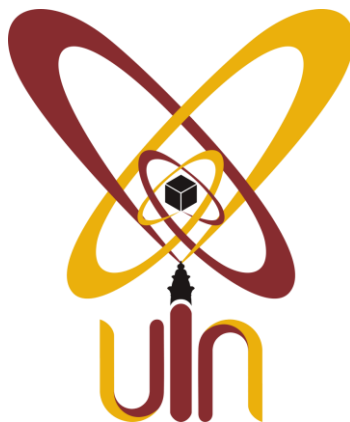


***CLIENT CENTERED COUNSELING* DALAM MENANGANI
STRES AKIBAT PERCERAIAN**

(Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota
Serang Banten)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten



Oleh:

FARAWILDANIA. R

NIM: 153400576

**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
TAHUN AKADEMIK 2019 M / 1440 H**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “ *Client Centered Counseling* Dalam Menangani Stres Akibat Perceraian” (Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten), sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada jenjang pendidikan Strata-1 yaitu Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulisan orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaaan yang telah saya terima atau sanksi akademik lain sesuai peraturan yang berlaku.

Serang, 19 Juni 2019

Farawildania.R
NIM:13400576

ABSTRAK

Nama : Farawildania Romadhona, NIM: 153400576, Judul Skripsi: ***client centered counseling dalam menangani stres akibat perceraian*** (Studi kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten), Tahun 2019 M / 1440 H.

Keluarga merupakan bagian yang sangat diutamakan dari kepentingan lainnya, karena didalam keluarga kita dapat menemukan ketenangan dan kebahagiaan. Akan tetapi didalam keluarga terkadang mengalami ketidaknyamanan, sehingga suatu keluarga tersebut merasa kurang atau tidak bahagia dalam hidupnya. Hal itu terjadi karena adanya suatu problem yang tidak dapat diselesaikan, apabila problem tersebut memuncak maka dapat menyebabkan sebuah permasalahan yang besar bahkan keharmonisan suatu keluarga akan terancam hingga menimbulkan keretakan rumah tangga atau sampai dengan perceraian, dan menimbulkan stres akibat perceraian.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1). Apa faktor pemicu terjadinya perceraian pada pasutri di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten? 2). Bagaimana kondisi psikis pasutri pasca perceraian? 3). Bagaimana hasil analisis konseling dengan menggunakan teknik *client centered counseling* dalam menangani stres akibat perceraian? Sedangkan, tujuan dari penelitian ini adalah: 1). Untuk mengetahui faktor pemicu terjadinya perceraian pada pasutri di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten? 2). Untuk mengetahui kondisi psikis pasutri pasca perceraian? 3). Untuk mengetahui hasil analisis konseling dengan menggunakan tehnik *client centered counseling* dalam menangani stres akibat perceraian? Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif yaitu penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati dengan menggunakan pendekatan *client centered counseling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi, sehingga penulis dapat menyimpulkan kesimpulan dari hasil penelitian untuk mudah dipahami. Penelitian ini dilakukan selama satu bulan sejak 17 September 2018 sampai 02 Desember 2018 dengan responden sebanyak 5 di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten. (ADW dan AI, EH dan RU, RZ dan RA, MH dan LS, MA dan RK).

Adapun faktor yang memicu terjadinya perceraian adalah disebabkan oleh beberapa hal yang terjadi kepada lima responden antara lain: faktor ekonomi yang lemah, faktor sumber daya manusia (SDM) yang rendah, kurang menerima kondisi penghasilan, campur tangan orang tua, egoisme yang tinggi, krisis moral dan akhlak. Perceraian yang terjadi pada kelima responden pasutri mengalami dampak tersendiri yaitu stres akibat perceraian seperti: timbul fikiran negatif, cenderung merasa sendiri, kehilangan perhatian, gelisah dan cenderung menutup diri untuk memulai hubungan baru. Setelah di lakukannya penerapan konseling pada klien, kini klient merasa lebih tenang dari sebelumnya karena semua beban fikiran yang dialaminya sudah tersalurkan, para responden pun saat ini sangat bersemangat untuk jalani hari-harinya walaupun tanpa pasangan hidup dan termotifasi untuk berubah.

Kata kunci: stres, perceraian, client centered counseling

ABSTRACT

Nama : Farawildania Romadhona, NIM: 153400576 Thesis
Title: **client centered counseling in dealing with stress due to divorce in couples** (Case study in New Kp. Panancangan District, Cipocok Jaya District, Serang, Banten), 2019 M / 1440 H.

Based on the description above, the formulation of the problem in this study are: 1). What are the trigger factors for the divorce of the couples in New Kel. Kp. Panancangan Kec. Cipocok Jaya, Serang City, Banten? 2). What is the condition of the couple's psychic post divorce? 3). What are the results of the counseling analysis using the client centered counseling technique in dealing with stress due to divorce? Meanwhile, the objectives of this study are: 1). To find out the trigger factors for divorce on couples in Kp. New Ex. Panancangan Kec. Cipocok Jaya, Serang City, Banten? 2). To find out the psychological condition of the couple after the divorce? 3). To find out the results of counseling analysis using the client centered counseling technique in dealing with stress due to divorce? The research method used in this study is a qualitative research method, namely research that produces descriptive data in the form of written or oral words from people and behaviors that are assessed using the client centered counseling approach. Data collection techniques used are observation, interviews and documentation, so the authors can conclude conclusions from the results of the study to be easily understood. This study was conducted for one month from September 17, 2018 to December 2, 2018 with as many as 5 respondents in Kp. New Ex. Panancangan Kec. Kota Cipang Jaya, Seang Banten. (ADW and AI, EH and RU, RZ and RA, MH and LS, MA and RK).

The factors that triggered the divorce on the couples were caused by several things that happened to five respondents, among others: weak economic factors, low human resources (SDM) factors, lack of acceptance of income conditions, interference of parents, high selfishness, moral and moral crisis. divorce that occurred in the five couples experienced a separate impact, namely stress due to divorce such as: negative thoughts arise, tend to feel alone, lose attention, anxiety and tend to close themselves to start a new relationship. After applying the counseling the respondent is aware of the mistakes he has made and is able to think positively for himself and others and is more motivated to rise from adversity

Keywords: stressed out, divorce, client centered counseling.



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor : Nota Dinas
Lamp : -
Hal : **Ujian Skripsi**
a.n. Farawildania.R
NIM : 153400576

Kepada Yth
Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH Banten
Di –
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Farawildania.R**, NIM: **153400576** dengan judul: "**Client Centered Counseling Dalam Menangani Stres Akibat perceraian**" (Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten). Telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 19 Juni 2019

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Eni Nur'aeni, M.S.I
NIP. 19600808 199103 2 002

Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd
NIP. 19790225 200604 1 001

***CLIENT CENTERED COUNSELING DALAM MENANGANI
STRES AKIBAT PERCERAIAN***

(Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota
Serang Banten)

Oleh:

FARAWILDANIA. R
NIM: 153400576

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Eni Nur'aeni, M.S.I
NIP: 19600808 199103 2 002

Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd
NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag
NIP: 19631115 199403 1 002

H. Agus Sukirno, M.Pd.
NIP: 19730328 201101 1 001

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Skripsi a.n **Farawildania.R**, NIM: **153400576**, Judul: **CLIENT CENTERED COUNSELING DALAM MENANGANI STRES AKIBAT PERCERAIAN**

(Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten)

Telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 25 juni 2019. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 25 Juni 2019

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

H. Agus Sukirno, M.Pd.

NIP: 19730328 201101 1 001

Penguji I

Zenno Noeralamsyah, M.E.I

NIP: 19840417 201801 1 001

Anggota

Penguji II

Asep Furqonuddin, S.Ag., M.M.Pd

NIP: 197980512 200312 1 001

Pembimbing I

Drs. Muzayan, M.SI

NIP: 19630308 199402 1 001

Pembimbing II

Dra. Eni Nur'aeni, M.S.I

NIP: 19600808 199103 2 002

Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd

NIP. 19790225 200604 1 001

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah setiap rangkaian skripsi ini ku persembahkan kepada orang tuaku yang selalu memberikan semangat kepada ku untuk segera menyelesaikan tugas akhir di perkuliahan ini, serta selalu mendoakan diriku untuk keberhasilan ku di setiap sujudnya yaitu ayahanda tercinta Jazri Junaedi dan ibunda tercinta Sofiyati. Dan teimakasih untuk sahabatku, teman-teman seperjuangan ku yang selalu memberikan semangat yang sangat luar biasa

MOTTO

*"Lambat terbabat malas tergilas berhenti mati mundur
hancur maka bergerak dan majulah"*

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Farawildania Romadhona, dilahirkan di Depok, 01 Januari 1998, merupakan anak pertama dari 4 bersaudara, berasal dari pasangan Bapak Jazri Junaedi dan Ibu Andini Nindiawati. Bertempat tinggal di Kp. Baru Rt. 02 Rw. 05 Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten.

Jenjang pendidikan formal yang pernah penulis tempuh ialah sebagai berikut:

1. SDN 2 panancangan 2003-2009
2. MTS Darel Azhar 2009-2012
3. MA Darel Azhar 2012-2015
4. Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten 2015-2019 Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Serang, 19 Juni 2019

Penulis

Farawildania.R
NIM: 153400576

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bismillahirrahmaanirrahiim

Rasa puji dan syukur penulis sampaikan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan karunia rahmat, hidayah serta rezeki-Nya kepada kita semua. Shalawat beserta salam semoga tercurah limpahkan kepada baginda alam, seorang manusia pilihan pemberi cahaya, yang telah berhasil memimpin umat manusia keluar dari lingkungan kebodohan menuju lingkungan dunia dengan limpahan cahaya keislaman, yaitu Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, shahabat dan para pengikutnya semoga sampai kepada kita semua selaku umatnya yang mudah-mudahan kelak mendapatkan syafaatul udzma'nya dari Rasulullah SAW. Amiin ya rabbal'aalamiin..

