

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagai hamba dan khalifah Allah Swt., hidup manusia di dunia mempunyai tugas suci, yaitu ibadah atau mengabdikan kepadanya. Bentuk pengabdian itu, baik yang bersifat ritual-personal maupun ibadah sosial, yaitu harus berupaya menjalin hubungan persaudaraan antar manusia dan menciptakan lingkungan hidup yang bermanfaat baik untuk umat manusia maupun bagi makhluk lainnya (Yusuf, 2004: 133).

Hidup dan persoalannya menjadi hal yang selalu menyibukkan seseorang bahkan sering menjadikannya putus asa. Dalam kehidupan yang serba terbuka sekarang ini persoalan hidup menjadi makin kompleks dan beragam, baik yang berasal dari diri seseorang maupun yang datang dari luar. Kesiapan dan ketangguhan fisik, moral, intelektual dan emosi sangat diperlukan agar seseorang dapat hidup bahagia dunia akhirat (Rahim, 1994: 1).

Masalah merupakan suatu kata yang tak pernah lepas dari kehidupan. Setiap hari, setiap jam, setiap menit bahkan setiap detik ada permasalahan yang selalu menghampir. Rangkaian masalah demi masalah tersebut selalu mengikuti gerak manusia ke mana pun mereka pergi. Apakah ketika mereka berada di rumah, kampus, dan sebagainya. Karena begitu banyaknya permasalahan yang sering menghadang, terkadang manusia merasa bosan dan

jenuh untuk menghadapinya. Terkadang mereka menyerah dan tidak sedikit orang-orang berani mengakhiri hidupnya sendiri untuk bebas dari masalahnya.

Depresi sesungguhnya adalah hal yang umum. Ini terjadi pada satu di antara 10 orang dewasa setiap tahun, dialami wanita 2 kali lebih banyak dibanding laki-laki. Sangat penting untuk dicatat bahwa depresi dapat menyerang kapan saja, namun rata-rata, awal kemunculannya terjadi pada masa remaja akhir sampai pertengahan usia 20 tahun. Depresi juga biasa terjadi pada orang dewasa. Untungnya depresi sangat mudah untuk ditangani.

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang dihadapi seseorang. Masalah-masalah baru ini dari segi utamanya berbeda dengan masalah-masalah yang sudah dialami sebelumnya. Dari awal masa dewasa, rata-rata zaman sekarang disibukkan dengan masalah-masalah yang berhubungan dengan penyesuaian diri dalam kehidupan pernikahan, peran sebagai orang tua, dan karir mereka (Hurlock,1980: 248). Karena masalah-masalah yang harus dihadapi orang muda itu rumit dan memerlukan waktu dan energi untuk diatasi, maka berbagai penyesuaian diri ini tidak akan dilakukan pada waktu yang bersamaan, demikian pula bentuk akhir penyesuaiannya tidak akan diterima secara serempak.

Secara umum, setiap individu manusia membutuhkan bimbingan dalam menghadapi banyak perubahan dalam dunia dan peradaban modern ini. Tanpa disadari, perubahan yang demikian cepat ini mampu merusak moral generasi muda, interaksi sesama anggota keluarga, interaksi individu dengan

lainnya dan membuat banyak generasi muda jatuh pada genggamannya minuman keras, obat-obatan terlarang dan pergaulan bebas. Namun demikian, memahami kejiwaan seseorang merupakan suatu hal yang kompleks sekaligus abstrak. Karena itu, dibutuhkan metode tepat untuk memahaminya secara detail (Musfir, 2005: 1).

Hal ini semua akan dirasakan setiap individu manusia apabila ia tidak siap dalam menghadapi segala perubahan ini yang akhirnya menyeretnya dalam lingkaran setan yang tiada berujung. Dari sinilah mengapa bimbingan konseling Islami sangat dibutuhkan keberadaannya.

