

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum

1. Deskripsi Lokasi

a. Letak Geografis Desa

Kecamatan perbaungan merupakan bagian dari wilayah Kabupaten Serdang Bedagai tepatnya 15 km dari arah Selatan dari Pantai Cermin. Adapun batas-batas kota Perbaungan, sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Pegajahan, sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Sei Rampah dan Kecamatan Sei Bambi, wilayah utara berbatasan dengan Kecamatan Tebing Tinggi, serta sebelah selatan berbatasan dengan Samudra Indonesia. Wilayah Kecamatan Perbaungan terbagi menjadi 28 Desa dan 19 dusun. 28 Desa itu yaitu Desa Bengkel, Desa Kesatuan, Desa Kota Galuh, Desa Citaman Jernih, Desa Lidah Tanah, Desa Lubuk Bayas, Desa Lubuk Cemara, Desa Lubuk Dendang, Desa Lubuk Rotan, Desa Kelurahan Melati I, Desa Melati II, Desa Pematang Sijonam, Desa Pematang Tatal, Desa Tanah Merah, Desa Tualang, Desa Sei Buluh, Desa Sei Jenggi, Dll. Dan 19 Dusun yaitu Dusun Sawo, Dusun Manggis, Dusun Rambutan, Dusun Nangka, Dusun Durian, Dusun Kenari, Dusun Mangga, Dusun Jering, Dusun Langsung, Dusun Salak, Dusun Belimbing, Dusun Jeruk, Dusun Kelapa, Dusun Delima, Dusun Sukun, Dusun Pala, Dusun Kuini, Dusun Kemiri dan Dusun Rambe.

Luas secara keseluruhan Kecamatan Perbaungan adalah 111, 620 km² yang terbagi dalam wilayah hutan 60,5 %. Pemukiman penduduk 10,44%, wilayah sawah 30,8 %, 3,5 % untuk kantor, pasar, bangunan sekolah, tempat olahraga, dan pemakaman umum desa, 1,17 % merupakan tempat rekreasi dan olahraga. Wilayah Kecamatan Perbaungan merupakan wilayah dataran rendah dengan ketinggian rata-rata 20 meter dari permukaan laut. Wilayah Desa bagian tengah dibelah oleh sungai, dengan suhu udara berkisar antara 24 sampai 32 dan memiliki curah hujan berkisar 1000-2000 mm pertahun. Dengan tanah liat berwarna coklat yang sangat subur dan sumber air berasal dari sumur galian yang cukup walaupun musim kemarau. Penduduk Kecamatan Perbaungan berjumlah 350.276 jiwa, terdiri dari 203.683 jiwa laki-laki dan 147.243 jiwa perempuan, dan keseluruhan penduduk Kecamatan Perbaungan sekitar 85.16 persen adalah penduduk usia produktif dengan latar belakang pendidikan.

2. Identitas Terapis

Nama	: H. Jaki Maulana
Tempat, Tanggal Lahir	: Jawa Timur, 12 April 1962
Jenis Kelamin	: Laki-laki.
Agama	: Islam

Alamat : Pegajahan

Kodepos 20986

a. Riwayat Pendidikan Terapis

SD : SDN 104267 Pegajahan.

SMP : MTS Al-Washliyah 16 Perbaungan.

SMA : Pondok Pesantren Tahfiz AL Hanaan

b. Pengalaman Terapis

Terkait dengan pengalaman terapis, terapis telah mendapatkan pengalaman belajar ilmu tentang bimbingan dan konseling islam, ilmu hadis, Bahasa Arab dan komunikasi konseling, psikologi kepribadian, terapi islam dalam sekolah pesantren Tahfiz belajar dengan salah satu Ustadz yang memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan tentang itu. Selain itu terapis juga pernah praktik khusus dengan Ustadz tersebut dengan memperdalam ilmu-ilmu dakwah dan terapi-terapi dalam Islam. Selain itu terapis juga pernah belajar selama 2 bulan di Pondok Pesantren Darul Arafah Raya. Dari beberapa pengalaman yang pernah dilakukan oleh terapis, pengalaman tersebut juga digunakan sebagai tolak ukur dan ilmu dalam menjalani sesi proses konseling islami ataupun terapi tawakal terhadap seseorang yang mengalami depresi.

c. Kepribadian Terapis

Terapis adalah seorang Ustadz yang terkenal di Pegajahan, selain itu terapis juga menjadi pemateri suatu kajian aswaja dimana-mana dan setiap hari senin dan jum'at sore di Masjid Dolok Masihul dan Masjid lainnya. Terapis juga sering mengikuti atau mengisi kegiatan keagamaan seperti halnya, tahlilan, Maulid Nabi SAW dan Isra' Mi'raj.