Alhamdulillah, dengan berjalannya waktu akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Ini merupakan awal dari sebuah perjuangan panjang, yang penuh kerja keras dan atas do'a-do'a yang dipanjatkan. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan, kelemahan dan jauh dari kata sempurna. Namun demikian penulis berharap semoga skripsi ini dapat membawa banyak manfaat dan berguna khususnya bagi penulis sendiri dan umumnya para pembaca serta dapat memberikan wawasan khazanah ilmu pengetahuan. Alhamdulillah atas izin Allah dan pertolongan serta ridho-Nya sehingga penulis telah berhasil menyelesaikan penelitian dalam bentuk Skripsi yang berjudul *Client Centered Counseling Dalam Menangani Stres*

Akibat Perceraian” (Studi Kasus di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya kota serang Banten). Adapun skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana pada jenjang pendidikan Strata-1 yaitu Sarjana Sosial (S. Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Tahun 2019 M/ 1440 H.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa keberhasilan yang diperoleh bukanlah semata-mata hasil usaha penulis sendiri, melainkan berkat do’a, dukungan, motivasi, nasehat, bantuan serta bimbingan yang tidak dapat ternilai harganya dari berbagai pihak yang benar-benar telah membantu penulis menyelesaikan penelitian dalam bentuk skripsi ini. Melalui kesempatan ini izinkan penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A, Rektor Universitas Islam Negeri Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis, sehingga penulis dapat menimba ilmu dan menyelesaikan perkuliahan Strata Satu di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini untuk dilanjutkan pada sidang Munaqasyah.
3. Bapak H. Agus Sukirno, M.Pd, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah berbaik hati berbagi ilmu pengetahuan, mengajar, membimbing, memberikan arahan, memberikan motivasi kepada penulis

selama menjadi mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

4. Ibu Dra. Eni Nur'aeni M.S.I, dosen pembimbing I skripsi, yang telah banyak memberikan motivasi dan nasehat yang begitu berharga bagi penulis sejak awal penulis menjadi mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, ilmu pengetahuan, nasehat, arahan dan saran kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam membantu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Iwan Kosasih, S.Kom, M.M.Pd, Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam sekaligus dosen pembimbing II skripsi, yang dengan sabar memberikan pengarahan, motivasi dan masukan kepada penulis dalam membantu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen serta seluruh civitas akademika jurusan Bimbingan Konseling Islam dan seluruh civitas akademika Fakultas Dakwah yang dengan ketulusan hatinya telah berbagi pengalaman dan pengetahuan kepada penulis selama berkuliah.
7. Rasa terima kasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta (Bapak Jazri Juanedi dan ibu Sofiyati) yang senantiasa dengan sabar mendidik, membesarkan dan memberikan kasih sayang yang tak terhingga, serta semua adik-adiku tersayang dan tercinta yang telah memberikan do'a, dukungan serta semangat penuh sehingga memotivasi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Seluruh kawan-kawan seperjuangan Jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2015 khususnya kelas BKI-D tercinta yang sama-sama *berfastabiqul khoirot* menuntut ilmu di kelas

selama 4 tahun (Wita Kartika, Sri Utami, Siti Z Hanauf, Sagita Mariska, Mita Maryati, Anis Anitasari, Abdul Rosyid, Yana Gelar Maulana dan teman-teman laki-laki kelas BKI-D yang tidak bisa disebutkan satu persatu).

9. Semua pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Terimakasih.

Insy Allah, segala bentuk bantuan tenaga, pikiran, berupa moril dan materil yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal shaleh serta mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT dan akan dinilai sebagai sebuah kebaikan dan menjadi sebab kita bisa berkumpul kelak di Surga Allah SWT, Tuhan Semesta Alam. Amiin ya rabbal'aalamiin..

Penulis menyadari ada begitu banyak kekurangan dalam penelitian ini. Oleh karena itu saran, tanggapan, serta kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan umumnya bagi seluruh pembaca. Insy Allah.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.

Serang, 19 Juni 2019

Penulis

Farawildania.R
NIM: 153400576

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. kajian Pustaka	10
F. Kerangka Teori	13
G. Metode Penelitian	28
H. Sistematika Penulisan	32

BAB II KAJIAN TEORITIS

A. Pengertian Client Centered Counseling	34
B. Ciri-Ciri Pendekatan Client Centered Counseling....	36

C. Tujuan Client Centered Counseling	37
D. Proses Konseling	37
E. Teknik Konseling	39

BAB III PROFIL RESPONDEN DAN FAKTOR

PENYEBAB PERCERAIAN TERHADAP PASANGAN SUAMI ISTRI

A. Profil Responden	42
B. Faktor Penyebab Yang Mempengaruhi Perceraian .	51
C. Kondisi Psikologi Responden Setelah Perceraian	62

BAB IV PENERAPAN TEHNIK *CLIENT CENTERED*

***COUNSELING* DALAM MENANGANI STRES AKIBAT PERCERAIAN PADA PASUTRI**

A. Proses Penerapan <i>Client Centered Counseling</i>	72
B. Hasil Analisis <i>Client Centered Counseling</i>	105

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	111
B. Saran.....	112

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan bagian yang sangat diutamakan dari kepentingan lainnya, karena didalam keluarga kita dapat menemukan ketenangan dan kebahagiaan. Akan tetapi didalam keluarga terkadang mengalami ketidak nyamanan, sehingga suatu keluarga tersebut merasa kurang atau tidak bahagia dalam hidupnya. Hal itu terjadi karena adanya suatu problem yang tidak dapat diselesaikan, apabila problem tersebut memuncak maka dapat menyebabkan sebuah permasalahan yang besar bahkan keharmonisan suatu keluarga akan terancam hingga menimbulkan keretakan rumah tangga atau sampai dengan perceraian. Namun, tidak sedikit dari keluarga lain yang benar-benar mengerti tentang bagaimana cara agar didalam keluarga tercipta suatu kenyamanan dan keseimbangan juga saling pengertian. Meskipun sederhana namun keharmonisan itulah yang lebih berharga.

Bisa dipastikan dan tidak bisa dipungkiri pastilah setiap individu menginginkan rumah tangga yang ideal. Rumah tangga ideal adalah rumah tangga yang selalu mengikuti perintah Allah SWT dan mengikuti sunnah rosul. Rumah tangga yang dihuni oleh sepasang suami istri yang selalu mengembalikan semua masalah yang dihadapi kepadanya-Nya. Selalu bersabar dalam

setiap masalah yang dihadapi, selalu bersyukur atas rizki yang diterima.¹

Sesungguhnya pada hakikatnya, masalah yang dialami oleh manusia adalah wujud cobaan dan ujian dari Allah SWT, untuk menguji keteguhan iman dan kesabaran manusia. Hal ini sudah jelas dalam al-Qur'an Surat Al-Baqoroh ayat 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالشَّمَرَاتِ ۗ وَدَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

“Demi, sesungguhnya akan kami uji kamu dengan suatu (cobaan), yaitu ketakutan, kelaparan dan kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berilah kabar gembira orang-orang yang sabar atas (cobaan itu)”. (QS. Al-Baqoroh: 155).²

Berdasarkan ayat diatas sudah jelas, bahwa sesungguhnya Allah memberikan cobaan kepada manusia tidak akan sampai diluar batas kemampuan manusia, maka dengan usaha yang sungguh-sungguh manusia akan bisa mengatasi kecemasan seberat apapun yang menyimpannya .

Keharmonisan keluarga dapat tercapai, apabila antara anggota keluarga saling pengertian. Namun, pada kenyataannya saling pengertian antara sesama anggota keluarga sulit tercapai,

¹ Nur Fadilah, *Metode Anti Perselingkuhan dan Perceraian*, (Yogyakarta: Genius Publisher, 2012), hlm. 77.

² Mahmud Yunus, *Tafsir Qur'an Karim*, (Jakarta: P.T Hidakarya Agung Jakarta, 1993), hlm. 32.

sebab adanya perbedaan “dunia” dari masing-masing anggota keluarga.³

Dalam hal ini penulis mengemukakan bahwa dalam keharmonisan keluarga perlu adanya saling pengertian antara sesama anggota keluarga. Karena dengan saling pengertian, perbedaan itu akan berkurang seiring berjalannya waktu dan bisa jadi perbedaan itu menjadi pelengkap bagi anggota keluarga untuk saling melengkapi. Untuk itu agar tercapainya sebuah pengertian setiap anggota keluarga tidak boleh egois dalam mengurus urusan pribadinya.

Pada satu sisi, perceraian sejatinya diperbolehkan dalam islam, namun disisi lain, perkawinan diorientasikan sebagai komitmen selamanya dan kekal. Meskipun demikian, terkadang muncul keadaan-keadaan yang menyebabkan cita-cita suci perkawinan gagal terwujud. Namun demikian, perceraian dapat diminta oleh salah satu pihak atau kedua belah pihak untuk mengakomodasi realita-realita tentang perkawinan yang gagal. Meskipun begitu, perceraian merupakan suatu hal yang dibenci dalam islam meskipun kebolehan nya sangat jelas dan hanya boleh dilakukan ketika tidak ada jalan lain yang dapat ditempuh oleh kedua belah pihak.⁴

Dalam hubungan berumah tangga, pastilah kita mengharapkan hubungan yang langeng, bahagia dan terus

³ Kusdwirarti Setiono, *Psikologi Keluarga*, (Bandung: P.T Alumni, 2011), hlm . 10.

⁴ Ahmad Tholabi Kharlie, *Hukum Keluarga Indonesia*, (Jakarta: Sinar Grafika, 2013), hlm. 228.

bersama hingga maut memisahkan. Masalah dalam berumah tangga pasti ada. Namun sebagai pasangan suami istri yang telah berkomitmen di hadapan Allah haruslah menyelesaikan segala permasalahan rumah tangga bersama-sama. Sayangnya dewasa ini makin banyak pasangan suami istri yang merasa bahwa permasalahan mereka tidak akan terselesaikan kecuali dengan bercerai.