Klinik muslim terapi merupakan satu tempat sebagai alternatif dari psikiater ataupun konseling-konseling secara umum. Kenapa disebut alternatif karena di klinik muslim terapi menggunakan metode tersendiri dan menggunakan obat ataupun herbal ketika darurat. Klinik muslim terapi salah satunya terletak di Jl. Gumuruh Belakang 55A Gatot Subroto Bandung.

Berdasarkan studi pendahuluan di klinik muslim terapi diperoleh hal yang cukup menarik untuk diteliti yang berhubungan dengan proses bimbingan terhadap berbagai masalah yang menyangkut pembimbing (konselor), yang dibimbing (konseli), dan metode yang digunakan. Berikut adalah bagan sebagian usia dewasa (konseli) yang melaksanakan terapi:

TABEL 1.1
JENIS KONSULTASI DAN TEKNIK YANG DIGUNAKAN

No	Tanggal	Nama Konseli	Usia	Diagnosa	Teknik terapi	Keterangan
1	4 Mei 2013	Miftah	30 tahun	- Gejala Depresi	- Konseling 2 jam - Audio terapi Endorfhin massage	- 3x pertemuan aktivitas normal
2	23 Juli 2013	Kristina	21 tahun	Depresi	- herbal - totok	Sembuh
3	18 Oktober 2013	Yuni	26 tahun	Depresi	- Herbal - Relax massage	Semua konseli lebih efektif apabila diberi madu 2x sehari
4	24 Oktober 2013	Ari M.R	39 tahun	- Depresi	- Herbal - Massage relax	Sembuh

Sumber Klinik Muslim Therapy, 17 November 2013

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis pada tanggal 10 September 2013 dengan Yani (terapis klinik), sebagian pasien dewasa dini yang mengunjungi klinik muslim terapi pada jam kerja konseling adalah karena menderita depresi. Jumlah ini masih kecil bila dibandingkan dengan jumlah penderita depresi sesungguhnya. Rata-rata, satu dari sepuluh orang menderita depresi berlarut-larut, dan depresi hebat pada suatu ketika dalam perjalanan hidupnya, dan usia tersebut khususnya lazim pada usia pertengahan. Dalam aktivitas bimbingan yang ada di klinik muslim terapi, metode yang digunakan biasanya metode konseling terapi dan mental Islami. Beberapa tahapan dalam proses bimbingan: ketika konseling ada yang hanya

cukup konseling, ataupun penanganan khusus dengan melakukan pijatan dan diberikan sugesti ada juga yang diberikan obat herbal dan apabila dibutuhkan menggunakan terapi bekam maupun lintah.

Menurut Kokom (terapis Klinik) adapun yang dilakukan pembimbing mampu menciptakan keajaiban yang sebenarnya sangat rasional dan telah dibuktikan banyak orang serta mampu diuji secara klinis untuk dibuktikan efektivitasnya. Beliau memadupadankan beberapa teknik terapi dengan teknik akupuntur. Sebagai upaya peningkatan dan pengembangan serta penyempurnaan terhadap klinik muslim terapi ada perbedaan dalam metode yang digunakan di klinik muslim terapi ini. Di mana seorang pembimbing harus mempunyai keahlian khusus dalam menanganinya baik metode, maupun materi yang disampaikan.

Konselor dalam hal ini harus mampu merangkul, menguasai, berempati, dan memahami sehingga konseli dapat mencurahkan apa yang menjadi bebannya selama ini kepada konselor. Ketika berlangsungnya konseling. Konselor tidak boleh lepas kontak mata dan mengarahkan dengan satu arah.

Masalah di atas cukup menarik diteliti karena untuk upaya pengembangan (*development*), pencegahan (*preventive*), maupun penyembuhan (*curative*). Juga karena dengan sedikitnya informasi serta pengetahuan yang berkaitan dengan bimbingan konseling Islami kurangnya orang yang menekuni atau meneliti masalah-masalah ini.