3. Deskripsi Klien yang menjadi informan

a. Identitas Klien

- 1) Nama : Lasmini
Alamat : Perbaungan
Tempat/Tanggal Lahir : 25 Maret 1978
Umur : 43 tahun
Agama : Islam
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
- 2) Nama : Indah Karisma
Alamat : Tualang
Tempat/Tanggal Lahir : 15 November 2003
Umur : 18 tahun
Agama : Islam

- Pekerjaan : Pelajar
- 3) Nama : Siska Aprilia
Alamat : Dolok Masihul
Tempat/Tanggal Lahir : 25 Maret 1999
Umur : 21 tahun
Agama : Islam
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
- 4) Nama : Wulandari
Alamat : Pegajahan
Tempat/Tanggal Lahir : 14 Agustus 1994
Umur : 27 tahun
Agama : Islam
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
- 5) Nama : Sri Haryati
Alamat : Rambung Sialang Hilir
Tempat/Tanggal Lahir : 25 Maret 1967
Umur : 53 tahun
Agama : Islam
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

b. Latar Belakang Keluarga Klien

1) Latar Belakang Keluarga Ibu Yulianti

Latar belakang keluarga ibu Yulianti dapat dikatakan sosok keluarga yang kurang harmonis, “Ibu perempuan klien berkata “anak saya adalah orang yang ramah dan tanggung jawab dahulunya, ia juga seorang pekerja keras demi anak-anaknya yang masih duduk di bangku sekolah. Di rumah yang sederhana itu anak saya tinggal bersama suami dan kedua anaknya, ia adalah orang yang sangathati-hati dalam segala hal.

2) Latar Belakang Keluarga Indah Karisma

Latar belakang keluarga Indah Karisma bisa dikatakan ia termasuk golongan dari keluarga yang berkecukupan. Ia anak ke 2 dari 3 bersaudara, dan ia anak perempuan satu-satunya. Karena selalu dimanja dan selalu dituruti kemauannya, dan akhirnya orang tuanya pun juga lalai dalam menjaga pergaulan anaknya. Membebaskan anaknya berpacaran adalah salah satu kesalahan terbesar dari orang tuanya, yang selama ini selalu membolehkan anaknya untuk membawa laki-laki untuk datang kerumah yang akhirnya telah berujung zina.

3) Latar Belakang Keluarga Siska Aprilia

Latar belakang keluarga Siska Aprilia termasuk keluarga yang sederhana dengan gaya hidup yang bisa dibilang biasa-biasa saja. Ia anak ke 2 dari 4 bersaudara. Dan ia anak perempuan satu-satunya dikeluarganya. Kurangnya kepedulian orang tua terhadap anak perempuannya yang membebaskan berpacaran atau bergaul dengan banyak lelaki dapat membuatnya kehilangan akan mahkotanya. Setelah kejadian tersebut diketahui oleh orang tuanya, lalu ia dinikahkan dengan pujaan hatinya. Setelah menjalani rumah 3 tahun, mereka diberi cobaan yang pada akhirnya telah kehilangan bayinya. Dari situlah klien perlahan-lahan mengalami stress ringan yang akhirnya menjadi depresi. Dan orang tuanya pun langsung mencari orang yang bisa menyembuhkan depresinya tersebut.

4) Latar Belakang Keluarga Wulandari

Latar belakang keluarga ibu wulandari termasuk keluarga yang bisa dikatakan kaya. Ia anak satu-satunya dari keluarganya. Hidupnya selalu berkecukupan bahkan ia juga dinikahkan dengan orang yang bisa dibilang kaya raya yang memiliki lahan lebar. Tetapi dari hidupnya nya yang berlebihan, tidak menjamin bahwa bahagiannya rumah tangga yang ia alami. setelah menginjak usia pernikahan ke-5 tahun, akhirnya mereka diberi kepercayaan oleh Allah swt dalam mempunyai momongan. Karena terlalu bahagiannya mereka yang akan menjadi ayah dan ibu, akhirnya Allah berkehndak lain dan ia mengalami keguguran.

5) Latar Belakang Keluarga Sri Haryati

Latar belakang keluarga ibu Sri Hayati bisa dikatakan adalah keluarga yang sederhana. Ia mempunyai 3 anak yang ketiganya itu perempuan. Diumurnya yang ke-30 tahun ini ia telah emngandung anak ke-4, tetapi ketika menginjak usia kehamilan ke 13 minggu ia mengalami keram perut yang hampir setiap hari ia rasakan. Keluarganya termasuk keluarga yang harmonis. Tetapi setelah mengalami kejadian tersebut, ia mulai merasakan hal-hal aneh dai istrinya yang tidak pernah biasanya dilakukan istrinya. Dari situlah suami beliau mulai gelisah akan keadaannya, ternyata setelah dilihat dan dibawa berobat ternyata istrinya mengalami depresi akibat terus-menerus mengharapkan anak laki-laki. Perubahan yang dilami klien pun dirasakan oleh suaminya sendiri yaitu klien sering marah-marah, sering kesal, tidak mau melakukan aktivitasnya dengan baik, malas-malasan merawat anak.