Islam telah mengatur segala sesuatu dalam al-Quran. Tidak hanya aturan dalam beribadah, seperti solat, zakat, puasa, haji dan lain-lain, islam juga memberi aturan dalam berumah tangga, termasuk bagaimana jika ada masalah yang tak terselesaikan dalam rumah tangga. Islam memang mengizinkan perceraian, tapi Allah membenci perceraian itu. Itu artinya, bercerai adalah pilihan terakhir bagi pasangan suami istri ketika memang tidak ada jalan lagi jalan keluar lainnya. Dalam surat An-Nisa ayat 35:

وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ ۚ وَحَكَمًا
 مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا
 خَيْرًا

Artinya: Dan jika kamu khawatirkan ada persengketaan antara keduanya, maka kirimlah seorang hakam dari keluarga laki-laki dan seorang hakam dari keluarga perempuan. Jika kedua hakam itu bermaksud mengadakan perbaikan, niscaya Allah

memberi taufik kepada suami-isteri itu. Sesungguhnya Allah mengetahui lagi maha mengenal⁵

Ketika terjadi pertengkaran antara kedua belah pihak, islam tidak langsung menganjurkan suami istri untuk mengakhiri perkawinan, tetapi dilakukan terlebih dahulu musyawarah. Di dalamnya, bisa saja suami istri membahas tentang bagaimana nusyuz yang telah dilakukan oleh kedua belah pihak atau perkara yang menjadi syikak muncul, sehingga sebab-sebab terjadinya kesalah pahaman bisa diatasi.⁶

Perceraian bukanlah perkara yang mudah dan tidak beresiko. Karena jika seseorang tidak siap, maka ia beresiko mengalami sindrom stres pasca perceraian (*divorce stress syndrome*) yang bisa mempengaruhi kesehatannya. Peneliti dari Michigan State University, AS melakukan studi selama 15 tahun dan diketahui seseorang yang bercerai mengalami penurunan yang lebih cepat dalam hal kesehatan dibanding dengan orang yang tidak bercerai. Sementara itu studi lain menemukan laki-laki lebih beresiko mengalami masalah kesehatan jangka panjang setelah bercerai jika ia tidak menikah lagi, dan perempuan cenderung beresiko menderita lebih serius dalam jangka pendek karena tiba-tiba harus kehilangan status dan faktor emosional. Salah satu resiko yang bisa dialami adalah *divorce stress*

⁵ Mahmud Yunus, *Tafsir Qur'an Karim*, (Jakarta: P.T Hidakarya Agung Jakarta, 1993), h.114.

⁶ Ahmad Tholabi Kharlie, *Hukum Keluarga Indonesia.....*, hlm. 229.

syndrome, meski masih sedikit yang mengakui tapi kondisi ini adalah serangan panik, insomnia dan gangguan sakit punggung.⁷

Berikut uraian singkat yang penulis dapatkan dari stres akibat perceraian paada pasutri:

Pasutri ADW dan AI, ADW (umur 25 tahun) adalah seorang laki-laki. Dan AI adalah seorang wanita (umur 25 tahun). pasutri ADW dan AI adalah korban perceraian atas kehendak orang tua yang didasari oleh kondisi perekonomian dan penghasilan ADW yang rendah. Kemudian menurut AI perceraian ini terjadi karena orang tuanyalah yang telah menyuruh AI untuk berpisah dan bercerai dengan ADW. Dan akhirnya terjadilah perceraian antara ADW dan AI yang mengakibatkan keduanya menimbulkan stres akibat perceraian.

Pasutri EH dan RU, EH adalah seorang wanita (umur 45 tahun) dan sekaligus sebagai ibu rumah tangga. Dan RU adalah seorang laki-laki (umur 50 tahun. Menurut EH perceraian ini terjadi karena orangtunya yang telah menyuruh EH untuk berpisah dan bercerai dengan RU. Dan akhirnya terjadilah perceraian antara EH dan RU yang mengakibatkan keduanya menimbulkan stres akibat perceraian.

Pasutri RZ dan RA, RZ adalah seorang laki-laki (usia 29 tahun). Bekerja sebagai buruh. Dan RA adalah seorang wanita (umur 29 tahun). RA adalah seorang ibu rumah tangga. RZ dan

⁷ “penyakit yang Muncul Sehabis Berpisah dari Pasangan” <http://m.detik.com/health/beita-detikhealth>, diakses pada selasa, 21 februari 2012 14:57 WIB.

RA adalah korban dari perceraian atas kehendak orang tua. RZ bercerai karna orang tua RA terlalu mencampuri urusan dan permasalahan yang ada didalam rumah tangga mereka, karena menurut RA perceraian ini terjadi karna orang tua nya yang telah menyuruh RA untuk berpisah dan bercerai dengan RZ. Dan akhirnya terjadilah perceraian yang mengakibatkan keduanya menimbulkan stres akibat perceraian.

Pasutri MH dan LS, MH adalah seorang laki-laki (umur 39 tahun) yang bekerja serabutan. Dan LS adalah seorang wanita (usia 38 tahun) sebagai ibu rumah tangga. MH dan LS adalah korban dari perceraian atas kehendak orang tua. MH dan LS bercerai karna masalah pekerjaan, MH yang hanya seorang pekerja serabutan dan dengan penghasilan yang tidak menentu. Untuk itu orang tua LS merasa sangat khawatir karena takut LS hidup dengan serba kekurangan. Untuk itu LS ditekan oleh orang tuanya untuk berpisah dan bercerai dengan MH. Akhirnya terjadilah perceraian yang mengakibatkan keduanya menimbulkan stress akibat perceraian.

Pasutri MA dan RK, MA adalah seorang laki-laki (usia 33 tahun) yang sebagai buruh tani. RK adalah seorang wanita (umur 30 tahun) dan seorang ibu rumah tangga. Pasutri MA dan RK juga adalah korban dari perceraian karena orang tua, yang terlalu mencampuri urusan rumah tangga mereka, Sehingga terjadilah perceraian antara pasutri MA dan RK. Yang menyebabkan MA dan RK bercerai karna perbedaan status yang

berbeda. MA hanyalah dari keluarga yang sederhana sedangkan RK dari keluarga yang berada. Oleh karena itu RK disuruh untuk berpisah dan bercerai dengan MA oleh orang tuanya. Dan akhirnya terjadilah perceraian yang mengakibatkan keduanya menimbulkan stres akibat perceraian.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul skripsi dengan tema *Tehnik Client Centered Counseling* Dalam Menangani stres akibat perceraian pada Pasutri (Studi kasus Di Kp. Baru Kel. Panancangan Kota Serang Banten).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi psikis pasutri pasca perceraian?
2. Bagaimana tahapan penerapan *client centered counseling* pada pasutri?
3. Bagaimana hasil analisis konseling dengan menggunakan tehnik *client centered counseling* dalam menangani stres akibat perceraian pada pasutri?

C. Tujuan Penelitian

Dengan merujuk pada rumusan masalah di atas, maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan yang dialami oleh pasutri (pasangan suami istri). Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui Untuk mengetahui kondisi psikis pasutri pasca perceraian
2. Untuk mengetahui tahapan penerapan *client centered counseling* pada pasutri
3. Untuk mengetahui mengetahui hasil analisis konseling dengan menggunakan tehnik client centered counseling dalam menangani stres akibat perceraian pada pasutri

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari proposal ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

A. Manfaat teoritis

- 1) Sebagai suatu karya ilmiah, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya pada masyarakat dalam menanggulangi stres akibat perceraian.
- 2) Peneliti memberikan informasi dalam skripsi ini, agar setiap orang yang berumah tangga dan memiliki konflik rumah tangga supaya tidak mudah mengambil keputusan dengan jalan perceraian demi mementingkan ego masing-masing dibandingkan mementingkan dampak yang ditimbulkan terhadap anak dan diri sendiri.

- 3) Memberikan informasi kepada masyarakat umum bagaimana mengulangi stres yang dialami pada pasutri pada perceraian dalam suatu rumah tangga.

B. Manfaat praktis

- 1) Memberikan sumbangan pemikiran dalam upaya memperbaiki hubungan pasutri dalam proses pembelajaran berumah tangga agar lebih baik dan berkualitas
- 2) Memberikan informasi tentang *client centeed counseling* dalam menangani stres akibat perceraian pada individu.
- 3) Hasil penelitian ini untuk menanamkan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti khususnya ilmu mengenai tehnik *client centered counseling* pada diri pasutri dalam mengatasi stres akibat perceraian.

E. Kajian Pustaka

Inilah beberapa hasil penelitian terdahulu diantaranya adalah sebagai berikut:

Pertama, skripsi yang disusun oleh Susi Erlina Maya Novita mahasiswi Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2015 Jurusan Al-Ahwal Al-Syakhshiyah. Skripsi yang berjudul “ *Konseling Keluarga Dalam Mengatasi problem perceraian*”. Studi kasus penelitian ini dilaksanakan di biro konsultasi dan konseling keluarga sakinah Al-Falah

Surabaya. Susi Erlina Maya Novita Menjelaskan mengenai pelayanan biro dan konseling keluarga sakinah Al-Falah Surabaya (BKSF). Biro dan konseling keluarga sakinah Al-Falah Surabaya (BKSF) merupakan salah satu lembaga yang melayani permasalahan yang terjadi di dalam keluarga, salah satunya yaitu masalah penyebab perceraian, masalah-masalah tersebut di antaranya adalah perselingkuhan, yang disebabkan tidak terpenuhinya nafkah batin, kurangnya perhatian pasangan, perlakuan istri yang tidak baik, dan tidak mendapatkan kepuasan batin. konseling yang dilakukan di BKSF Surabaya dapat mengakomodasi kepentingan-kepentingan para pihak yang berkonsultasi.⁸ Perbedaan skripsi ini dengan penelitian yang saya lakukan adalah pada penerapan terapinya, juga pada subyek penelitiannya, namun memiliki kesamaan pada permasalahannya.

Kedua, skripsi yang disusun oleh Susy Nur Cahyati mahasiswi Institut Agama Islam Negeri Purwakerto tahun 2017 Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Skripsi yang berjudul “*Dampak Campur Tangan Orang Tua Terhadap Rumah Tangga Anak*”, studi kasus ini tentang pasangan suami istri yang mengalami ketidak harmonisan dalam kehidupan rumah tangganya yang berdomisili di desa Penerusan Kulon, Kecamatan Susukan, Kabupaten Banjarnegara. Penelitian ini

⁸ Susi Erlina Maya Novita, “*konseling Keluarga Dalam Mengatasi Problem Perceraian*” Studi Kasus di Biro dan Konsultasi Keluarga Sakinah Al-Falah Surabaya (Skripsi Pada Jurusan Al-Ahwal Al-Syakhshiyah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2015)

menjelaskan ketidak harmonisan dalam mengarungi kehidupan rumah tangga akibat campur tangan orang tua, dengan adanya campur tangan orang tua terhadap pemasalah rumah tangga anak membawa dampak negatif bagi hubungan rumah tangga anak itu sendiri, sehingga kehidupan keluarga anak menjadi tidak harmonis. Adapun bentuk campur tangan orang tua dalam rumah tangga adalah orang tua ikut campur dalam urusan rumah tangga anak terutama masalah ekonomi.⁹ Ada Perbedaan hasil tela'ah pustaka dari skripsi tersebut di atas dan penelitian yang penulis lakukan ini adalah pada subyek dan pada penerapan terapinya. Subyek pada penelitian yang akan di lakukan adalah pada pasutri yang stres akibat perceraian maka penerapan penelitian ini adalah *client centered counseling*.

