

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Ditinjau dari fisiknya, remaja sudah bukan anak-anak lagi namun jika dikatakan sebagai orang dewasa mereka belum mampu menunjukkan sikap dewasanya. Dalam masa ini, banyak perubahan yang membuat remaja ingin melakukan hal-hal baru. Oleh sebab itu masa remaja dinamakan masa pencarian jati diri. Hurlock (2011:9) juga mengatakan bahwa masa remaja adalah suatu periode yang dikatakan sebagai periode badai tekanan dikarenakan terjadi gangguan emosi yang tinggi yang diakibatkan adanya perubahan fisik dan psikis.

Ketegangan emosi yang dialami oleh remaja biasanya disebabkan oleh kondisi sosial yang ada di sekeliling mereka. Bagi sebagian remaja tugas perkembangan tersebut mengakibatkan tekanan yang dialaminya semakin berat. Pada saat yang sama mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan sejumlah perubahan yang terjadi akibat perubahan fisiknya. Sebagai konsekuensi dari berbagai perubahan tersebut mengakibatkan kestabilan emosi dari waktu ke waktu turut berubah. Gejala yang terjadi ditimbulkan oleh fungsi sosial remaja dalam mempersiapkan diri menuju kedewasaan (mencari identitas diri, memantapkan posisi dalam masyarakat tersebut) maupun oleh pertumbuhan fisik (perkembangan tanda-tanda seksual sekunder, pertumbuhan tubuh yang tidak proposional) dan

perubahan emosi (lebih peka, lebih cepat marah, agresif) serta perkembangan intelegensinya (makin tajam bernalar, makin kritis).

Dengan kondisi yang masih labil, maka masalah emosi sangat perlu untuk diperhatikan. Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak memandang dari berbagai macam pengaruh seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Masa remaja yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Bila kegiatan-kegiatan atau aktivitas tersebut tidak memenuhi tuntutan gejala energinya maka remaja sering kali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang tidak positif, misalnya bertengkar. Hal ini menunjukkan betapa besar gejala emosi yang ada pada remaja. Berbagai kasus yang terjadi pada remaja dapat dilihat bahwa persoalan yang mendasar adalah adanya ketidakmampuan remaja mengendalikan emosi dalam dirinya.

Emosi dikatakan sebagai kunci kehangatan dari sebuah interaksi dalam bermasyarakat. Ditinjau dari sifatnya, ada emosi yang bersifat positif yaitu emosi yang menyenangkan. Emosi yang positif ini dapat memperkaya dan mengisi arti kehidupan bagi seseorang sehingga dapat dinikmati. Sedangkan emosi yang bersifat negatif biasanya sering menimbulkan gangguan atau masalah dalam kehidupannya. Emosi-emosi tersebut dapat berupa takut, marah dan iri. Hurlock (2011:11) mengatakan bahwa remaja dikatakan telah mencapai kematangan emosinya apabila ia tidak meledakkan emosinya yang tidak pada tempatnya. Pada tahapan perkembangan seperti remaja, kematangan emosi dapat dicapai melalui beberapa

tahap dan cara, antara lain dengan cara mengenali stimulus maupun gejala-gejala emosi yang timbul dalam dirinya, mengasah kemampuannya dalam berfikir secara rasional dan belajar dari lingkungannya.

Masa remaja merupakan sebuah masa transisi dengan setiap masalah. Beberapa masalah itu muncul mulai dari permasalahan di rumah, di sekolah, hingga di setiap lingkungan tempat mereka dapat diandalkan. Masalah-masalah ini tentunya tidak dapat dibiarkan begitu saja karena akan memengaruhi perkembangan remaja ke depan. Oleh karena itu, tindakan bimbingan dan konseling yang tepat sangat diperlukan. Tercatat bahwa anak umumnya lebih memilih mencari pertolongan dari teman-teman mereka lebih dulu dibanding orang tua mereka atau orang dewasa lainnya. Remaja lebih terbuka untuk menerima pertolongan dari seorang penolong yang mereka pandang telah mengalami hal serupa.

Dalam rangka mencapai kematangan emosi, ada banyak cara yang dapat dilakukan. Sebagai mana dikemukakan oleh Hurlock (2011:15) bahwa untuk mencapai kematangan emosi, setiap orang harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosi serta menggunakan katarsis emosi. Katarsis emosi yang dapat dilakukan adalah latihan fisik, bekerja dengan giat dan belajar dengan rajin, serta menjalankan agamanya dengan baik.