B. Temuan Khusus

1. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Klien Menjadi Depresi

Depresi akan mempengaruhi seseorang dalam berpikir dan berperilaku, serta dapat memicu berbagai masalah fisik maupun emosional pada diri klien. Perubahan-perubahan itu akan tampak pada dirinya apabila depresi itu terus dibiarkan seperti timbulnya perubahan

hormon. Perubahan dalam keseimbangan hormon di dalam tubuh dapat memicu terjadinya depresi, dan perubahan itu akan tampak jelas pada ketidakstabilan mood dalam diri klien.

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan klien menjadi depresi dimana dirasakan oleh klien dan keluarganya.:

Dari hasil wawancara peneliti dengan Terapis disebutkan :

Jadi kesulitan atau faktor penghambat dalam melaksanakan metode terapi tawakkal ada beberapa faktor yang pertama itu adalah faktor psikis, dimana untuk konsentrasi pastinya akan lebih sulit di dapat, dan kesedihan yang mendalam akan dapat menyalahkan dirinya sendiri yang disebabkan oleh berkembangnya pemikiran tidak logis dan mendominasi pola-pola kognitif.

Maka dari itu, seseorang yang mengalami hal terus akan membuat pikiran atau perasaannya menjadilebih hancur dan tidak bisa mengontrol emosinya. Dan faktor penghambat lainnya dalam pelaksanaan terapi metode tawakkal ini susahny dalam pengucapan ayat-ayat al-qur'an yang seharusnya fasih dalam dilaksanakannya, tetapi malah tidak mau mengikuti dan lari apa yang diajarkan.”¹

Dari hasil wawancara peneliti dengan keluarga klien Yulianti mengungkapkan:

Bahwasanya banyak faktor yang menyebabkan klien itu menjadi depresi, salah satunya adalah karna faktor keluarga dan yang kedua faktor kandungan. Dimana keluarga atau suami dari klien selalu mempermasalahkan masalah kecil menjadi besar sehingga terjadilah pertengkaran setiap harinya. Hal itu karena munculnya masalah perselingkuhan antara suaminya dengan wanita lain. Kemudian pihak laki-laki disini juga menyalahkan klien karena tidak bisa melayani suaminya dengan baik. Dan faktor lainnya adalah kurangnya perhatian atau kasih sayang dari suami. Hal tersebutlah yang membuat kandungan klien menjadi lebih rentan sehingga klien mengalami keguguran sampai depresi ringan.”²

Berdasarkan wawancara dengan orang tua ibu Yulianti :

Berawal dari makan dan istirahat yang tidak teratur juga kemudian karna banyaknya masalah yang ia alami seperti masalah keluarga yang semua berasal dari suami dan keluarga dari suaminya, dan hal itulah yang menyebabkan anaknya mengalami depresi berat hingga sampai keguguran. Dari situlah asal mula anak saya terkena depresi di usia yang sangat muda 39 tahun, walaupun sekarang sudah 40 tahun namun, anak saya banyak berubah dan menurun

¹ Wawancara Pribadi dengan Konselor Habib Jaki Maulana, Pegajahan, Tanggal 15 September 2021, Pukul 14.00

² Wawancara Pribadi dengan Keluarga klien Ibu Yulianti, Tanggal 05 September 2021, Pukul 13.35 WIB

drastis mentalnya karena kaget dengan penyakit yang dideritanya. Hingga ia putus asa, suka marah-marah tidak jelas, lupa dengan semuanya dan bahkan sampai ia tidak mau merawat anaknya sendiri. Selain itu suami dari klien ini juga lepas tanggung jawab padadirinya yang mengalami depresi.

Adapun yang dikatakan ayah klien kepada terapis “:

kejadian yang menimpa yang dirinya, keluarganya menjadi berantakan dan anak-anaknya menjadi bandal karena kurang perhatian dari ibunya. Hal itu membuat saya sedih karena anak saya sudah diperlakukan tidak baik sehingga sampai mengalami depresi seperti itu.”³

Dari hasil wawancara peneliti dengan klien Indah Karisma mengungkapkan :

Saya menyesal karena sudah melakukan perbuatan yang dibenci Allah swt, awalnya saya tidak berani mengungkapkan hal ini kepada orang tua saya, tetapi karena waktunya sudah darurat tidak mungkin saya berdiam diri saja. Dan setelah 1 bulan saya memberanikan diri kepada orang tua bahwasanya saya telah mengandung anak dari pacar saya. Dari kejadian tersebut orang tua saya marah besar kepada saya dan mengusir saya dari rumah, ditambah lagi pacar saya tidak ingin bertanggung jawab atas perbuatannya.⁴

Adapun yang dikatakan orang tua klien kepada saya dan Terapis :