Ketiga, skripsi yang disusun oleh Lia Azmiya Al-ridlo mahasiswi IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang berjudul "*Client Centered Conseling dalam Mengatasi Problem Prilaku Anak Yang Diasuh dengan Pola Otoriter Orangtua*", studi kasus penelitian ini di SMP Islam Al-azhar 11 Serang. Penelitian ini dilakukan pada 5 siswa yang menjadi subyek penelitiannya. penelitian ini menyimpulkan bahwa ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya yang

⁹ Susy Nur Cahyati, "*Dampak Campur Tangan Orang Tua Terhadap Rumah Tangga Anak*" Studi Kasus Tentang Pasangan Suami Istri Yang mengalami Ketidak Harmonisan Dalam Kehidupan Rumah Tangga di Desa Penerusan Kulon Kecamatan Susukan Kabupaten Banjar negara (Skripsi Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Purwokerto, 2017)

disebabkan oleh lingkungan keluarga yang tidak mendukung karena pola asuh otoriter orangtua dengan dilakukannya terapi *Client Centered Counseling* berhasil merubah perilaku anak sehingga mereka bisa kembali berinteraksi.¹⁰ perbedaan skripsi ini dengan penelitian yang akan saya lakukan pada subyek penelitiannya dan juga pada permasalahan yang di angkat namun memiliki kesamaan pada penerapan terapinya.

F. Kerangka Teori

Permasalahan ini berawal dari kondisi ekonomi yang dialami oleh pasutri, dan keadaan masing-masing pasutri yang masih bertempat tinggal bersama orang tua, sehingga setiap permasalahan yang dialami oleh pasutri ini diketahui oleh orang tua istri atau suami sehingga terjadilah sebuah permasalahan yang besar bagi pasutri sampai berujung dengan perceraian. Hal-hal berkaitan dengan masalah rumah tangga, seperti ikut campur dalam masalah perekonomian, pekerjaan, dan lain sebagainya. Demikian penulis mencoba untuk melakukan penerapan *client centered counseling* pada pasutri pasca perceraian.

1. Perceraian

Allah menetapkan hak untuk mengakhiri ikatan perkawinan antara suami istri sebagai obat untuk menyembuhkan perselisihan dalam keluarga ketika obat selainya tidak bermanfaat. Karena berdasarkan logika, hubungan suami istri

¹⁰ Lia Azmi Al-ridho “*Client Centered Counseling Dalam Mengatasi Problem Prilaku Anak Yang Diasuh Otoriter Orang Tua*” Studi Kasus di SMP Islam Al-Azhar 11 Serang (Skripsi Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Maulana Hasaniddin Bnaten, 2016).

tidak selamanya dapat berjalan secara harmonis dan stabil, kadang terdapat kendala dan rintangan, seperti adanya perselisihan sehingga kemaslahatan yang ingin dicapai tidak dapat terwujud, rasa kasih dan sayang antara suami istri berubah menjadi benci dan bahkan menjadi musuh sehingga mereka berdua tidak dapat hidup rukun dan bersatu.

Perceraian berasal dari kata “cerai” yang berarti pisah, putus hubungan sebagai suami istri dan talak, sedangkan kata talak sama dengan cerai, kata menalak berarti menceraikan.¹¹

Kata “cerai” dalam bahasa arab disebut *Thalaq* yang berarti: menalak, menceraikan.¹² jadi, thalaq adalah menghilangkan ikatan perkawinan sehingga setelah hilangnya ikatan perkawinan itu istri tidak halal lagi bagi suaminya, begitu juga sebaliknya, suami tidak lagi halal bagi istrinya, dengan kata lain, tidak ada lagi sebuah ikatan perkawinan diantara mereka.

Perceraian adalah cerai hidup atau perpisahan hidup antara pasangan suami istri sebagai akhir dari suatu ketidak stabilan pekawinan dimana pasangan suami istri kemudian hidup terpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku. Perceraian merupakan terputusnya keluarga karena salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan sehingga mereka berhenti melakukan kewajiban sebagai suami

¹¹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 281.

¹² A.W. Munawwir, konsep Al- Munawwir Arab-Indonesia Telengkap (Yogyakarta: Pustaka Progresif, 1997), h. 861.

istri atau melepaskan ikatan perkawinan dan putusya hubungan suami istri dalam waktu tertentu atau selamanya.

Perceraian dalam suatu perkawinan sebenarnya merupakan jalan terakhir setelah diupayakan perdamaian. *Thalaq* memang dibenarkan dalam islam, tetapi perbuatan itu sangat dibenci dan dimurkai oleh Allah.

Menurut undang-undang perkawinan, perceraian terjadi apabila kedua belah pihak baik suami maupun istri sudah sama-sama merasakan ketidak cocokan dalam menjalani rumah tangga. Pasal 39 ayat ayat (2) Undang-Undang perkawinan No. 1 tahun 1974, serta penjelasannya secara jelas menyatakan bahwa perceraian dapat dilakukan apabila sesuai dengan alasan, bahwa suami istri tidak akan dapat hidup rukun sebagai suami istri. Undang-undang perkawinan tidak mengatur secara rinci cara-cara perceraian, tetapi hanya menyebutkan secara umum mengenai putusya hubungan perkawinan ini dalam 38, sebagai berikut: karena kematian salah satu pihak, peceraian atas keputusan pengadilan.¹³

Jadi perceraian berarti putusya perkawinan, yang megakibatkan putusya hubungan sebagai suami istri.

2. Stres

Stres adalah keadaan yang bersifat internal, yang bisa disebabkan oleh tuntutan fisik (badan) atau lingkungan, dan situasi sosial, yang brepotensi merusak dan tidak terkontrol. Stres

¹³ Subekti, Tjitrosudibio, *kitab Undang-Undang Hukum perdata* (Jakarta: Pradnya Paramita, 2001), h. 103.

juga didefinisikan sebagai tanggapan atau proses intenal atau eksternal yang mencapai tingkat ketegangan fisik dan psikologis sampai pada batas atau melebihi batas kemampuan subyek.¹⁴

Terganggu atau tidaknya individu bergantung pada persepsinya terhadap peristiwa yang dialaminya. Faktor kunci dari stres adalah persepsi seseorang dan penilaian terhadap situasi dan kemampuannya untuk menghadapi atau mengambil manfaat dari situasi dan kemampuannya untuk menghadapi atau mengambil manfaat dari situasi yang di hadapi dengan kata lain, reaksi terhadap stres dipengaruhi oleh bagaimana pikiran dan tubuh individu mempersepsikan suatu peristiwa.

Sejak kelahiran atau bahkan sejak pembuahan, setiap makhluk sudah berada dalam situasi yang menggambarkan adanya dua pihak yang saling bertentangan, yaitu pihak pertama berupa “kondisi dari makhluk itu sendiri” dan pihak kedua adalah “lingkungan”. Terjadi interaksi antara makhluk (individu) dengan lingkungan.¹⁵ Interaksi ini akan menyebabkan setiap pihak terpengaruh oleh pihak-pihak lainnya. Untuk mempertahankan kehidupannya, menurut darwin, perlu adanya perjuangan dari makhluk tersebut untuk dapat mempertahankan jenis dan selanjutnya bahkan untuk mengembangkan diri. Upaya mempertahankan ini dapat juga disebut sebagai upaya-upaya

¹⁴ Khaerul umam, *Prilaku Organisasi*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), h. 203.

¹⁵ Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: PT Refika Aditama, Cet ke 5, 2015), h. 48.

untuk menyesuaikan diri, yaitu memenuhi tuntutan lingkungan terhadap dirinya. Dengan demikian, sejak awal individu selalu berada dalam situasi yang menantang dan setiap tantangan akan menimbulkan upaya untuk bisa menghadapi situasi-situasi tersebut. Oleh karena itu ada dua kejadian penting disini, yaitu: adanya situasi stress (*stressfull situation*) pada individu dan adanya adaptasi terhadap lingkungannya. Kedua hal tersebut berada dalam suatu situasi, sehingga banyak ahli yang menyatakan stress memiliki ciri identik dengan perilaku beradaptasi. Stress memiliki ciri identik dengan perilaku beradaptasi dengan lingkungannya, dimana lingkungan ini bisa berupa hal di luar diri (*outer world*), tetapi juga bisa dari dalam diri (*inner world*). Jadi orang dikatakan adaptif kalau dia bisa atau mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan orang lain, tetapi dia juga bisa memenuhi kebutuhannya sendiri.

Ada beberapa gejala stress yang dapat dilihat dari berbagai faktor yang menunjukkan adanya perubahan baik fisiologis, psikologis maupun sikap.¹⁶ Perubahan psikologis ditandai adanya gejala-gejala seperti merasa letih, lelah, kehabisan tenaga, pusing, gangguan pencernaan. Sedangkan perubahan psikologis ditandai adanya kecemasan berlarut-larut, sulit tidur, napas tersenggal-tersenggal, dan perubahan berikutnya keras kepala, mudah marah, dan tidak puas terhadap apa yang dicapai.

¹⁶ Sutarto Wijono, *Psikologi Industri dan Organisasi*, (Jakarta: Prenadamedia Group, Cet ke 4, 2015), h. 146.

b). Aspek-aspek stres

pada saat orang mengalami stres ada dua aspek utama dari dampak yang di timbulkan akibat stress yang terjadi, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis yaitu:

1. Aspek fisik

berdampak pada menurunnya kondisi seseorang pada saat stres sehingga orang tersebut mengalami sakit pada organ tubuhnya seperti sakit kepala, gangguan pencernaan.