Melihat hal tersebut, sebagai seorang konselor kita harus dapat melibatkan teman sebaya dalam menjalankan konseling atau bahkan kita mampu menjadi teman agar remaja merasa nyaman saat konseling. Bimbingan dan konseling merupakan kegiatan yang bersumber pada kehidupan manusia. Kenyataan

menunjukkan bahwa manusia di dalam kehidupannya selalu menghadapi masalah-masalah yang silih berganti. Masalah yang satu dapat diatasi, masalah yang lain muncul, demikian seterusnya. Manusia tidak sama satu dengan yang lain, baik dalam sifat maupun kemampuan. Ada manusia yang sanggup mengatasi masalah tanpa bantuan pihak lain, tetapi tidak sedikit manusia yang tidak mampu mengatasi masalah bila tidak dibantu orang lain. Khususnya bagi yang terakhir inilah bimbingan dan konseling sangat diperlukan.

Sufi sendiri dirujuk dari pada pengertian seorang atau lebih, dari hamba Allah yang sedang berupaya untuk mengupayakan orang lain untuk merasakan lezatnya berhubungan langsung dengan Tuhan. Di sisi lain ada namanya psikologi sufi dan didalamnya terdiri dari beberapa konsep dasar diantaranya ada hati, diri, dan ruh. Masing-masing adalah istilah teknis dan memiliki sejumlah konotasi yang berbeda dari penggunaannya dalam bahasa sehari-hari. Masing-masing istilah menyertakan penekanan makna dari Al-Qur'an, dan dari kajian serta pendapat sufi berabad-abad silam. Ketiga konsep ini berasal dari tradisi yang berusia ribuan tahun. Ratusan buku telah ditulis mengenai masing-masing konsep tersebut.

Dengan nilai ajaran agama inilah yang diharapkan dapat yang menyebabkan remaja mampu mengendalikan dirinya. Agama mutlak dibutuhkan untuk memberikan kepastian norma, tuntutan untuk hidup secara mutlak dan benar, dimana norma agama ini merupakan kebutuhan psikologis yang akan memberikan keadaan mental yang seimbang, mental yang sehat dan jiwa yang tentram. Menjadi seorang remaja berarti harus mampu mengerti makna nilai-nilai kehidupan. Dengan taraf perkembangan intelektualnya, remaja dapat menginternalisasikan penilaian

moral, serta nilai dan ajaran agama yang dijadikannya sebagai bagian dari konsep dirinya sendiri.

Berdasarkan studi awal mengenai kehidupan remaja di Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya, masih banyak remaja yang mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang rendah. Hal ini dibuktikan dengan perilaku remaja yang masih belum bisa menerima keadaan dirinya, belum bisa bertanggung jawab, mempunyai gejala emosi yang belum stabil serta kurangnya penghargaan terhadap diri maupun orang lain. Hal ini diakibatkan oleh kurangnya pemahaman anak asuh remaja untuk mengendalikan emosi serta mengenal dirinya dengan lebih baik. Oleh karenanya, sangat penting bagi remaja yang tinggal dalam satu asrama diberikan pemahaman yang lebih untuk menjadikan remaja dapat beradaptasi dengan baik sehingga tercapai perkembangan individu remaja yang sempurna.

Dengan demikian penulis mengharapkan penerapan nilai dan ajaran agama melalui proses pemberian bimbingan sufistik menjadikan remaja yang tinggal di Panti Asuhan Wardatul Farhah mampu mengendalikan emosinya sehingga mampu mencapai kematangan emosinya dengan baik.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah utama dalam penelitian ini yaitu “Apakah layanan bimbingan sufistik efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya?”. Dari rumusan masalah tersebut dapat dijabarkan menjadi:

1. Bagaimana gambaran tingkat kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya sebelum mendapatkan layanan bimbingan sufistik?
2. Bagaimana gambaran tingkat kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya setelah mendapatkan layanan bimbingan sufistik?
3. Bagaimana tingkat keefektifan layanan bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, maka tujuan utama dalam penelitian ini adalah “untuk mengetahui efektifitas layanan bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya”. Selanjutnya dari tujuan umum itu, dijabarkan ke dalam tujuan-tujuan yang lebih spesifik sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya sebelum mendapatkan layanan bimbingan sufistik.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya setelah mendapatkan layanan bimbingan sufistik.

3. Untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan sufistik terhadap kematangan emosi remaja Panti Asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya?

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

Adapun kegunaan dari penelitian adalah sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja dan dapat dijadikan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

- 1) Manfaat bagi pihak Panti dan pengurus, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan dalam proses evaluasi untuk menjaga kestabilan emosi serta meningkatkan kematangan emosi pada anak asuh remaja.
- 2) Manfaat bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan yang lebih kongkrit apabila nantinya penulis berkecimpung dalam dunia konseling khususnya dalam bidang terapi yang akan memberikan pengalaman.

## **E. Kerangka Pemikiran**

### **1. Penelitian Terdahulu**

Peneliti menghimpun beberapa penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan penelitian ini sebagai langkah awal dalam kajian literatur. Penelitian terdahulu yang telah dihimpun selanjutnya digunakan sebagai bahan masukan, pelengkap, serta rujukan pendukung dalam rangka menambah khazanah keilmuan penelitian ini. Peneliti melakukan klasifikasi terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang termasuk dalam kajian kebijakan publik sebagai bahan pembandingan untuk menunjukkan persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu, demikian akan terlihat orisinalitas dari penelitian ini.