Jadi faktor yang menyebabkan anak saya depresi kemarin mungkin karena banyaknya masalah yang ia hadapi sehingga ia mulai mengalami stress yang berlebihan hingga tidak sadarkan diri bahwasanya juga juga kehilangan bayinya. Walaupun kami sebagai orang tua marah besar, tetapi karena rasa kasihan ibunya akhirnya saya pun juga langsung mencari orang yang bisa menterapi anak saya.⁵

Adapun yang dikatakan orang tua klien kepada saya dan Terapis :

Setelah kejadian yang menimpa yang dirinya, keluarga saya menjadi berantakan dan malu dengan keluarga, tetangga dan lingkungan saya. Setelah kami mengetahui bahwasanya ia telah mengandung, ibunya langsung syok berat sampai pingsan. Dari kejadian itulah kami mulai marah besar tidak mau bertanya apapun pada dirinya. Tetapi karena ia mengalami stress yang berat memikirkan masalah yang ia alaminya dan yang akhirnya ia mulai perlahan-lahan

³ Wawancara Pribadi dengan Ayah Klien Ibu Yulianti, Tanggal 05 September, Pukul 14.00 WIB

⁴ Wawancara Pribadi dengan Klien Indah Karisma, Tanggal 9 Oktober, Pukul 10.00 WIB

⁵ Wawancara Pribadi dengan Ayah Klien Indah Karisma, Tanggal 15 Oktober, Pukul 16.00 WIB

timbul sikap depresi, dari situlah orang tuanya mulai memberikan perhatian yang penuh lagi padanya.

Dari hasil wawancara peneliti dengan klien Siska Aprilia mengungkapkan:

Kejadian sebenarnya itu pada saat saya dan suami lagi liburan ke luar kota, jadi disaat liburan itu saya mulai merasakan hal-hal aneh asanya perut saya itu seperti dicucuk-cucuk hingga saya kesakitan bahkan pingsan. Kejadian itu hampir setiap hari saya rasakan, karena rasa penasaran, akhirnya saya dan suami pergilah ke dokter untuk memeriksakannya apa yang sebenarnya terjadi. Ternyata setelah dicek tidak ada kejadian apa. Hal itu kerap sekali terjadi setiap saat, dan yang lebih parahnya saya itu mengalami muntah darah dan setelah diperiksa ke dokter bayi saya sudah hilang. Disitulah saya mulai merasakan depresi karena terus memikirkan kejadian itu. Padahal penantian kami untuk punya anak itu sangat besar hampir 2 tahun saya dan. Dan dari kejadian itulah suami saya terus mencari seseorang yang bisa menyembuhkan depresi saya hingga sembuh yaitu habib Jaki Maulana.⁶

Dari hasil wawancara peneliti dengan klien Wulandari mengungkapkan : Jadi faktor yang menyebabkan saya menjadi depresi itu karena faktor usia. Dimana seseorang yang sudah menginjak usia 25 ke atas akan susah mengandung. Jadi disaat saya hamil kemarin, badan saya itu tidak sekuat ibu-ibu hamil lainnya, bahkan kandungan saya itu sangat rentan dan tidak bisa bekerja yang berat-berat. Mungkin disitulah mulai gugurnya kandungan saya. Dan disaat itulah saya mulai merasakan depresi hingga suami saya pun merasakan hal-hal aneh dari diri dsaya seperti marah-marah tidak jelas, suka bantingin barang-barang dan suka menangis tiba-tiba.”⁷

Dari hasil wawancara peneliti dengan Suami klien Sri Hayati mengungkapkan :

Mungkin keinginan untuk mempunyai anak udah dari setelah nikah ya, tapi Allah belum memberikan amanah kepada kami. Bahkan di kehidupan kami ini istri saya yang selalu menguatkan saya dan memberikan semangat pada saya bahwa harus selalu sabar. Tetapi disaat tahun ke-5 Allah memberikan kami kepercayaan dan menitipkan buah hati, tetapi disaat 12 minggu istri saya mulai pendarahan dan disaat itulah istri saya keguguran. Yang tadinya istri saya yang selalu kuat dan sabar dalam menghadapi ujian, tapi setelah kejadian itu istri saya lah yang mulai lemah dan mulai mengalami depresi. Jadi itulah faktor yang menyebabkan istri

⁶ Wawancara Pribadi dengan Klien Siska Aprilia, Tanggal 20 Oktober 2021, Pukul 09.00 WIB

⁷ Wawancara Pribadi dengan Klien Wulandari, Tanggal 17 Oktober 2021, Pukul 11.00 WIB

saya mengalami depresi, karena 6 tahun tidak punya anak, sekalinya dikasih malah keguguran. Disitulah saya merasa hancur melihat keadaannya, karena bertahun-tahun tidak merasakan yang namanya punya anak.⁸

Berdasarkan beberapa faktor penghambat dan penyebab seseorang menjadi depresi, khususnya penghambat dari Terapis sendiri yaitu hilangnya konsentrasi dari seorang klien. Maka hal ini perlu diketahui dan dibantu oleh keluarga, dan mencari bagaimana solusinya agar faktor penghambat tersebut dapat teratasi. Apalagi depresi yang dibiarkan berlanjut dan tidak mendapatkan penanganan bisa menyebabkan terjadinya produktifitas kerja, gangguan hubungan sosial, hingga munculnya keinginan untuk bunuh diri. Karena ketika ada hambatan dalam pelaksanaan metode terapi tawakkal terhadap klien yang mengalami depresi maka kegiatan tersebut tidak berjalan efektif dan tidak mencapai tujuan yang diharapkan.