Penelitian ini juga diharapkan memberi perspektif baru dalam memandang bahwa terapi tidak hanya diberikan kepada orang yang sakit saja tetapi juga untuk menyembuhkan masalah-masalah yang berkaitan dengan psikis ataupun fisik. Maka dengan adanya bimbingan dan konseling islami di Klinik Muslim Therapy tentu saja diharapkan memberikan dampak positif bagi para penderita depresi. Masalah inilah yang menarik untuk diteliti sehingga penulis tuangkan dalam judul penelitian **“BIMBINGAN KONSELING ISLAMI DALAM MENGATASI MASALAH DEPRESI PADA DEWASA DINI (Studi Deskriptif di Klinik Muslim Terapi Jl.Gumuruh Belakang 55A Gatot Subroto Bandung).”**

B. Perumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas, sangat jelas masalah yang akan diteliti adalah bimbingan konseling Islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini agar penelitian dilaksanakan dengan fokus dan terarah maka masalah penelitian ini perlu dibatasi yaitu:

1. Bagaimana proses bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini?
2. Bagaimana metode dan teknik yang digunakan bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini?
3. Bagaimana hasil yang dicapai dari bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana proses bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini.
2. Untuk mengetahui metode dan teknik yang digunakan bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini.
3. Untuk mengetahui bagaimana hasil yang dicapai dari bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini.

Kegunaan penelitian adalah sebagai berikut:

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 klinik muslim terapi dalam mengatasi masalah depresi terhadap dewasa dini. Dan diharapkan berguna untuk bahan evaluasi bagi peningkatan intensitas bimbingan dan konseling islami terhadap dewasa dini.

D. Kerangka Pemikiran

Menurut Aunur Rahim Faqih (1994: 12) manusia sesuai dengan hakekatnya diciptakan dalam keadaan yang terbaik, termulia dan tersempurna, dibandingkan makhluk lainnya, tetapi sekaligus memiliki hawa nafsu dan

perangai atau sifat tabiat buruk, misalnya suka menuruti hawa nafsu, lemah, aniaya, terburu nafsu, membantah dan lain-lain. Karena manusia dapat terjerumus ke dalam lembah kenistaan, kesengsaraan dan kehinaan.

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling islami yaitu sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat”.

Dalam perjalanan hidupnya, karena berbagai faktor manusia bisa tidak seperti yang dikehendaki, yakni menjadi manusia yang seutuhnya. Dengan kata lain yang bersangkutan berhadapan dengan masalah (problem), yaitu menghadapi adanya kesenjangan antara yang seharusnya (ideal) dengan yang senyatanya. Orang yang menghadapi masalah, lebih-lebih jika berat, maka yang bersangkutan tidak merasa bahagia. Bimbingan dan konseling islami berusaha membantu individu agar bisa hidup bahagia, bukan saja di dunia, melainkan juga di akhirat.

Menurut Sofyan Willis (2010: 50) setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling tidak mencapai *rapport*. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi. Dengan demikian proses konseling tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor-konseli) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna.

Sejalan dengan pengertian di atas menurut Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan (2008: 6) bimbingan merupakan suatu proses yang berkesinambungan, bukan kegiatan yang seketika atau kebetulan. Bimbingan merupakan serangkaian tahapan kegiatan yang sistematis dan berencana yang tearah pada pencapaian tujuan.

Sedangkan menurut Isep Zainal Arifin (2009: 8) bimbingan berarti proses pemberian bantuan terhadap diri sendiri (*irsyad nafsi*), individu (*irsyad fardi*) atau kelompok kecil (*irsyad fi-ah qalilah*) agar dapat keluar dari berbagai kesulitan untuk mewujudkan kehidupan pribadi, individu dan kelompok yang *salam, hasanah thayyibah* dan memperoleh ridha Allah Swt. dan *tawjih, nashihah, maw'izhah* dan *istisyfa* dalam bentuk internalisasi dan transmisi pesan-pesan Tuhan.