2. Aspek fisiologis

Terdiri dari gejala kongnisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologinya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat ingannya stres. Berat atau ingannya stres yang dialami seseorang dapat dilihat dari dalam dan luar diri mereka.¹⁷

Berdasarkan teori uraian yang diatas maka dapat disimpulkan aspek-aspek stres terdiri dari aspek fisik dan aspek psikologis, aspek-aspek tersebut dijadikan sebagai indikator alat ukur skala stres.

c). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres

Banyak faktor yang mempengaruhi stres diantaranya adalah masalah penyesuaian atau keadaan stres dapat bersumber pada frustrasi, konflik, tekanan, dan krisis seperti halnya stres akibat

¹⁷ Sarafino, EP. *Health Psychology* (United States Of American: Biopsychosocial Intraction, 1998), h 91.

perceraian yang dihadapi pada pasutri yang stres akibat perceraian di Kp.Baru.

sumber stres yang sama dapat menimbulkan respon yang berada pada orang yang berbeda. Tiap orang jika memiliki daya tahan yang berbeda dalam menghadapi stres. Terdapat dua faktor utama yang melatar belakangi hal tersebut, yaitu faktor internal (dalam diri seseorang) dan faktor eksternal (dukungan sosial) yang menurut penyesuaian atas individu yang meliputi:

a) Faktor eksternal

Stres juga sering dihubungkan dengan masalah-masalah yang disebabkan oleh kondisi lingkungan ataupun orang sekitar. Faktor eksternal yang bagi kebanyakan orang pasti menyebabkan orang merasa stres jika harus mengalaminya, berikut ini faktor eksternal, yaitu:

1. Faktor Lingkungan (*Eviromental Factor*)

Lingkungan fisik yang tidak jarang menjadi stresor yang serius untuk banyak orang, faktor lingkungan fisik yang sering membuat stres adalah suasana yang sepi dan kondisi yang berantakan.

2. Faktor Sosial (*sosial Fakctor*)

Faktor sosial yang menyangkut hubungan antara manusia. Hubungan yang menjadi stresor diantaranya, hubungan keluarga, hubungan pekerjaan, hubungan dengan banyak orang dan hubungan dengan orang-orang yang bermasalah.

Misalnya mengalami tindakan yang kasar dan menerima tindakan agresif dari pihak lain.

3. Faktor Lembaga (*Institutional Factor*)

Baik itu masyarakat primitif dengan adat istiadat, maupun masyarakat moderen dengan berbagai aturan kode prilakunya, adanya peraturan yang terlalu dan tekanan *date line* yang harus penuhi, lembaga memainkan peranan penting bagi kehidupan individu.

4. Pristiwa Besar (*Major Live Even*)

Peristiwa besar dalam kehidupan bisa menyebabkan stres, terlepas apakah peristiwa itu *positif* (menyenangkan) atau *negatif* (menyedihkan). Artinya setiap peristiwa besar pada hakikatnya adalah stresor . misalnya, kelahiran, kematian, kehilangan pekerjaan dan status perkawinan.

b) Faktor Internal

Stres sering dihubungkan dengan perasaan, stres juga sering dikaitkan dengan pikiran. Ketika menganggap stres sebagai akibat dari perasaan dan perasaan yang buruk maka diakibatkan dari diri atau faktor *internal*, yang meliputi:

1. Karakteristik Seseorang

Karakteristik tersebut antara lain: usia, gender, status ekonomi dan tingkat pendidikan.

2. Pengalaman stres sebelumnya

Pengalaman seseorang mengalaih stres akan membuatnya dalam menghadapi stres serupa sebelumnya.

3. Tipe kepribadian

Terdapat suatu tipe kepribadian yang disebut dengan tipe A. Tipe kepribadian ini terdiri dari sekumpulan sifat yang relatif menetap seperti bekompetensi secara berlebihan, agresif, tidak sabar, selalu terburu-buru dan sering kali merasa cemas atau tidak aman. Orang dengan kepribadian tipe A, beresiko tinggi menderita sakit seperti serangan jantung ketika mengalami stres.¹⁸

d). Berat Ringannya Stres Yang Di Alami Individu

Suatu stres bisa ringan dan juga bisa berat. Tentu saja stres yang berat akan lebih cepat, kuat dan lebih lama membangkitkan dalam diri seseorang. Demikian juga sebaliknya, stres yang ringan baru setelah beberapa waktu terasa dampaknya. Dalam hal ini yang penting adalah mengetahui faktor-faktor apa yang dapat memperkuat atau mempengaruhi suatu kemungkinan terjadi dan menjadikan stres ringan atau berat. Untuk itu, perlu mengetahui faktor-faktor prediposisi (pengarah) yang ada dalam diri individu untuk mengalami stres.¹⁹

Adanya faktor-faktor ini didasari oleh pandangan bahwa penderita karena adanya stres ditentukan oleh taraf yang menyangkut fungsi yang *disturbed* (terganggu atau terganggu). Taraf gangguan yang aktual dan menimbulkan

¹⁸ Akmalia, “*Pengelolaan Stres Pada Ibu Single Parent*”, *Jurnal psikologi*, jilid V, No. 4 (<http://. Ahmad dahlan. ac.id>, diakses 2 November 2017), h. 4.

¹⁹

atau mengancam kehidupan seseorang memiliki karakteristik stres yang terdapat pada individu baik personal maupun situasional atau relasi di antara keduanya. Adapun faktor-faktor predposisi tersebut adalah sumber-sumber hakiki stressor itu sendiri, persepsi dan toleransi individu terhadap stres, dan sumber-sumber eksternal dan dukungan lingkungan terhadap individu.

1. Hakekat atau sumber ketegangan (stres)

Dampak stressor tergantung pada nilai pentingnya, durasi, efek kumulatif, keberagaman (*multiplicity*) dan *immunance* (kekuatan dari dalam diri). Meskipun hampir secara umum ketegangan bersangkut paut dengan masalah, sumber ketegangan yang melibatkan aspek-aspek kehidupan individu yang penting, cenderung menampilkan taraf ketegangan yang tinggi pada banyak orang. Misalnya, kematian orang-orang yang dicintai, perceraian, kehilangan pekerjaan, dan serangan penyakit yang serius. Simtom-simtom stres akan lebih intensif jika orang itu pernah mengalami situasi traumatik. Adapun yang disebut kejadian traumatik adalah kejadian yang yang menimbulkan luka psikis yang berpengaruh pada perilaku sesudahnya. Jadi, orang yang mengalami trauma, meskipun kejadian itu telah diselesaikan, relatif akan menderita stres lebih besar dari pada yang belum. Namun, perlu pula diingat bahwa orang yang tidak pernah mengalami situasi buruk,

relatif lebih mudah mengalami gangguan, karena tidak memiliki hasil belajar mengalami stres atau gangguan.²⁰

Oleh karenanya jika seseorang yang belum merasakan stres yang berat maka seseorang itu akan relatif dan cenderung lebih mudah mengalami gangguan yang begitu berat dan berbeda nya dengan seseorang atau individu yang pernah mengalami stres berat dan trauma yang berat maka dia akan bisa menangani rasa stres dan traumanya dengan caranya sendiri karna dia sudah pernah belajar mengalami stres dan trauma yang berat.

2. Persepsi dan toleransi terhadap stres

Yang dimaksud dengan persepsi dan toleransi individu terhadap stres adalah bahwa yang menentukan beratnya stres itu bukan dalam pengertian obyektif, melainkan bersifat subyektif. Kalau sumber stres itu dipersepsi sebagai sesuatu yang membahayakan atau sangat penting, atau kejadian itu tidak dapat ditoleransikan, maka ketegangan yang diakibatkannya akan sangat besar. Dalam kondisi tertentu, perubahan yang kecil dapat dipersepsikan atau akan menimbulkan masalah besar. Disitu, persepsi orang bersifat negatif terhadap stres. Artinya, orang ini akan mengalami stres yang berat. Begitu pula orang-orang yang tidak toleran atau tidak bisa menerima sesuatu yang berbeda dengan dirinya atau dengan apa yang diinginkannya, akan mudah terkena stres.

²⁰ Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, hlm, 53.

Toleransi adalah kesiapan seseorang untuk membiarkan hal-hal yang oleh dirinya dianggap tidak baik.²¹

Dalam pernyataan diatas menjelaskan beratnya stres itu bersifat subyektif. Bahwa sesuatu yang tidak bisa ditoleransikan atau tidak bisa diterima oleh diri seseorang akan berakibat fatal kemudian menimbulkan stres berat. Untuk itu toleransi harus ditanamkan didalam diri masing-masing individu untuk antisipasi pencegahan stres berat yang akan datang. Karena individu yang tidak toleran cenderung akan mudah mengalami stres karena dia selalu menganggap permasalahan yang kecil menjadi permasalahan yang besar.

e). Tingkatan stres

Stres yang menimpa seseorang tidak sama antara satu orang dengan yang lainnya, walaupun faktor penyebabnya boleh jadi sama. Seseorang bisa mengalami stres ringan, sedang atau stres yang berat (stres kronis). Hal demikian sangat dipengaruhi oleh tingkat kedewasaan, kematangan emosional, kematangan spiritual, dan kemampuan seseorang untuk menangani dan merespon stresor.