2. Proses Metode Terapi Tawakkal untuk Mengurangi Depresi Akibat Keguguran.

Dalam melakukan terapi tawakkal ini, tindakan yang dilakukan Terapis yaitu dengan membangun hubungan antara klien dengan terapis, supaya terapi dapat berjalan dengan lancar. Setelah membangun kedekatan lalu terapis mengetahui dan mengenal sikap dan kepribadian klien dengan gejala-gejala yang tampak. Selain itu terapis juga melakukan kunjungan ke rumah klien untuk melakukan proses konseling islam atau melakukan terapi tawakkal pada klien. Dengan ini klien dapat mengungkapkan isi hatinya, menceritakan apa yang sedang di alaminya sekarang tanpa ada yang di tutupi.

Berdasarkan masalah yang terjadi, klien mengalami kehilangan semangat hidup akibat depresi yang ia alami. oleh karena itu, terapis memilih terapi tawakkal sebagai pendekatan konseling islami yang memiliki tujuan untuk meningkatkan proses konseling. Konseling tawakkal diartikan sebagai proses pemberian bantuan secara langsung melalui proses wawancara dalam serangkaian pertemuan langsung tatap muka antara konselor dengan klien yang secara profesional, yang bertujuan agar klien berserah diri kepada Allah.

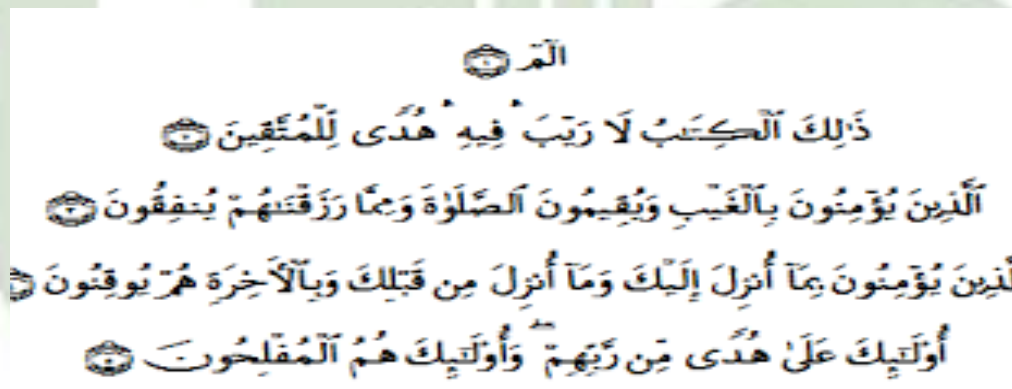
Proses implementasi Terapi mulai dari awal sampai akhir :

1. Terapis melakukan pendekatan supaya klien bisa lebih terbuka dan mau diajak dalam melakukan proses terapi berlangsung
2. Terapis mulai mengidentifikasi masalah-masalah klien dengan keluarga terdekatnya

⁸ Wawancara Pribadi dengan Suami Klien Dri Haryati, Tanggal 23 Oktober 2021, Pukul 14.45 WIB

3. Setelah mengidentifikasi dan mengevaluasi, terapis mulai menetapkan jenis terapi apa yang cocok dilakukan terhadap masalah klien.
4. Sebelum proses terapi berlangsung klien diwajibkan mengambil air wudhu supaya dalam keadaan suci
5. Selama proses implementasi terapi dilakukan klien harus bisa fokus supaya terapinya berjalan dengan lancar sampai terapi selesai.
6. Ditengah-tengah proses terapi tersebut, terapis mulai memberikan ramuan air berupa dzikir atau doa yang khusus diberikan untuk klien. Dan dzikir atau doa khusus itu dilakukan setiap hari jum'at saat terbit dan terbenam matahari.
7. Terapis juga menjelaskan klien yang akan terapi akan ditiup ubun-ubunnya terlebih dahulu, kemudian dicabut rambutnya 7 helai lalu ditiup ke kupingnya yang kanan dan kiri. Setelah itu klien dilatih untuk terus berzikir sampai 33x dan bersholawat Nabi. Dzikir itu berbunyi ; Allahuakbar 33x, Subhanallah 33x, dan Alhamdulillah 33x.
8. Setelah melakukan dzikir, terapis membacakan ayat-ayat khusus pada klien yang terdapat pada Surah Al-Fatihah dan Surah Al-Baqarah :