Sedangkan Sofyan S. Willis (2010: 18) konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.

Konseling merupakan satu proses yang melibatkan perilaku individu partisipan yang terkait di dalamnya yaitu konselor dan konseli serta unsur yang terkait yaitu interaksi dan situasi internal dan eksternal.

Sedangkan menurut Samsu Yusuf (2004: 182) konseling islami dapat diartikan sebagai “proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu

mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya (*primordial* kemakhlukannya yang fitrah = *tauhidullah*) sebagai hamba dan khalifah Allah Swt. yang bertanggungjawab untuk mewujudkan kesejahteraan hidup bersama.”

Pada dasarnya proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer (Willis, 2009: 50) proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi para peserta konseling tersebut (konseling dan konseli).

Konseling dapat berlangsung melalui pendekatan yang bersifat pengembangan (*development*), pencegahan (*preventive*), maupun penyembuhan (*curative*). Konseling Islami mempunyai beberapa prinsip, yaitu: (a) kerahasiaan (*confidentially*); (b) kepercayaan (*trust*); (c) kecintaan berbuat baik kepada orang lain; (d) mengembangkan sikap persaudaraan, atau dan menciptakan sikap damai di antara sesama; (e) memperhatikan masalah-masalah kaum muslimin; (f) memiliki kebiasaan untuk mendengarkan yang baik; (g) memahami budaya orang lain; (h) adanya kerjasama antara ulama dan konselor; (i) memiliki kesadaran hukum; (j) bertujuan untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah Swt.; & (k) menjadikan Nabi Muhammad Saw. sebagai model (*uswah hasanah*) utama dalam kehidupan, khususnya menyangkut sikap kasih sayangnya kepada orang lain. (Syamsu, 2004: 182).

Menurut Muhammad Ali dalam *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, masalah adalah sesuatu hal yang harus dipecahkan. Di antara sekian banyak

tugas perkembangan orang dewasa dini, tugas-tugas yang berkaitan dengan pekerjaan dan hidup keluarga merupakan tugas yang sangat banyak, sangat penting, dan sangat sulit diatasi.

Depresi adalah suatu kondisi yang lebih dari suatu keadaan sedih, bila kondisi depresi seseorang sampai menyebabkan terganggunya aktivitas sosial sehari-harinya maka hal itu disebut sebagai suatu gangguan depresi. Beberapa gejala gangguan depresi adalah perasaan sedih, rasa lelah yang berlebihan setelah aktivitas rutin yang biasa, hilang minat dan semangat, malas beraktivitas dan gangguan pola tidur. Depresi merupakan salah satu penyebab utama kejadian bunuh diri.

Depresi merupakan salah satu gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih yang berlebihan, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, merasa kosong serta tidak ada harapan, berpusat pada kegagalan serta menuduh diri, sering disertai iri serta pikiran bunuh diri, dan konseli tidak berminat pada pemeliharaan diri serta aktivitas sehari-hari. Sedangkan Gangguan depresif merupakan suatu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dengan gejala penyerta termasuk perubahan pola tidur, nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, *anhedonia*, kelelahan, rasa putus asa, tak berdaya dan gagasan bunuh diri.

Dewasa dini secara kasar dapat dikatakan masa itu terdiri dari setengah kedua dari hidup seseorang. Dalam banyak bidang, puncak karya sudah dicapai pada awal usia pertengahan. Bagi beberapa orang, mencapai

kematangan dalam kehidupan karya sangat menyenangkan, namun tidak bagi orang lain. (Pitt, 1986: 2)

Sekitar setengah dari jumlah pasien dewasa adalah menderita depresi. Istilah depresi memang membingungkan. Depresi, seperti kecemasan, adalah emosi normal, bagian dari tanggapan alamiah terhadap kehilangan. Suasana hati dan reaksi yang normal terkadang terlalu dilebih-lebihkan, dan demikian kadang-kadang berubah, tanpa disadari, menjadi penyakit yang disebut depresi. Hal ini bisa disebabkan oleh *stres* yang hebat sekali atau berlarut-larut, atau timbul karena alasan yang sama sekali tidak jelas.