Menurut Ambreg, gangguan stres biasanya timbul secara lamban, tidak jelas kapan mulainya dan sering kali kita tidak menyadari. Berikut adalah keenam tingkatan tersebut:

²¹ Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar psikologi Abnormal*, hlm, 54.

a. Stres tingkat 1

Tahapan ini merupakan tingkat stres yang paling ringan dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut:

1. Semangat besar
2. Penglihatan tajam tidak sebagaimana mestinya.
3. Energi dan gugup berlebihan, kemampuan untuk menyelesaikan masalah pekerjaan lebih dari biasanya.

b. Stres tingkat 2

Dalam tingkatan ini dampak stres yang menyenangkan mulai menghilang dan timbul keluhan-keluhan dikarenakan cadangan energi tidak lagi cukup sepanjang hari. Kebutuhan sering dikemukakan sebagai berikut:

1. Merasa letih ketika bangun pagi.
2. Merasa lelah sesudah makan siang.
3. Merasa lelah sepanjang sore.
4. Terkadang gangguan sistem pencernaan (gangguan usus, perut kembung), kadang-kadang pula jantung berdebar.
5. Perasaan tegang pada otot-otot punggung
6. Perasaan tidak bisa santai.

c. Stres tingkat 3

Pada tingkatan ini keluhan keletihan nampak disertai dengan gejala-gejala:

1. Gangguan usus lebih terasa
2. Otot terasa lebih tegang
3. Perasaan tegang yang semakin meningkat
4. Gangguan tidur (sukar tidur, sering terbangun dan sukar tidur kembali, atau bangun pagi-pagi).
5. Badan terasa oyong, rasa-rasa mau pingsan (tidak sampai jatuh).

d. Stres tingkat 4

Tingkatan ini sudah menunjukkan keadaan yang lebih buruk, yang di tandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

1. Untuk bisa bertahan sepanjang hari terasa sulit
2. Kegiatan-kegiatan yang semula menyenangkan kini terasa sulit
3. Kehilangan kemampuan untuk menanggapi situasi, pergaulan sosial dan kegiatan-kegiatan rutin lainnya terasa berat
4. Tidur semakin sukar, mimpi-mimpi menegangkan dan seringkali terbangun dini hari.
5. Perasaan negativ

6. Kemampuan konsentrasi menurun tajam
7. Perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan, tidak mengerti mengapa.
8. Frustrasi

e. Stres tingkat 5

Tingkat ini merupakan keadaan yang lebih mendalam dari tingkatan empat di atas:

1. kelelahan yang mendalam
2. untuk pekerjaan-pekerjaan yang sederhana saja terasa kurang mampu
3. gangguan sistem pencernaan (sakit maag dan usus) lebih sering sukar buang air besar atau sebaliknya.

f. Stres tingkat 6

Tingkatan ini merupakan tingkatan puncak yang merupakan keadaan darurat, gejalanya antara lain:

1. Debaran jantung terasa amat keras
2. Nafas sesak
3. Badan gemetar
4. Tenaga untuk hal-hal yang ringan sekalipun tidak kuasa lagi, pingsan atau collap.²²

²² Hawari, *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: Dan Bakti Prima Yasa 1997), h. 89.

3. *Client Centered Counseling*

Terapi *client centered counseling* adalah klien diberikan kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan, pikiran-pikiannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri.²³ Terapi *client centered counseling*, klien didorong untuk mengekspresikan sikap, perasaan, dan pikirannya. Konselor lebih bersifat pasif dan tidak menginterupsi apa yang dikemukakan oleh klien mengenai sikap, perasaan, dan pikirannya. Konselor membantu klien untuk bicara secara bebas. Konselor lebih memusatkan diri pada menyimpulkan apa yang telah dikemukakan oleh klien dari pada menanyakan hal-hal yang sekiranya kurang diperlukan untuk memecahkan masalah, pada umumnya klien didorong untuk dapat memecahkan masalahnya sendiri.²⁴

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan ialah penelitian tindakan (*action research*) bimbingan konseling (PTBK) yaitu proses pemberian bantuan kepada sekelompok anak atau perorangan dengan menggunakan tindakan layanan

²³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2004), h. 300.

²⁴ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling*, (Studi & Karir), hal. 194.

BK.²⁵ Jenis layanan BK yang akan digunakan pada penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dan cara mengumpulkan data menggunakan kualitatif deskriptif yang diajarkan oleh Ridwan yaitu mendeskripsikan tentang objek kajian secara objektif.

Penelitian kualitatif (*qualitative research*) adalah suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok.²⁶ Dari pengertian tersebut, dapat dipahami bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena serta peristiwa secara deskriptif, dalam konteks alamiah, dengan teknik pengumpulan data gabungan, analisis data bersifat induktif dan memanfaatkan berbagai metode ilmiah yang ada dengan peneliti sebagai instrument kunci karena dalam penelitian ini peneliti yang merencanakan, melaksanakan, mengumpulkan data, menganalisis data, menarik kesimpulan dan menyusun laporan penelitian

2. Waktu dan Tempat

a. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilakukan pada bulan 17 september 2018 sampai dengan 02 desember 2018.

²⁵ Ridwan, *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: ALFABETA, 2012), h.44.

²⁶ Ariesto H. Sutopo & Adrianus Arief, *Terampil Mengolah Data Kualitatif dengan NVIVO*, (Jakarta: Kencana, 2010), h.1.

b. Tempat penelitian

Adapun penelitian yang penulis lakukan di kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten. Tempat ini dipilih karena mayoritas perekonomian masyarakatnya rendah, dan sosialisasi antara masyarakat kurang.

3. Subjek Penelitian

Responden yang dijadikan untuk penelitian pada skripsi ini berjumlah 5 pasangan pasutri yang terdiri dari 5 orang laki-laki dan 5 orang perempuan yaitu: ADW dan AI, MH dan RU, RZ dan RA, MH dan LS, MA dan RK.

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi adalah proses pencatatan *subyek* (orang), *obyek* (benda), atau kegiatan yang sistematis tanpa adanya pernyataan dan komunikasi dengan individu-individu yang diteliti.²⁷

Dalam melakukan observasi ini peneliti melakukan observasi kepada pasutri pasca bercerai di Kp. Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten .

²⁷ Etta Mamang Sangadji, *Metodologi Penelitian-Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2010), hlm. 185.

b. Wawancara

Wawancara adalah dengan maksud tertentu. Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara dan yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang membeikan jawaban atas pertanyaan.²⁸

Dalam melakukan wawancara ini peneliti melakukan wawancara kepada lima pasangan suami istri yang bercerai yang memiliki problem perceraian karena campur tangan orangtua. Wawancara ini akan penulis lakukan kepada pasangan: ADW dan AI, MH dan RU, RZ dan RA, MA dan LS, MH dan RK.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.²⁹

Dalam PTBK Islami, analisis data dapat dilakukan secara sederhana maupun kompleks, baik analisis data kualitatif

²⁸ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi dan Fokus Group*, (Jakarta, Raja Grafindo Pesada, 2015). Cet. Ke-2, hlm. 29.

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kaulitatif dan R&D...*, h.244.

maupun analisis data kuantitatif; karena PTBK bisa merupakan tindak lanjut dari penelitian eksperimen maupun penelitian deskriptif.³⁰

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif deskriptif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang sudah dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Dalam tahap ini peneliti mencoba untuk menganalisis data-data yang terkumpul sejak awal, artinya sejak peneliti melakukan pengumpulan data awal yang berkaitan mengenai pendekatan *client centered counseling* dalam menangani stres akibat perceraian, profil pasutri, faktor-faktor penyebab perceraian dan kondisi psikis pasutri pasca perceraian.

H. Sistematika Penelitian

Dalam penulisan skripsi ini terdiri dari 5 (lima) bab, dan masing-masing bab memiliki beberapa sub-sub. Adapun secara sistematis, bab-bab tersebut adalah sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, meliputi Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, kerangka Teori, Metodologi Penelitian, dan Sistematika Penulisan.

³⁰ Ridwan, *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: ALFABETA, 2012), h.125.

BAB II Gambaran Umum Kp.Baru Kel.Panancangan Kec.Cipocok Jaya Kota Serang Banten yang meliputi letak Geografis, kondisi keagamaan sosial masyarakat Kp. Baru, dan kondisi perekonomian masyarakat Kp.Baru.

BAB III Faktor penyebab perceraian terhadap suami istri (pasutri)

BAB IV Penerapan Client Centered Counseling dalam menangani stres akibat perceraian pada pasutri.

BAB V Penutup Meliputi Kesimpulan dan Saran.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Pengertian *Client Centered Counseling*

Terapi *client centered counseling* adalah klien diberikan kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan, pikiran-pikiannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri.¹ Terapi *client centered counseling*, klien didorong untuk mengekspresikan sikap, perasaan, dan pikirannya. Konselor lebih bersifat pasif dan tidak menginterupsi apa yang dikemukakan oleh klien mengenai sikap, perasaan, dan pikirannya. Konselor membantu klien untuk bicara secara bebas. Konselor lebih memusatkan diri pada menyimpulkan apa yang telah dikemukakan oleh klien dari pada menanyakan hal-hal yang sekiranya kurang diperlukan untuk memecahkan masalah, pada umumnya klien didorong untuk dapat memecahkan masalahnya sendiri.²

Alasan penulis menggunakan Tehnik Client Centered ini karena di dalam tehnik ini bisa menciptakan suasana yang kondusif bagi usaha klien untuk menjadi seorang pribadi yang

¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya,2004), h. 300.

² Bimo Walgito, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Andi Yogyakarta 2010), hal. 194.

befungsi penuh. Dan dengan tehnik ini dapat membantu klien membangun rasa percaya terhadap diri sendiri.

Pendekatan client centered menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri.³ Dalam terapi *client centered counseling*, teknik yang digunakan lebih kepada sikap konselor yang menunjukkan kehangatan dan penerimaan yang tulus sehingga klien dapat mengemukakan masalahnya atas kesadarannya sendiri. Adakalanya seorang konselor juga harus mengomunikasikan penerimaan, kepedulian, dan pengertiannya kepada klient.

Pendekatan *person centered* dikembangkan oleh Dr. Carl Rogers pada tahun 1940. Awalnya dinamakan *nondiective counseling* kemudian pada tahun 1951 diganti menjadi *client centeed counseling* dan berkembang lagi menjadi *peson centered*. Pendekatan clien centered berasumsi bahwa mausia yang mencari bantuan psikologis diperlukan sebagai konseli yang bertanggung jawab yang memiliki kekuatan untuk mengarahkan dirinya.⁴

Pendekatan *client centered counseling* difokuskan pada tanggung jawab dan kesnggupan klient untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Klient, sebagai

³ Ganerald Corey, *Teori dan praktek Konseling dan Psikoteapi*, (Bandung Refika Aditama, 2013), hlm. 91.