- 1) Fitriya (2019) “Bimbingan Agama dalam Pengendalian Emosi Siswa Kelas VIII di Madrasah Tsanawiyah NU Nurul Huda Mangkang” Penelitian ini bertujuan untuk: pertama, untuk mengetahui dan menganalisis problem emosi siswa kelas VIII di MTs NU Nurul Huda Mangkang. Kedua, untuk mengetahui dan mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan agama dalam mengendalikan emosi siswa VIII di MTs NU Nurul Huda Mangkang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Pendekatan yang digunakan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: pertama, Problem emosi yang dialami oleh siswa kelas VIII di MTs NU Nurul Huda Mangkang meliputi beberapa hal seperti marah, jengkel dan gugup karena siswa belum bisa mengendalikan emosinya. Ketika dihadapkan dengan masalah yang menurut mereka tidak berkenan dihati. Masih labilnya emosi yang mereka miliki sehingga mudah marah atau mudah

tersinggung, disamping itu kurangnya dan minimnya pengetahuan para siswa tentang pentingnya menahan emosi atau mengendalikan emosi ketika ada orang lain menghina atau berbuat tidak baik kepada mereka. Kedua, Pelaksanaan bimbingan agama dalam mengendalikan emosi siswa kelas VIII di di MTs NU Nurul Huda Mangkang meliputi beberapa hal seperti dilakukan oleh guru agama dan konselor atau guru BK profesional dengan menggunakan metode langsung yang dipusatkan pada keadaan siswa.

- 2) Mufti Anjani (2019) “Pengaruh Konseling Sufistik terhadap Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Daarun Najaah Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling sufistik dalam meningkatkan nilai self esteem remaja Pondok Pesantren Daarun Najaah Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dan desain one group pretest-posttest. Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan Paired Sample T-Test pada SPSS 16 for windows diperoleh probabilitas atau Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ . Karena nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000$  atau  $\leq 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada self-esteem sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan konseling sufistik. Adanya perbedaan rata-rata dari nilai self esteem sebelum perlakuan yang bernilai  $13,00$  menjadi  $15,67857$  setelah diberikan perlakuan.
- 3) Rina Febriyani (2019) “Peran Bimbingan Konseling Sufistik Terhadap Perkembangan Jiwa Anak (Studi Lapangan di Yayasan Asuhan Ar-Rifqi Kecamatan Panyileukan Kota Bandung)”. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pandangan Yayasan Asuhan Ar-Rifqi tentang

bimbingan konseling sufistik yang diterapkan terhadap anak asuhnya, untuk menjelaskan perkembangan jiwa anak asuh yang berada di Yayasan Asuhan Ar-Rifqi dengan berbagai kegiatan yang dilakukan di yayasan tersebut, dan untuk memaparkan peran bimbingan konseling sufistik terhadap perkembangan jiwa anak yang diterapkan oleh pembina dan pengasuh di Yayasan Asuhan Ar-Rifqi. Begitupun dengan metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan mendeskripsikan data serta didukung oleh observasi, wawancara, studi pustaka, dan dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data dari penelitian ini. Pandangan Yayasan Asuhan Ar-Rifqi tentang bimbingan konseling sufistik adalah mengintegrasikan antara bimbingan konseling dengan ajaran-ajaran para sufi dengan menerapkan bimbingan konseling sufistik qonaah, syukur, dan rida'; perkembangan jiwa anak asuh telah menampilkan anak asuh yang memiliki ketertarikan terhadap minat dalam belajar, menerima segala kondisi di yayasan, serta perkembangan moral dan spiritual yang semakin baik; peran bimbingan konseling sufistik terhadap perkembangan jiwa anak asuh di Yayasan Asuhan Ar-Rifqi adalah membentuk anak asuh yang bersifat mandiri, penuh percaya diri, agamis, dan spiritualis.

- 4) Fatimatuzahroh (2018) "Pengaruh Bimbingan Shalat Terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik (Penelitian pada Kelas VIII SMP Al-Biruni Cerdas Mulia di Jalan Terusan Panyileukan Nomor 11 - Kota Bandung)". Tujuan dilaksanakannya penelitian ini pertama, untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan shalat pada peserta didik kelas VIII di SMP Al-Biruni Cerdas Mulia. Kedua, untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan shalat terhadap

kecerdasan emosional pada peserta didik kelas VIII di SMP Al-Biruni Cerdas Mulia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, pendekatan kuantitatif, adapun populasi adalah berjumlah 40 peserta didik kelas VIII SMP Cerdas Mulia. Adapun hasil penelitian ini adalah pertama bimbingan shalat memiliki tingkat yang cukup signifikan. Pelaksanaan bimbingan shalat sudah dilaksanakan dengan baik, namun waktu bimbingan tidak cukup memadai sehingga memerlukan waktu yang panjang. Kedua adanya pengaruh bimbingan shalat terhadap kecerdasan emosional peserta didik yakni sebesar 41,73% dengan tingkat yang cukup signifikan

