisis Data

Penganalisisan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara Kualitatif dengan langkah-langkah seperti berikut:

a. Pengklasifikasian data

Data hasil dari wawancara, observasi, catatan lapangan, studi kepustakaan dikumpulkan dan diklasifikasikan.

b. Reduksi data

Dari data yang telah dikumpulkan kemudian dilakukan pemilihan data mana yang akan digunakan.

1) Data *display* (penyajian data)

Setelah direduksi data yang ada kemudian disajikan secara jelas dalam laporan penelitian ini.

2) *Verification/conclusion drawing* (verifikasi/kesimpulan)

Melakukan pemeriksaan secara mendalam dan memastikan samaada datanya *valid* atau sebaliknya.