⁴ Gantina komalasari Dkk, *Teori dan Teknik konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), h. 276

orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya.⁵ Pendekatan *client centered counseling* menekankan dunia fenomenal klient dengan empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami keangka acuan internal client, terapis memberikan perhatian terutama pada persepsi diri klient dan persepsinya terhadap dunia. Berikut ciri-ciri pendekatan dan tujuan *client centered counseling*:

B. Ciri-ciri Pendekatan *client centered conseling*

Ciri-ciri pendekatan *client centered counseling* adalah:

- 1) Ditunjukan kepada klien yang mampu memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
- 2) Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan, bukan aspek itelektualnya.
- 3) Titik tolak konseling adalah masa sekarang (*here and now*) bukan masa lalu.
- 4) Tujuan konseling adalah menyesuaikan antara *ideal self* dan *actual self*.
- 5) Klien berperan aktif dalam proses konseling, sedangkan konselor hanya bertindak *pasif-reflektif*

⁵ General Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, ..., h. 92-93

(konselor bukan hanya diam tetapi membantu klien aktif memecahkan masalahnya).⁶

C. Tujuan *client centered counseling*

Tujuan dasar *client centered counseling* adalah menciptakan suasana konseling yang kondusif untuk membantu klien menjadi pribadi yang dapat berfungsi secara utuh dan positif. Melalui terapi *client centered counseling* ini diharapkan klien dapat mengembangkan kepura-puraan tersebut dapat mencapai tujuan terapi, antara lain:

- 1) Keterbukaan pada pengalaman
- 2) Kepercayaan terhadap diri sendiri
- 3) Menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku
- 4) Bersikap lebih matang dan berkualitas⁷

D. Proses Konseling

Berikut ini akan dikemukakan tahapan-tahapan konseling terapi terpusat pada klien yaitu:

- 1) Klien datang kepada konselor atas kemauan sendiri. Apabila klien datang atas suruhan orang lain, maka konselor harus mampu menciptakan situasi yang sangat bebas dan permisif dengan tujuan agar klien

⁶Nomora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2011), hlm.

⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikologi*, ..., h. 94-96

memilih apakah ia akan terus minta bantuan atau akan membatalkannya.

- 2) Situasi konseling sejak awal harus menjadi tanggung jawab klien, untuk itu konselor menyadarkan klien.
- 3) Konselor memberanikan klien agar ia mampu mengemukakan peasaanya. Konselor harus bersikap ramah, bersahabat dan menerima klien sebagaimana adanya.
- 4) Konselor menerima peasan klien serta memahaminya.
- 5) Konselor berusaha agar klien dapat memahami dan menerima keadaan dirinya.
- 6) Klien menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil (perencanaan).
- 7) Klien merealisasikan pilihannya itu.⁸

pada *tahap pertama*, klient datang ke konselor dalam kondisi penyesuaian diri yang tidak baik. *Tahap kedua*, saat klient menjumpai konselor dengan penuh harapan dapat memperoleh bantuan, jawaban atas permasalahan yang sedang dialami dan menentukan jalan atas kesulitan-kesulitannya. *Tahap tiga*, pada awal konseling klient menunjukkan sikap, prilaku, dan perasaanya yang kaku. Dia menyatakan permasalahan yang

⁸ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 101

dialami kepada konselor secara permukaan dan belum menatakan pribadi yang dalam. Pada awal ini klient cenderung mengeksternalisasi perasaa pada masalahnya. Karena kondisi yang diciptakan konselor kondusif, dengan sikap empati dan penghargaan, konselor terus membantu klient untuk mengeksplorasi dirinya secara lebih terbuka. Jika hal ini berhasil maka klient meunjukkan sikapnya yang lebih menyatakan diri yang sesungguhnya. Dan pada tahap keempat inilah klient mulai mulai menghilangkan sikap dan prilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi dengan jalan menghilangkan pengalaman yang didistorisnya.⁹

E. Teknik Konseling

Tehnik client centered counseling yang digunakan lebih kepada sikap konselor yang menunjukkan kehangatan dan penerimaan yang tulus sehingga klient dapat mengemukakan masalahnya atas kesadarannya sendiri. Sementara konselor juga harus bisa mengkomunikasikan, penerimaan, kepedulian dan pengertiannya kepada klient. Hal ini akan memperjelas kedudukan klient sebagai orang yang dapat dimengerti.

Ada beberapa sifat konselor yang dijadikan sebagai teknik dalam *client centered counseling* sebagai berikut: empati, *positive regard* dan *congruence*. Empati adalah kemampuan untuk sama-

⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Pres 2015), h. 74

sama merasakan kondisi klient dan menyampaikan kembali perasaan tersebut. Adapaun *positive regard* adalah menerima keadaan klient apa adanya secara netral dan yang terakhir *congruence* yaitu konselor menjadi pribadi yang terintegrasi antara apa yang dikatakan dan yang dilakukannya.¹⁰

Kondisi konseling dalam pendekatan ini dapat terlihat pada proses konseling antara konseli dan konselor dengan konseli harus ada kontak psikologis (membangun hubungan interpersonal). Artinya, baik konselor maupun konseli sama-sama melihat, memahami pengalamannya bersama sebagai sebuah relasi. Kemudian konselor harus dapat meyakinkan konseli dengan sikap dan prilakunya yang menunjukkan kualitas di atas jika kondisi yang terakhir benar-benar terjadi, maka konseli akan menjadi lebih positif dan menemukan konsep dirinya.

Menurut Sofyan S. Willis, penekanan masalah ini adalah dalam hal filosofi dan sikap konselor ketimbang teknik, dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang perkataan dan perbuatan konselor. Implementasi teknik konseling didasari oleh paham filsafat dan sikap konselor tersebut. Arena itu penggunaan teknik seperti pertanyaan, memberanikan, interpretasi, dan sugesti dipakai dalam frekuensi rendah. Yang lebih utama adalah ialah pemakaian teknik konseling bervariasi dengan tujuan pelaksanaan filosofi dan sikap tadi. Karena itu teknik konseling

¹⁰ Namora Lumongga Lubis, *Memahami dasar-dasar konseling...* 158-159

Rogers berkisar antara lain pada cara-cara penerimaan pernyataan dan komunikasi, menghargai orang lain, dan memahaminya (klien). Karena itu dalam teknik amat diutamakan sifat-sifat konselor berikut:

- 1) *Acceptance* artinya konselor menerima klien sebagaimana adanya dengan segala masalahnya. Jadi sikap konselor adalah menerima secara netral;
- 2) *Congruence* artinya karakteristik konselor adalah terpadu, sesuai kata dengan perbuatan, dan konsisten;
- 3) *Understanding* artinya konselor harus dapat secara akurat dan memahami secara empati dunia klien sebagaimana dilihat dari dalam diri klien itu;
- 4) *Nonjudgemental* artinya tidak memberi penilaian terhadap klien, akan tetapi konselor selalu objektif¹¹

Jadi terapi *client centered counseling* adalah terapi yang berpusat pada diri klien, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat mendapatkan pemberian terapi tersebut agar klien dapat mengembangkan atau keluar dari masalah yang dihadapinya.

¹¹ Sofyan S. Willis, konseling keluarga,....., h.101

BAB III

PROFIL RESPONDEN DAN FAKTOR PENYEBAB PERCERAIAN TERHADAP PASANGAN SUAMI ISTRI

A. Profil Responden

Keluarga adalah lembaga terkecil dalam sebuah masyarakat yang terdiri dari suami, istri dan anak. setiap orang yang memasuki kehidupan keluarga melalui perkawinan, pasti sangat mengharapkan terwujudnya suatu keluarga yang rukun bahagia dan sejahtera lahir maupun batin serta memperoleh keselamatan hidup didunia dan akhirat kelak. Dengan demikian tujuan hidup berkeluarga akan terwujud sesuai dengan tuntunan agama, yaitu sakinah, mawaddah, warrohmah. Islam mengajarkan beberapa prinsip hukum yang harus dipenuhi dalam suatu perkawinan, dan prinsip hukum tersebut menurut islam merupakan dasar dari perkawinan. Pada realitas kehidupan rumah tangga, tidak semua perkawinan dapat memenuhi prinsip-prinsip yang telah diatur dalam islam sehingga perkawinan tersebut tidak dapat mencapai tujuannya sebagaimana yang diharapkan dan perceraian yang menjadi ujungnya.

Berikut ini adalah uraian Profil pasangan suami istri (pasutri) yang stres akibat perceraian di Kp.Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten.

1. Responden Pasutri ADW dan AI

ADW adalah seorang laki-laki yang saat ini usianya sudah menginjak 25 tahun. ADW bekerja di home industrial boneka. ADW menikah pada hari rabu tanggal 21 juli 2014 dengan istrinya yang bernama AI. ADW menikah dengan AI pada usia 20 tahun, dan usia mereka hampir sama. Usia pernikahannya hanya bertahan selama satu tahun dan pada bulan agustus tahun 2017 mereka berdua sudah bercerai.¹

Setelah menikah ADW dan AI hidup bersama di rumah orang tua AI selama menikah namun belum di karuniai anak. awalnya rumah tangga mereka sangat harmonis dan penuh cinta. Namun, pada akhirnya ketentraman rumah tangga ADW dan AI mulai goyah, penyebabnya adalah saudari AI tidak siap jika harus hidup serba kekurangan karena ADW mengalami kebangkrutan dari pekerjaannya. Ketidak sukaan tersebut menjadi pemicu runtuhnya rumah tangga keduanya. ADW sangat merasa kecewa dan keberatan dengan perceraian ini, ADW juga merasa gagal dalam membina rumah tangga. Hal yang serupa pun diraskan oleh saudari AI yang telah berpisah dari ADW karna kini dia menyandang sebagai seorang janda yang harus menanggung malu karna

¹ Wawancara dengan responden pasutri ADW dan AI pada tanggal 7 januari 2018 pukul 09.00 – 10.30 WIB.

statusnya dan sangat menyesali atas semua keputusan yang pernah dia ambil.²

Sementara itu, AI juga merasa bahwa suaminya ADW ini tidak dapat memenuhi kebutuhan AI untuk setiap harinya karna AI tau bahwa ADW sudah mengalami kebangkrutan di tempat kerja ADW . Untuk itu AI memutuskan untuk mengakhiri sebuah hubungan pernikahannya dengan ADW dan resmilah perceraian mereka pada bulan agustus tahun 2017.³

2. Responden Pasutri EH dan RU

EH adalah seorang wanita usia 45 tahun, dan RU adalah seorang laki-laki usia 50 tahun. EH adalah seorang ibu rumah tangga. EH menikah dengan RU pada usia 19 tahun sedangkan RU menikah dengan EH di usianya yang ke 25 tahun. RU dan EH menikah pada tanggal 01 juni tahun 1993. Suami EH adalah seorang wirausaha.⁴ Setelah menikah EH dan RU hidup bersama di rumah kediaman orang tua EH selama 8 tahun, kemudian pindah ke ruamah milik bersama dan di karuniai 2 orang anak. setelah mereka berpisah anak-anak mereka juga ikut berpisah

² Wawancara dengan responden ADW pada tanggal 8 januari 2018 pukul 09.00- 11.00 WIB.