Depresi secara khusus terjadi pada akhir usia 20-an akan tetapi sebenarnya dapat terjadi pada semua usia. Meskipun penyebab tepat depresi tidak diketahui, ahli ilmu telah mengidentifikasi faktor tertentu yang meningkatkan risiko berkembangnya atau memicu munculnya depresi, yaitu:

1. Memiliki hubungan biologis dengan orang yang memiliki depresi;
2. Wanita;
3. Memiliki kejadian traumatis saat anak-anak;
4. Memiliki hubungan biologis dengan catatan pecandu alkohol;
5. Memiliki anggota keluarga yang mengalami kejatuhan;
6. Memiliki pengalaman kejadian hidup yang memberikan tekanan, seperti kematian orang yang dicintai;
7. Memiliki banyak teman atau hubungan personal;
8. Memiliki suasana hati depresi ketika kecil;
9. Memiliki penyakit serius, seperti kanker, serangan jantung, *Alzheimer's* atau HIV/AIDS;
10. Memiliki sifat tertentu, seperti rendahnya kepercayaan diri dan ketergantungan yang berlebihan, mengkritik diri sendiri atau pesimistis;
11. Penyalahgunaan alkohol, nikotin atau obat-obatan terlarang; &
12. Mengambil pengobatan medis atas tekanan darah tinggi yang dimiliki, meminum obat tidur atau pengobatan medis tertentu lainnya.

Beberapa faktor yang diketahui berkaitan dengan terjadinya depresi antara lain: 1. Berbagai penyakit fisik; 2. Faktor psikis; 3. Faktor sosial dan lingkungan; 4. Faktor obat; 5. Faktor usia; & 6. Faktor genetik;

Dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Masa dewasa dini dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 1980: 246).

Dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan yang baru, dan harapan-harapan sosial yang baru. Masa dewasa awal adalah kelanjutan dari masa remaja. Sebagai kelanjutan masa remaja, sehingga ciri-ciri masa remaja tidak jauh berbeda dengan perkembangan remaja. Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun. Ciri-ciri perkembangan dewasa awal adalah:

a. Usia reproduktif (*reproductive age*)

Masa dewasa adalah masa usia reproduktif. Masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga. Tetapi masa ini bisa ditunda dengan beberapa alasan. Ada beberapa orang dewasa belum membentuk keluarga sampai mereka menyelesaikan dan memulai karir mereka dalam suatu lapangan tertentu.

b. Usia memantapkan letak kedudukan (*setting down age*)

Dengan pemantapan kedudukan (*settle down*), seseorang berkembang pola hidupnya secara individual, yang mana dapat menjadi ciri khas seseorang sampai akhir hayat. Situasi yang lain membutuhkan perubahan-perubahan dalam pola hidup tersebut, dalam masa setengah baya atau masa tua, yang dapat menimbulkan kesukaran dan gangguan-gangguan emosi bagi orang-orang yang bersangkutan. Ini adalah masa dimana seseorang mengatur hidup dan bertanggungjawab dengan kehidupannya. Pria mulai membentuk bidang pekerjaan yang akan ditangani sebagai karirnya, sedangkan wanita muda diharapkan mulai menerima tanggungjawab sebagai ibu dan pengurus rumah tangga.

c. Usia banyak masalah (*problem age*)

Masa ini adalah masa yang penuh dengan masalah. Jika seseorang tidak siap memasuki tahap ini, dia akan kesulitan dalam menyelesaikan tahap perkembangannya. Persoalan yang dihadapi seperti persoalan

pekerjaan/jabatan, persoalan teman hidup maupun persoalan keuangan, semuanya memerlukan penyesuaian di dalamnya.