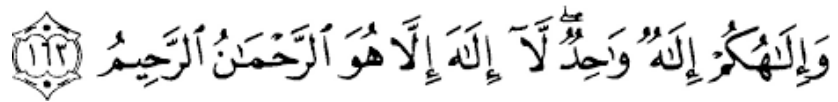
Q.S Al-Baqarah 1-5 yang bunyinya “



Artinya :

Alif Lam Mim. Kitab (Al-Qur'an) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertakwa,(yaitu) mereka yang beriman kepada yang gaib, melaksanakan salat, dan menginfakkan sebagian rezeki yang Kami berikan kepada mereka,dan mereka yang beriman kepada (Al-Qur'an) yang diturunkan kepadamu (Muhammad) dan (kitab-kitab) yang telah diturunkan sebelum engkau, dan mereka yakin akan adanya akhirat.Mereka lah yang mendapat petunjuk dari Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang beruntung.

Lalu Q.S Al-Baqarah 163 :



Artinya :

Dan Tuhan kamu adalah Tuhan Yang Maha Esa tidak ada Tuhan selain Dia. Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang

9. Doa atau ayat-ayat penutup yang dilakukan saat terapi yaitu ayat kursi, surah Al-Ikhlash, surah Al-Falaq, dan An-Nas lalu ditiupkan pada ubun-ubun klien
10. Selesai melakukan terapi tersebut, terapis juga menganjurkan kepada orang tua klien bahwa ayat-ayat ini harus terus dibacakan berulang-ulang pada pagi, sore dan malam hari saat klien tidur. Kemudian ramuan tersebut diminumkan serta dimandikan dengan daun bidara yang telah diruqyah. Insya Allah atas izin Allah klien diberikan kesembuhan yang sempurna seperti sedia kala

Pada tanggal 25 September 2021, terapis datang untuk berkunjung kerumah dengan tujuan melihat keadaan dan perubahan perubahan klien. Klien dan keluarganya pada saat itu menerima kedatangan terapis di rumahnya dengan baik yang ditunjukkan dengan memberi suguhan sedikit makanan dan teh anget kepada terapis. Terapis datang kerumah ibu Yulianti dengan tujuan silaturahmi dan membangun pendekatan dengan klien maupun kluarga klien agar mempermudah proses konseling yang nantinya akan dilakukan oleh terapis.⁹

Pada hari berikutnya terapis membangun hubungan kedekatan dengan klien agar proses terapi dapat berjalan dengan lancar dengan mengikuti dan mengamati beberapa kegiatan klien setelah beberapa bulan mengalami depresi dan tidak bisa menerima kehidupan yang sebenarnya, hingga menyalahkan Allah dan menganggap kalau hidupnya tidak ada gunanya lagi. Setelah melakukan pendekatan dan menciptakan kepercayaan antara terapis dengan klien, maka terapis memulai proses terapi dengan langkah-langkah berikut ini:

a. Diagnosis

Disini terapis melakukan terapi dengan melalui tahapan-tahapan yang pertama diagnosis. Diagnosis merupakan langkah pengambilan atau penetapan kesimpulan. Kesimpulan disini maksudnya kesimpulan yang mengenai faktor-faktor penyebab klien menjadi depresi. Setelah mengidentifikasi masalah klien, langkah selanjutnya diagnose untuk menetapkan masalah yang dihadapi dan disertai dengan faktor-faktornya. Dari identifikasi yang dapat dijelaskan bahwa klien memiliki problem seperti berikut :

⁹Wawancara Pribadi dengan Keluarga Klien Yulianti, Tanggal 25 September 2021, Pukul 11.00 WIB

1. Tidak bisa menerima kenyataan yang ia alami sekarang.
2. Merasa kehilangan semangat hidup karena iadirinya tidak bisa menjaga kandungan dengan baik
3. Selalu Su'udhon kepada Allah SWT.
4. Jengkel dengan diri sendiri.
5. Merasa bosan dengan adanya terapi tersebut
6. Sering marah-marah tanpa alasan yang jelas, dan berkata bosenhidup seperti ini lagi

b. Pragnosis

Setelah terapis menetapkan masalah klien, langkah selanjutnya prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah. Dalam hal ini terapis menetapkan terapi tawakkal untuk membantu masalah klien secara maksimal. Pada langkah ini terapis menggunakan pendekatan metode terapi tawakal. Jenis tawakal yang dipakai dalam terapi metode tawakal ini adalah tawakal kepada Allah dalam keadaan berserah diri kepada Allah baik lahir maupun batin serta bertujuan memperbaiki dirinya sendiri. Adapun terapi tawakal ini untuk mengubah pikiran dan tingkah laku klien dengan membentuk fondasi tawakal dengan melalui beberapa tahapan.