## 2. Landasan Teori

Bimbingan Keagamaan berasal dari dua kata inti yaitu bimbingan dan agama. Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata bahasa Inggris yaitu "*guidance*" yang berasal dari kata kerja *to guide* yang berarti menunjukkan. Bimbingan merupakan "*helping,*" yang identik dengan "*aiding, assisting,* atau *availing*" yang berarti bantuan atau pertolongan. Makna bantuan dalam bimbingan menunjukkan bahwa yang aktif dalam mengembangkan diri, mengatasi masalah, atau mengambil keputusan adalah individu atau peserta didik sendiri. (Yusuf, 2016:6) Adapun agama menurut bahasa berasal dari kata "a" artinya tidak dan "gama" berantakan, maka agama artinya tidak berantakan. (Raka, 2012:7) Bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik lahiriah maupun batiniah yang mneyangkut kehidupannya di masa kini dan masa mendatang. Bantuan tersebut berupa pertolongan di bidang mental dan spiritual, agar orang yang bersangkutan mampu

mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri maupun dorongan dari kekuatan iman dan takwa kepada Tuhan. Bimbingan dan konseling melalui pendekatan agama, dapat dilakukan dengan meyakinkan individu tentang posisi manusia sebagai makhluk Allah, mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar, mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan (Sutoyo, 2013:5).

Jelas bahwa bimbingan keagamaan dilakukan untuk memberikan kecerahan batin sesuai dengan ajaran agama. Inti dari pelaksanaan bimbingan ini adalah penjiwaan agama bagi seseorang sehubungan dengan pemecahan masalah yang ada dalam hidupnya. Karena semua masalah itu timbul dari hati, jika seseorang tenang dalam hatinya serta menyerahkan semuanya pada tuhan maka tingkat stres dalam diri seseorang itu akan berkurang. Maka hal yang menjadi bagian penting dalam kegiatan bimbingan keagamaan adalah salahsatunya meningkatkan kecerdasan spiritual.

Pendekatan sufi yang diterapkan dalam penelitian ini diambil dari amaliyah para sufi terdahulu dalam rangka mencapai derajat kesempurnaan yang terdiri dari tiga tahapan. Pertama, *takhalli* (pembersihan diri) dimana peneliti yang juga sebagai konselor berupaya agar subjek mengenali diri, membersihkan diri, dan mengembangkan kontrol diri, sehingga tidak berperilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Kedua, *tahalli* (pengembangan diri) yaitu tahapan saat subjek dibimbing konselor mengembangkan nilai-nilai terpuji dalam dirinya dengan cara meningkatkan pemahaman nilai-nilai kebaikan dan bertindak nyata dalam hal kebaikan. Ketiga, *tajalli* (penyempurnaan diri) yaitu tahapan saat

konselor membimbing subjek sehingga dia dapat mengoptimalkan kedekatan dengan Allah dan juga dengan sesama manusia (Arifin, 2013:9).

Istilah *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli* dalam konteks konseling Islam telah dibahas dalam Mastur (2015:14) yang dijelaskan bahwa ilmu konseling sebagai bagian dari ilmu pengetahuan modern sudah tentu juga memiliki basis empiris dan teoretis, begitupun harus diyakini juga bahwa ilmu konseling sesungguhnya juga merupakan bagian dari spektrum yang tercakup dalam Alquran dan Hadits. Adapun ketiga istilah di atas (*takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*) merupakan tahapan pembinaan manusia untuk mencapai potensi kebaikan yang merupakan fitrah manusia dalam mengemban tugas besar sebagai *kholifah fil 'ardl*.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2014:2204) istilah “sufistik” diartikan sebagai bersifat atau beraliran sufi, berkaitan dengan ilmu tasawuf, diartikan sebagai halhal yang berkenaan dengan sufi, sedang istilah “sufi” diartikan sebagai ahli ilmu tasawuf. Sedang istilah “tasawuf” (2014:2045) diartikan sebagai ajaran (cara dan sebagainya) untuk mengenal dan mendekatkan diri kepada Allah hingga memperoleh hubungan langsung secara sadar dengan-Nya. Tasawuf disebut pula sufi didefinisikan sebagai orang yang suci hatinya menghadap Allah SWT, orang yang bersih dari kekeruhan, penuh dengan renungan, dan putus hubungan dengan manusia dalam menghadap Allah.