d. Usia tegang dalam hal emosi (*emotional tension*)

Banyak orang dewasa muda mengalami kegagalan emosi yang berhubungan dengan persoalan-persoalan yang dialaminya seperti persoalan jabatan, perkawinan, keuangan dan sebagainya. Ketegangan emosional seringkali dinampakkan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran-kekhawatiran. Ketakutan atau kekhawatiran yang timbul ini pada umumnya bergantung pada ketercapainya penyesuaian terhadap persoalan-persoalan yang dihadapi pada suatu saat tertentu, atau sejauh mana sukses atau kegagalan yang dialami dalam pergumulan persoalan.

e. Masa keterasingan sosial

Dengan berakhirnya pendidikan formal dan terjunnya seseorang ke dalam pola kehidupan orang dewasa, yaitu karir, perkawinan dan rumah tangga, hubungan dengan teman-teman kelompok sebaya semakin menjadi renggang, dan berbarengan dengan itu keterlibatan dalam kegiatan kelompok diluar rumah akan terus berkurang. Sebagai akibatnya, untuk pertama kali sejak bayi semua orang muda, bahkan yang populerpun, akan mengalami keterpencilan sosial atau apa yang disebut krisis keterasingan (Hurlock, 1980: 250)

f. Masa komitmen

Mengenai komitmen, Bardwick (dalam Hurlock, 1980: 250) mengatakan: "Nampak tidak mungkin orang mengadakan komitmen untuk selama-lamanya. Hal ini akan menjadi suatu tanggungjawab yang terlalu berat untuk dipikul.

g. Masa ketergantungan

Masa dewasa awal ini adalah masa dimana ketergantungan pada masa dewasa biasanya berlanjut. Ketergantungan ini mungkin pada orangtua, lembaga pendidikan yang memberikan beasiswa sebagian atau sepenuh atau pada pemerintah karena mereka memperoleh pinjaman untuk membiayai pendidikan mereka.