Terapi tawakal ini dilakukan oleh terapis dengan mengajak klien untuk belajar mengenal Rabb dan sifat-sifatnya serta belajar untuk selalu berserah diri serta menerima dengan ikhlas yang Allah berikan. Terapis menggunakan terapi ini supaya klien bisa lebih bertawakkal lagi terhadap apa yang menimpa pada dirinya.

Realita yang ada pada seseorang yang mengalami depresi kemungkinan besar akan merusak pikiran dan pencernaan pada otak. Jadi disini terapis berharap semoga bisa membantu klien agar bisa merubah pikiran negatif yang ada pada diri klien dan membuat klien selalu berikhtiar dengan maksimal dan dapat ridha dengan hasil ikhtiar yang dilakukan. Adapun kegiatannya ini menggunakan terapi tawakal untuk mengubah pikiran dan tingkah laku klien dengan membentuk pondasi tawakal di dalam diri klien dan memberikan semangat hidup lebih berwarna lagi, tidak berputus asa dan menanamkan sikap tawakal pada dirinya.

c. Tretament

Setelah terapis menetapkan terapi yang sesuai dengan masalah yang klien hadapi, maka langkah selanjutnya adalah langkah pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosis. Hal ini sangatlah penting dalam proses klien, karena langkah ini menentukan sejauhmana keberhasilan konselor dalam membantu masalahnya. Konselor memberikan bantuan dengan jenis terapi yang sudah ditentukan pada tahap prognosis, yaitu menggunakan jenis konseling tawakal untuk mengubah pikiran dan tingkah laku klien hingga ia merasa bahwa

hidup di dunia itu pasti memiliki makna dalam hidupnya entah itu bagi diri sendiri maupun orang lain.

Adapaun tahapan-tahapan yang akan dilakukan oleh terapis dalam terapi tawakal ini adalah:

1. Mengajak klien mengenal Rabb dan sifat-sifatnya.
2. melakukan pendekatan kepada klien sebelum melakukan terapi
3. Membuat suasana tenang.
4. Menjalin hubungan baik dengan klien.
5. Menanamkan pada diri klien tentang sikap tawakkal
6. Mengajak klien membaca ayat-ayat Allah dengan meresapi maknanya.
7. Melakukan terapi Ruqiyah pada dirinya
8. Bertanya kepada klien apa yang dirasakan setelah membacanya

Pada tanggal 17 Oktober 2021. Terapis berkunjung kembali ke rumah klien dan memberikan treatment berupa terapi dengan cara mengajak klien untuk memasrahkan diri “menyerahkan hati kepada Allah”, Serahkan dan pasrahkan segala urusan kepada Allah SWT. Sertabiasakan diri dengan membaca istighfar sebanyak 33x, membaca sholawat Nabi, membaca Al-Fatihah, Membaca Ayat Kursi dan minum air putih yang sudah dibacakan ayat-ayat Allah setiap pagi dan sebelum tidur. Dalam proses terapi ini pelaksanaan yang dilakukan untuk melihat perubahan-perubahan dalam diri klien.

Pada proses ini, ada beberapa perubahan yang ditunjukkan oleh klien selama proses terapi dilaksa. Klien mengalami perubahan dengan ditunjukkannya mulai bersemangat dan terus berfikir positif terhadap apa yang di berikan oleh Allah kepadanya dalam hidupnya, dan yang paling terpenting adalah klien ikhlas lahir batin menerima kenyataan yang ada dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap keluarga klien, bahwasannya klien sering menyendiri, sedih dan menyalahkan dirinya sendiri perihal keguguran yang di alaminya, sedangkan menurut tetangga klien juga klien sekarang jarang tersenyum dan marah-marah tidak jelas. Hasil wawancara terhadap klien, dia menjelaskan bahwa dirinya sangat sedih dan terpukul atas kehilangan bayi yang di kandungnya, padahal dia dan suami sudah menantikan kehadirannya sejak lama. Klien terus saja menyalahkan dirinya sendiri dianggap tidak mampu menjaga amanah yang di berikan Allah kepadanya.¹⁰

¹⁰Wawancara Pribadi dengan Keluarga Klien, Tanggal 20 Oktober 2021, Pukul 09.00 WIB

Metode yang diberikan pembimbing kepada klien adalah terapi tawakkal dengan teknik modeling yang bertujuan untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya. Didalam proses pelaksanaan terapi tawakkal, pembimbing melakukan beberapa teknik tawakkal kepada klien yaitu :

1. Memberikan pemahaman tawakkal
2. Memberikan kesadaran dan merubah sikap melalui terapi tawakkal
3. Membantu klien untuk bersikap lebih ikhlas, berserah diri kepada Allah SWT dan terus bersyukur dengan apa yang dimilikinya saat ini.
4. Membantu klien dalam mengarahkan perilaku sekarang yang dialaminya.
5. Mengetahui dan mengontrol perkembangan klien setiap harinya.