Ibnu Athoillah (2011:11) setelah membahas istilah tasawuf dari berbagai kemungkinan akar-katanya, dan membandingkan pendapat dari beberapa ahli, akhirnya menyimpulkan bahwa kunci untuk mencapai tasawuf adalah iman kepada

Allah, menyerahkan diri kepada-Nya, dan mengamalkan amalan-amalan yang saleh, serta meninggalkan larangan-larangan-Nya. Sejalan dengan Ibnu Atho'illah, (Hamka, 2016:11) setelah menelusuri istilah tasawuf dari berbagai kemungkinan asal katanya, akhirnya menyimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kaum Tasawuf atau kaum Sufi adalah kaum yang telah menyusun kumpulan menyisihkan diri dari orang banyak, dengan maksud membersihkan hati, laksana kilat-kaca terhadap Tuhan atau memakai pakaian yang sederhana, tidak menyerupai pakaian orang dunia, agar hidup kelihatan kurus kering bagai kayu di padang pasir, atau memperdalam penelitian hubungan mahluk dengan Khaliqnya.

Secara khusus Al-Junaidal-Baghdadi (2011:3) mendefinisikan tasawuf sebagai upaya membersihkan hati dari sifat-sifat yang menyamai binatang, memperkuat akhlak yang fitri, menekan sifat basyariah (kemanusiaan), memberikan tempat yang tinggi bagi sifat-sifat kerohanian, berpegang pada ilmu kebenaran, mengamalkan sesuatu yang lebih utama atas dasar keabadiannya, memberi nasihat kepada umat, benarbenar menepati janji kepada Allah SWT., dan mengikuti syari'at Rasulullah SAW.

Dari beberapa pengertian tasawuf dan sufi di atas selanjutnya dirumuskan pengertian bahwa bimbingan dan konseling sufistik adalah upaya membantu individu mengembangkan "potensi" yang dikaruniakan Allah SWT kepadanya dan atau menyelesaikan berbagai masalah yang dihadapinya mendasarkan pada ajaran Islam dengan meneladani kehidupan kaum sufi dalam mendekati diri kepada Allah, agar bisa tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang 'alim dan saleh, dan pada akhirnya bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.

Dari rumusan pengertian di atas bisa difahami, bahwa inti bimbingan dan konseling sufistik adalah;

1. Hakekat bimbingan adalah upaya pemberian bantuan kepada individu oleh konselor kepada individu yang membutuhkan dengan ikhlas dan hanya mengharap ridho Allah SWT semata. Dikatakan bantuan karena pada dasarnya individu sendiri yang harus aktif “memahami” dan “mentaati” aturan Allah SWT dalam kehidupan sehari-sehari.
2. Fokus pemberian bantuan itu adalah; Pertama; untuk mengembangkan potensi (jasmani, rohani, nafs, dan iman) yang dikaruniakan Allah SWT kepada manusia (*developmental guidance*). Kedua; penyelesaian masalah yang sedang dihadapi individu agar bisa hidup tenang, dan terhindar dari penyelesaian masalah yang tidak sesuai dengan ajaran Islam.
3. Cara membimbing adalah dengan mendasarkan pada ajaran Islam, dengan meneladani kehidupan kaum sufi yaitu dengan cara (a) mengokohkan iman yang tercermin dalam ketaatan terhadap aturan Allah dan menjauhi syirik, (b) mengenalkan syari'at Islam yang tercantun dalam al-Quran dan hadits, (c) memperbaiki amal yang tercermin dalam perilaku berakhlak mulia, (d) mensucikan niat yaitu mengikhlaskan semua amal hanya untuk Allah SWT.

Pembinaan seorang remaja menjadi sangat penting sebagai generasi penerus bangsa. Seorang remaja harus mampu mengendalikan dirinya dengan baik, dikarenakan pada masa remaja akan terjadi perubahan baik dari fisiknya maupun psikisnya yang menjadikan remaja merasa tekanan. Pada hakikatnya, tidak semua

remaja mengalami masa badai dan tekanan. Tetapi banyak juga remaja yang belum memiliki kematangan emosi, akibatnya reaksi emosionalnya juga tidak stabil, sehingga sering muncul perilaku dari remaja yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Menurut Hurlock (2011:18) kematangan emosi adalah kemampuan individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang. Sejalan dengan pendapat tersebut, Walgito (2011:6) menyebutkan bahwa kematangan emosi dan pikiran akan saling kait mengait. Bila seseorang telah matang emosinya, telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan berfikir secara matang, berfikir secara baik, berfikir secara obyektif.

Pada usia remaja merupakan usia matang jika dilihat secara hukum. Namun tidak semua remaja juga memiliki kematangan pada perilaku dan emosi. Ada beberapa ciri-ciri yang menunjukkan bahwa individu telah mencapai kematangan emosi. Menurut Hurlock (2013:5) anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila: (1) pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima, (2) Individu menilai secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, (3) Tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang, 4) Memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya. Sejalan dengan paparan di atas, Goleman (2016:6) menambahkan bahwa banyak bukti yang menunjukkan seseorang memiliki

emosional yang matang, di antaranya: (1) mampu mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, (2) mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif, (3) memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan, baik dalam masalah cinta maupun persahabatan. Sedangkan menurut Yusuf (2016:19) kematangan emosi ditandai dengan (1) Adukasi emosi: cinta kasih, simpati, altruis (senang menolong orang lain), respek (sikap hormat atau menghargai orang lain), dan ramah. (2) Mengendalikan emosi: tidak mudah tersinggung, tidak agresif, bersikap optimis dan tidak pesimis (putus asa), dan dapat menghadapi situasi prustasi secara wajar.