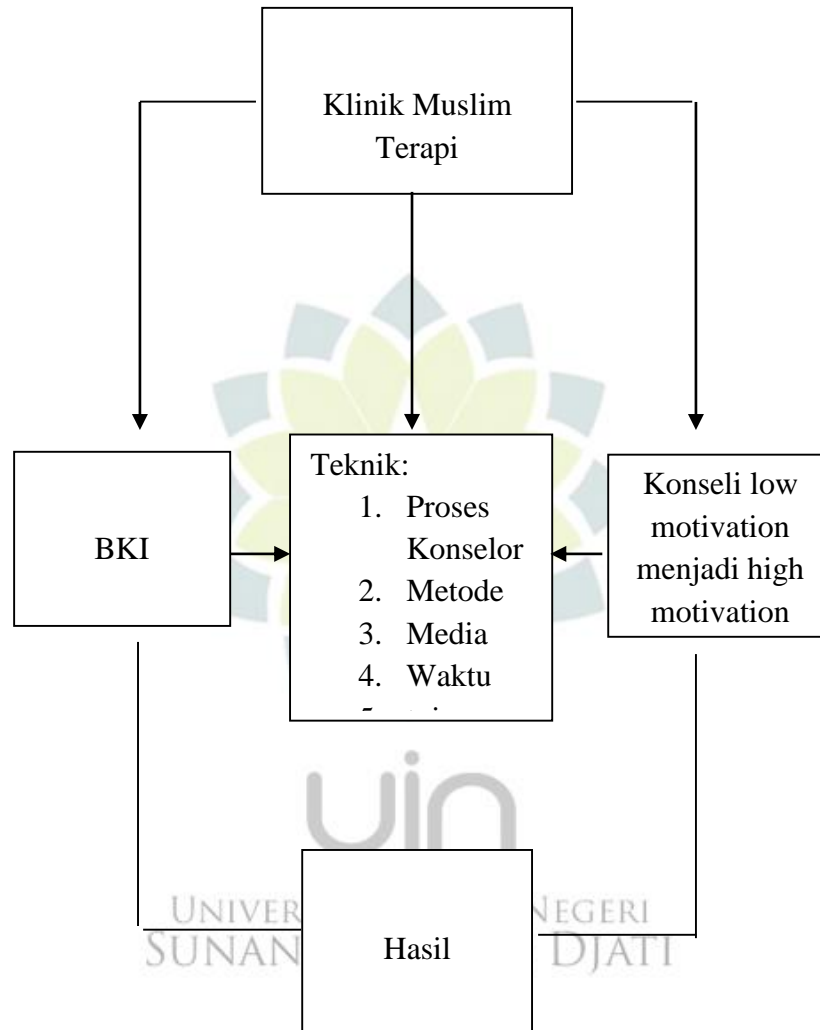
h. Masa perubahan nilai

Beberapa alasan terjadinya perubahan nilai pada orang dewasa adalah karena ingin diterima pada kelompok orang dewasa, kelompok-kelompok sosial dan ekonomi orang dewasa.

i. Masa kreatif

Bentuk kreativitas yang akan terlihat sesudah orang dewasa akan tergantung pada minat dan kemampuan individual.

Tabel 1.2
Skema Kerangka Berpikir
Penelitian Bimbingan dan Konseling Islami
pada Masalah Dewasa Dini



E. Langkah-langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dijadikan objek penelitian oleh penulis yaitu di Klinik Muslim Terapi yang beralamat di Jl. Gumuruh Kota Bandung Belakang 55A Gatot Subroto Bandung. Dengan alasan klinik dianggap sebagai klinik yang

terpercaya untuk dijadikan sebagai objek kajian tentang bimbingan dan konseling yang menjadi garapan penelitian ini. Adapun alasan praktisnya adalah karena konselor adalah seorang praktisi anak bidang konseling *therapy* di komisi perlindungan anak, alasan lainnya adalah yang saya ketahui karena beliau adalah penyusun buku *Islamic Hypnotherapy* yang pertama, beliau (konselor) juga biasa mengisi acara bimbingan rohani di salah satu radio swasta, dan klinik ini terbilang baru .

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Untuk mengeksplorasi dan atau memotret situasi yang akan diteliti secara menyeluruh, luas dan mendalam (Sugiyono, 2012: 209). Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara gabungan, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Tujuan dari penggunaan metode ini yakni penulis ingin menggambarkan apa adanya objek yang diteliti serta menggambarkan bagaimana keadaan pelaksanaan proses bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi masalah depresi pada dewasa dini.

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 terhadap dewasa dini.

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 konselor atau pemilik klinik yaitu Ucu Najmudin dan konseli di klinik muslim terapi. Kemudian data lain didapatkan dari beberapa terapis yang ada di klinik. Selain itu juga penulis mengumpulkan buku-buku, majalah 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 semua ilmu pengetahuan.

Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Observasi ini dilakukan untuk mengetahui permasalahan dewasa dini dan bentuk penanganan bimbingan dan konseling Islami di klinik muslim terapi.

b. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Seperti mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi,

perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain (Moleong, 1989: 148). Wawancara dilakukan untuk mengetahui masalah konseli dan untuk mengetahui layanan bimbingan konseling untuk dewasa dini di klinik muslim terapi.

c. Studi kepustakaan

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

5. Teknik Analisis Data

Penganalisisan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu secara kualitatif dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Pengumpulan data

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

a. Reduksi data

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

a. Data *display* (penyajian data)

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

b. *Verification / conclusion drawing* (verifikasi /kesimpulan)

Sesudah selesai penyajian data, kemudian akan dilakukan sebuah penarikan kesimpulan dari penelitian yang dilakukan (Sugiyono, 2010: 246-252).