1. Hasil Akhir Proses Terapi Metode Tawakal Dalam Mengurangi Depresi

Setelah beberapa kali mengikuti proses terapi tawakal dari terapis, dan mengenal Rabb dan sifat-sifatnya, serta terapis juga memantapkan hati klien untuk selalu berserah diri kepada Allah Swt, baik itu berbaik sangka pada Allah, menyerahkan hati, serta memberikan semangat hidup yang berfungsi sebagai penggerak hati. Besar kecilnya motivasi hidup yang diberikan akan mempengaruhi kualitas kehidupan seseorang. Dalam kehidupan seseorang, apabila sudah mengalami kehilangan motivasi hidupnya maka sedikit banyaknya akan mempengaruhi kualitas hidupnya yang tidak memiliki makna tersendiri baginya “kepuasan hidup”. Selama mengikuti proses konseling tawakal, klien terlihat antusias dan mengikuti dengan saksama kegiatan atau treatment yang diberikan oleh terapis, karena selain sudah terjalin trust dan sikap keterbukaan yang dibangun pada awal proses konseling, hal ini juga karena adanya kemauan dalam diri klien yang ingin meningkatkan semangat dalam menjalani hidupnya.

Setelah melakukan proses terapi tawakal dan melalui beberapa kali pertemuan dengan klien, hasil dari konseling tawakal dapat diketahui dengan adanya perubahan dalam diri klien meskipun perubahannya hanya sedikit. Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung serta wawancara yang dilakukan dengan klien bahwa proses konseling yang dilakukan cukup berhasil meskipun tidak 100%. Perubahan yang paling terlihat pada klien saat ini, klien lebih menerima keadaan hidup dirinya saat ini dengan ditunjukkan tidak lagi sering mengeluh dan merasa bahwa Tuhan tidak sayang padanya. Klien juga tidak lagi sering merasa emosi, lebih bisa bersyukur, semangatnya lagi untuk kontrol dan lebih merasa tenang dalam menjalankan aktifitas dalam kehidupannya mulai membaik dengan tidak berfikir apa yang dia lakukan itu sia-sia.

Selama kurang lebih 3 “tiga” bulan klien mengikuti proses konseling tawakal. Perubahan yang tampak setelah klien mengikuti proses konseling ini adalah klien mulai

menerima keadaan dirinya dan semakin semangat dalam menjalani kehidupannya, klien tidak lagi mengatakan kepada hal-hal yang mengarah pada keluhan. Klien saat ini lebih semangat dan selalu berperasangka baik kepada Allah dan meyakini bahwa segala sesuatu itu yang ditentukan Allah.

Perubahan yang dialami klien sebelum dan sesudah proses terapi tawakkal dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel2
Hasil Analisis Proses Terapi Tawakkal

No	Kondisi sebelum terapi tawakkal	Kondisi setelah terapi tawakkal
1.	Su'udzon kepada Allah SWT	Mulai berfikir positif kepada Allah bahwa setiap masalah pasti ada hikmahnya, dan sesuatu yang hilang ataupun yang terjadi menimpa paada dirinya pasti akan digantikan dengan kebahagiaan yang lebih yang akan mengangkat derajatnya.
2.	Selalu marah-marah tidak jelas	Perubahan klien saat ini sangat baik dan tidak suka marah-marah lagi
3.	Selalu menyalahkan dirinya sendiri dan orang lain	Saat ini klien bisa lebih menerima dirinya sendiri, tentunya lebih sabar dan leih mensyukuri nikmat-nikmat Allah yang telah diberikan kepadanya. Hal itu juga yang membuat klien sadar dan berkata “buat apa saya terus-menerus bersikap seperti itu, malah yang ada timbul penyakit hti dari dalam diri saya, dan alangkah baiknya saya menerima eadaan yang terjadi pada diri saya sekarang”
4.	Emosi setiap melakukan terapi	Rasa emosi yang dialami klien saat terapi sekarang mulai hilang, dan dengan itu membuat ia mulai sadar dan berkata “ jika itu semua atas izin Allah saya sembuh, pasti saya akan sembuh. Dan tidak ada yang tidak mungkin bagi-Nya. Karena apa

		yang sudah dilakukan pengobatan pada saya, tentunya semua akan baik pada diri saya dan saatnya sekarang saya berserah diri dan terus berikhtiar, entah bagaimana nanti hasilnya kedepannya saya pasrahkan kepada Allah, karena ia yang memberikan sakit dan ia juga yang menyembuhkannya”
5.	Tidak mau membaca ayat-ayat Allah saat diterapi	Klien saat ini mau membaca ayat-ayat Allah dan semangat dalam melakukan terapi tawakkal, meskipun hasilnya belum semaksimal seperti iatidak sakit sebelumnya.