Sejalan dengan pendapat Yusuf, Walgito (2011:16) menyebutkan ada beberapa ciri kematangan emosi, yaitu :

1. Dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti adanya, sesuai dengan keadaan keobyektifannya. Hal ini disebabkan karena seseorang yang lebih matang emosinya dapat berfikir secara lebih baik, dapat berfikir secara obyektif
2. Tidak bersifat impulsif, akan merespon stimulus dengan cara berfikir baik, dapat mengatur pikirannya untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya
3. Dapat mengontrol emosi dan mengekspresikan emosinya dengan baik
4. Bersifat sabar, penuh pengertian dan pada umumnya cukup mempunyai toleransi yang baik

5. Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disarikan pengertian bahwa ciri-ciri remaja yang mempunyai kematangan emosi adalah sebagai berikut :

1. Penerimaan diri, yaitu mampu menerima dirinya secara utuh
2. Tidak impulsif, yaitu merespon sesuatu dengan cara berfikir baik.
3. Mampu mengendalikan emosinya, yaitu tidak agresif, tidak mudah tersinggung, tidak pesimis dan bersikap optimis.
4. Mampu menyelesaikan masalah, yaitu mampu menyelesaikan masalah dengan kepala dingin, tanpa menimbulkan masalah baru.
5. Menerima kritik dan saran dari orang lain.
6. Memberikan kesempatan orang lain mengemukakan pendapatnya.
7. Tanggung jawab, yaitu mampu menerima segala resiko atas perbuatannya.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, indikator yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur tingkat kematangan emosi remaja adalah kemampuan dalam menerima dirinya secara utuh, kemampuan menyalurkan kasih sayangnya secara wajar, kemampuan mengenal emosinya dengan baik, kemampuan mengendalikan emosinya, kemampuan menyelesaikan masalah dengan baik, dapat menerima kritik dan saran dari orang lain, memberikan kesempatan untuk orang lain untuk mengemukakan pendapatnya dan bertanggung jawab. Kemudian

berdasarkan kerangka berpikir yang telah dikemukakan diatas, ditentukan skema penelitian sebagai berikut:



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual Penelitian

## F. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari permasalahan yang telah diteliti. Hipotesis disusun dan diuji untuk menunjukkan benar atau salah dengan cara terbebas dari nilai dan pendapat peneliti yang menyusun dan mengujinya. (Sugiyono, 2013:6). Hipotesis merupakan bagian penting dalam penelitian untuk membuktikan kesesuaian hasil penelitian yang didapatkan dengan tujuan penelitian. Sugiyono (2013:8) berpendapat hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan

dalam bentuk kalimat pertanyaan. Terdapat dua hipotesis dalam penelitian yaitu hipotesis kerja ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_0$ ).

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas, maka terdapat dua variabel yang akan dibahas pada penelitian ini. Yaitu Bimbingan Sufistik sebagai variabel X atau disebut *independent variable* dan Kematangan Emosi Remaja sebagai variabel Y atau disebut *dependent variable*

Dari teori yang ada maka hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis nol ( $H_0$ ) : “Bimbingan sufistik tidak efektif terhadap peningkatan kematangan emosi remaja”
2. Hipotesis kerja ( $H_a$ ) : “Bimbingan sufistik efektif terhadap peningkatan kematangan emosi remaja”.

## **G. Langkah – Langkah Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian akan dilakukan di Panti Asuhan Wardatul Farhah yang terletak di Kp. Limbangan Desa Cikadongdong, Kecamatan Singaparna, Kabupaten Tasikmalaya. Alasan peneliti memilih lokasi ini, jika dilihat dari domisili peneliti tempat tersebut dekat dengan tempat tinggal peneliti sehingga memudahkan proses penelitian dan remaja yang tinggal di panti asuhan ini memiliki tingkat kestabilan emosi yang relatif rendah. Selain itu panti asuhan Wardatul Farhah berfokus pada

kegiatan keagamaan. Hal tersebut yang membuat lokasi ini sesuai dengan kriteria objek penelitian yang akan dilaksanakan.

## **2. Paradigma dan Pendekatan**

Paradigma merupakan cara untuk menentukan jenis metode penelitian yang mencakup cara meneliti, mengukur realitas, mengumpulkan data dan memahami realitas. (Kriyantono, 2014:7). Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma positivistic. Dalam memaknai realitas sosial, positivistik berasumsi bahwa setiap peristiwa adalah sama dan dapat diterjemahkan dalam angka-angka dengan rumusan baku, memiliki pola yang teratur dan dapat dipelajari. Alasan penggunaan paradigma tersebut adalah bahwa tingkat kematangan emosi remaja dapat diketahui dengan pasti. Bukan hanya dapat dilihat dan dirasakan saja, namun juga dapat diberi nilai dan diinterpretasikan melalui angka-angka.

Dengan paradigma tersebut, maka pendekatan penelitian yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dimana penelitian ini mengkuantifikasikan skor kematangan emosi remaja. Menurut Sugiyono (2016: 8) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Fokus penelitian kuantitatif diidentifikasi sebagai proses kerja yang berlangsung secara ringkas, terbatas dan memilah-milah permasalahan menjadi bagian yang dapat diukur atau dinyatakan dalam angka-angka. Penelitian

kuantitatif menggunakan instrumen (alat pengumpul data) yang menghasilkan data numerikal (angka). Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik untuk mereduksi dan mengelompokan data, menentukan hubungan serta mengidentifikasi perbedaan antar kelompok data.

### **3. Metode Penelitian**

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif verifikatif. Penelitian deskriptif diidentikkan dengan penelitian yang menggunakan pertanyaan “bagaimana” dalam mengembangkan informasi yang ada. (Priyono, 2016:12). Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian ini yang menjawab pertanyaan “bagaimana”. Metode penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan keadaan yang ada pada objek penelitian berdasarkan faktor dan data yang dikumpulkan, kemudian disusun secara sistematis (Sugiyono, 2016:23). Dalam penelitian ini, metode deskriptif digunakan untuk menjelaskan efektivitas bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Sedangkan metode verifikatif menurut Sugiyono (2016:26) adalah penelitian yang dilakukan terhadap populasi atau sampel tertentu dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pada penelitian ini, metode verifikatif digunakan untuk mengetahui seberapa besar efektivitas bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja baik secara simultan maupun parsial.

#### 4. Jenis Data dan Sumber Data

##### 1) Jenis Data

Menurut Sugiyono (2016:13), jenis data dibedakan menjadi dua, yaitu kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis data yang berupa kualitatif kuantitatif yang berbentuk angka-angka atau bilangan-bilangan. Alasan peneliti menggunakan data kuantitatif dikarenakan data kuantitatif menghasilkan data numerical dengan nilai yang berupa angka nyata serta kalkulasi aritmatika dari penelitian tersebut valid. Data-data yang digunakan dalam penelitian ini terkait:

- a. Tingkat kematangan emosi remaja panti asuhan Wardatul Farhah sebelum mendapatkan bimbingan sufistik.
- b. Tingkat kematangan emosi remaja panti asuhan Wardatul Farhah setelah mendapatkan bimbingan sufistik.
- c. Tingkat keefektifan bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja panti asuhan Wardatul Farhah.

##### 2) Sumber Data

Sumber data yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan hasil dari mana subjek memperoleh data penelitian. Sumber data penelitian dibedakan menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder (Sugiyono, 2016:10). Adapun sumber data yang digunakan adalah:

a. Sumber Data Primer

Data primer adalah data yang secara langsung diambil dari objek penelitian oleh peneliti. Pengumpulan data berupa hasil wawancara dengan pembimbing panti, hasil angket skala kematangan emosi dan bimbingan sufistik kepada anak asuh atau hasil observasi yang diperoleh peneliti dilapangan sehingga menghasilkan informasi langsung dari pembimbing dan remaja di panti asuhan untuk selanjutnya dijadikan sumber data utama dalam penelitian.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak diperoleh secara langsung dari objek penelitian. Data sekunder berupa sumber data tambahan yang diperoleh peneliti dari beberapa buku terkait kematangan emosi terutama karangan Hurlock dan bimbingan sufistik, jurnal pada laman sage, maupun penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan dengan masalah penelitian.

## 5. Populasi dan Sampel

### 1) Populasi

Menurut Sugiyono (2016:113) bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subyek yang lain. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian yaitu anak asuh panti asuhan Wardatul Farhah Kabupaten Tasikmalaya sebanyak 47 orang.

## 2) Sampel

Sebagian dari jumlah populasi yang dipilih untuk sumber data dalam penelitian disebut sampel. Sampel menurut Sugiyono (2016:118) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel yang digunakan adalah remaja panti asuhan Wardatul Farhah yang berumur antara 16 tahun 20 tahun sebanyak 20 orang.

## 6. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang dibutuhkan maka peneliti menggunakan beberapa teknik diantaranya:

### 1) Observasi

Menurut Sugiyono (2016:17) mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Observasi dilakukan secara langsung ke lokasi penelitian dengan kemudian disusun ke dalam bentuk catatan observasi, objek yang diobservasi dalam penelitian ini adalah remaja yang memiliki tingkat kematangan emosi rendah yang kemudian observasi ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat keefektifannya terhadap kematangan emosinya setelah mendapatkan layanan bimbingan sufistik.

## 2) Angket

Angket/kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara peneliti memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan yang tertulis untuk dijawab oleh responden (Sugiyono, 2016:208). Angket digunakan untuk mendapatkan data primer yang diperoleh langsung dari keterangan responden. Metode ini digunakan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan efektivitas bimbingan sufistik untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Angket dalam penelitian ini menggunakan angket tertutup, yakni angket yang mempunyai bentuk-bentuk pertanyaan, seperti ya, tidak, pilihan ganda, skala penilaian dan daftar cek. Untuk teknik sendiri peneliti menggunakan teknik skala *Likert* dengan penilaian terhadap pernyataan terbagi dalam empat skor yaitu mulai dari skor 1 sampai dengan 5. Sedangkan bentuk yang digunakan yaitu *checklist* dengan penilaian: SS = Sangat setuju, S = Setuju, TS= Tidak Setuju, STS = Sangat tidak setuju (Arikunto, 2013:205).

Adapun skala penilaiannya jika pernyataan berbentuk positif, antara lain: Sangat Setuju bernilai (5), Setuju bernilai (4), Ragu bernilai (3), Tidak Setuju bernilai (2), Sangat Tidak Setuju bernilai (1). Jika pernyataan berbentuk negatif antara lain : Sangat Setuju bernilai (1), Setuju bernilai (2), Ragu bernilai (3), Tidak Setuju bernilai (4), Sangat Tidak Setuju bernilai (5).

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup terdiri atas pertanyaan atau pernyataan dengan sejumlah jawaban tertentu sebagai pilihan. Responden mengecek jawaban yang paling sesuai dengan

pendiriannya. Angket ini berisi variabel X (Bimbingan Sufistik) dan variabel Y (Kematangan Emosi Remaja).

## 7. Validitas dan Reliabilitas

### 1) Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuisisioner. Suatu kuisisioner dikatakan valid jika pernyataan dalam kuisisioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut. (Enjang, 2019:21)

Uji Validitas Validitas menjelaskan sejauh mana suatu alatukur mengukur apa yang ingin diukur. Apabila validitas suatu alat ukur semakin tinggi maka semakin tinggi pula ketepatan atau akurat. Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi *SPSS 25.0 for windows (Statistic Program for Social Science)*.

### 2) Reliabilitas

Menurut Sugiono (2016:211), Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran dua kali. Penentuan ini dapat dilakukan dengan menggunakan uji *cronbach's alpha* untuk mendeteksi atau melihat indikator-indikator yang tidak konsisten.

Uji ini peneliti dibantu menggunakan alat ukur hitung SPSS versi 25.0 Apabila nilai *alpha* >  $r_{tabel}$  maka dapat dinyatakan konsisten atau *reliable*. Dan

sebaliknya, apabila  $\alpha < r_{\text{tabel}}$  maka dinyatakan tidak konsisten atau tidak *reliable*.

## 8. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. (Sugiyono, 2016:199). Analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik sebagai alat bantu dalam membuat penafsiran dan kesimpulan.

Adapun data kuantitatif ini dianalisis oleh penulis dengan menggunakan statistik. Rumus yang digunakan adalah rumus uji *Paired Sample T-Test*. Uji *Paired Sample T Test* adalah pengujian yang digunakan untuk membandingkan selisih dua mean dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data berdistribusi normal. Sampel berpasangan berasal dari subjek yang sama, setiap variabel diambil saat situasi dan keadaan yang berbeda. Uji ini juga disebut Uji T berpasangan.

Uji *Paired Sample T Test* menunjukkan apakah sampel berpasangan mengalami perubahan yang bermakna. Hasil uji *Paired Sample T Test* ditentukan oleh nilai signifikansinya. Nilai ini kemudian menentukan keputusan yang diambil dalam penelitian.

- a. Nilai signifikansi (2-tailed)  $< 0.05$  menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

- b. Nilai signifikansi (2-tailed)  $> 0.05$  menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

Menurut Singgih Santoso (2014:12) pedoman pengambilan keputusan dalam uji paired sample t-test berdasarkan nilai signifikansi (Sig.) hasil output SPSS adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi (2-tailed)  $< 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
- b. Jika Nilai signifikansi (2-tailed)  $> 0.05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Selain membandingkan nilai signifikansi (Sig.) dengan probabilitas 0,05, ada cara lain yang dapat dilakukan untuk uji hipotesis dalam uji paired sample ttest ini. Yakni dengan membandingkan nilai t-hitung dengan t-tabel. Adapun pedoman atau dasar pengambilan keputusannya adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai t-hitung  $> t$ -tabel, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
- b. Jika nilai t-hitung  $< t$ -tabel, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.