³ Wawancara dengan responden AI pada tanggal 7 januari 2018 pukul 14.00-15.00 WIB.

⁴ Wawancara dengan responden pasutri EH dan RU pada tanggal 13 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

anak pertama mereka yaitu SH ikut bersama RU (ayah) sedangkan JN ikut bersama EH (ibu). Kemudian sejak bulan februari 2017 ketentraman rumah tangga EH dan RU harus berakhir, karna EH tidak suka dengan perilaku RU. Padahal keduanya masih saling mencintai dan menyayangi tapi karna perilaku RU yang senonoh EH jadi memilih untuk berpisah dan bercerai dari pada harus menanggung malu, dan dari pernikahannya EH dan RU telah di karuniai dua orang anak. EH dan RU sangat merasa keberatan pada saat itu karena ikatan perkawinannya harus putus karena faktor perilaku RU yang tidak bisa dipandang baik oleh penduduk dan masyarakat sekitar, EH pergi dan meninggalkan rumah untuk kembali dan tinggal bersama orang tuanya.⁵

Alasan yang mendasari perceraian tersebut adalah ketidaksukaan EH dan orang tua EH terhadap perilaku RU. Dalam hal ini sang suami RU sangat suka menghambur-hamburkan uang untuk hal-hal yang tidak bermanfaat seperti berfoya-foya dan bermain judi. Sehingga sang istri dan orang tua(EH) merasa tidak nyaman atas keadaan tersebut. Oleh karena itu EH dan RU bercerai.⁶

⁵ Wawancara dengan responden EH dan RU pada tanggal 14 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB.

⁶ Wawancara dengan responden EH pada tanggal 14 januari 2019 pukul 14.00- 13.00 WIB.

3. Responden Pasutri RZ dan RA

RZ adalah seorang laki-laki berusia 29 tahun, RZ berkerja sebagai buruh di sebuah pabrik dengan upah yang minim. RZ dan RA menikah pada usia 21 tahun, Dan umur RA dan RZ hampir sama RZ menikah dengan RA pada tanggal 04 november tahun 2011 silam.

Setelah menikah RZ dan RA berdomisili di rumah orang tua RA selama 3 tahun. Dalam pernikahan tersebut, mereka hidup rukun sebagaimana layaknya suami istri dan telah di karuniai seorang anak laki-laki yang bernama fahri. Sekarang anak tersebut dalam asuhan RA. Selama tinggal bersama, RA selalu ta'at kepada suaminya yaitu RZ. Kemudian keduanya bercerai karna campur tangan orang tua istri (RA) dan orangtua RA yang menghendaki terjadinya perceraian. RA mengaku sangat sedih dan merasa terpukul karna harus berpisah dengan suami tercinta, dan harus membesarkan dan mendidik anak sendirian dan juga terpaksa harus mencari nafkaah sendiri juga untuk bertahan hidup bersama anaknya.⁷

Semula rumah tangga RZ dan RA hidup rukun, namun sejak bulan oktober 2017 terjadi perselisihan dan pertengkaran terus menerus dan perceraian mereka juga

⁷ Wawancara dengan responden pautri RZ dan RA pada tanggal 18 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

terjadi pada tahun 2017. antara RZ dan RA sampai sekarang kondisinya masih saling mencintai. Namun faktor ekonomi keluarga dikarnakan masih belum stabil atau pailit, hal itu menjadi awal dari ketidak hamonisan dalam rumah tangganya. Menurut RZ faktor ekonomi bukanlah faktor yang menentukan kebahagiaan seseorang atau rumah tangga dan bisa di cari. Akan tetapi, perasaan cinta yang menjadi dasar dalam kehidupan dalam berumah tangga.⁸

Dengan demikian orang tua istri merasa khawatir kalau nanti anak tidak di nafkahi, lantaran menantunya belum memiliki kreatifitas dalam bekerja. Ketika orang tua istri menuntut menantunya agar mau bekerja sama justru, sang menantu mengabaikannya bahkan melakukan konfrontasi. Sehingga sang mertua jadi tidak respek dan merasa kecewa dengan kondisi menantunya yang seperti itu. kondisi sang menantu yang tidak memiliki pekerjaan dengan waktu yang lama membuat orang tuanya mendorong putrinya untuk berpisah dengan menantunya maka terjadilah perceraian antara RZ dan RA.⁹

⁸ Wawancara dengan responden RZ dan RA pada tanggal 19 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

⁹ Wawancara dengan responden RA pada tanggal 18 januari 2019 pukul 14.00- 13.00 WIB.

4. Responden Pasutri MH dan LS

MH adalah seorang laki-laki berusia 39 tahun. MH adalah seorang pekerja serabutan. MH menikah dengan LS pada hari kamis tanggal 03 januari 2002. MH menikah dengan LS di usianya yang ke 20 tahun, usia MH dan LS hanya berbeda satu tahun.¹⁰

Setelah menikah MH dan LS bertempat tinggal di rumah orang tua, Selama pernikahan antara MH dan LS sangat rukun serta harmonis dan dikuniai 1 orang anak perempuan umur 17 tahun. Dan sekarang anak mereka dalam asuhan LS. Selama tinggal bersama MH. LS selalu taat kepada MH dan berbakti kepada MH. Semula rumah tangga MH dan LS sangat rukun, namun sejak bulan mei 2017 terjadi perselisihan dan pertengkaran secara terus menerus yang disebabkan karena sudah tidak saling mencintai lagi yang mendasari perceraian itu terjadi karna LS bosan dengan keadaan rumah tangganya yang tidak ada kemajuan dari segi sisi perekonomian nya. Dan akhirnya bercerai pada akhir bulan mei tahun 2017. LS tidak suka dengan kondisi ekonomi rumah tangganya dengan MH yang serba kekurangan LS sudah tidak tahan

¹⁰ Wawancara dengan responden pasutri MH dan LS pada tanggal 23 januari 2019 pukul 09.00- 10. 30 WIB.

jadi LS meminta untuk berpisah dan bercerai. Hal ini yang mendasari adanya perceraian tersebut.¹¹

Menurut LS pernikahan itu bukan sekedar cinta saja. Orang memiliki kebutuhan yang banyak dalam hidup. Apalagi sudah memiliki anak, seharusnya lebih serius lagi dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Sehingga menurutnya orang yang sudah berumah tangga harus mau berusaha, bagaimanapun caranya yang penting halal agar kebutuhan keluarga bisa terpenuhi, maka seorang suami harus berfikir dan jangan berkerja seandainya sendiri. Oleh karena itu LS memutuskan untu berpisah dengan suami (MH) maka terjadilah perceraian antara MH dan LS.¹²

5. Responden Pasutri MA dan RK

MA adalah seorang laki-laki yang berusia 33 tahun, dan RK seorang perempuan usia 30, MA bekerja sebagai buruh tani dan RK sebagai ibu rumah tangga. MA menikah dengan RK pada usia 25 tahun dan RK menikah dengan MA pada usia 22 tahun. MA dan RK menikah

¹¹ Wawancara dengan responden pasutri MH dan LS pada tanggal 24 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

¹² Wawancara dengan responden LS pada tanggal 23 januari 2019 pukul 14.00-15.00 WIB.

pada hari kamis tanggal 03 juni 2010. Setelah menikah MA dan RK bertempat tinggal di rumah orang tua RK.¹³

Selama pernikahan tersebut, MA dan RK hidup rukun serta harmonis. Dan keduanya di kauniai 1 orang anak yang bernama anisa dan anak tersebut dalam asuhan RK. Semula rumah tangga MA dan RK hidup rukun, namun pada tanggal 30 januari 2017 suami pergi meninggalkan RK dan pulang ke rumah orang tua MA.¹⁴

MA dan RK berpisah tempat tinggal selama 7 bulan. Sejak itulah rumah tangga mereka mulai goyah. Sehingga pada akhirnya rumah tangga mereka harus berujung perceraian, meskipun hal itu menyakitkan dan bukan keinginan RK untuk berpisah dengan suaminya MH, karena status orang tua mereka yang berbeda disatu sisi juga karna hubungan pernikahan mereka tidak mendapatkan restu dari orang tua LS, dan ternyata pernikahan LS dan MA tidak bisa dipertahankan untuk selalu bersama. Dan MA juga merasa bahwa dirinya tidak pantas untuk bersanding dengan RK karna status perekonomian mereka berbeda, MA dari keluarga yang sederhana sedangkan LS dari keluarga yang berada, ini

¹³ ¹³ Wawancara dengan responden pasutri MA dan RK pada tanggal 28 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB.

¹⁴ Wawancara dengan pasutri MA dan RK pada tanggal 29 januari 2019 pukul 09.00-11.00 WIB.

pemicu perceraian mereka. Tapi ini sudah menjadi satu-satunya jalan untuk kebaikan MA dan RK.¹⁵

B. Faktor penyebab yang mempengaruhi perceraian

Nikah merupakan salah satu asas pokok yang paling utama dalam hidup, pergaulan atau masyarakat yang sempurna. Tujuan pernikahan sendiri ialah untuk hidup dalam pergaulan yang sempurna, suatu jalan yang amat mulia untuk mengatur rumah tangga keluarga dan sebagai suatu tali yang amat teguh guna memperkokoh tali persaudaraan anantara kaum kerabat laki-laki (suami) dengan kaum kebrbaat wanita (istri) sehingga petalian itu akan menjadi suatu jalan yang membawa suatu kaum (golongan) untuk tolong menolong dengan kaum yang lainya.

Kekacauan dalam keluarga meupakan bahan peguncingan umum karena semua orang mungkin saja terkena salah satu dari berbagai jenisnya. Kekacauan keluarga dapat di tafsirkan sebagai pecahnya suatu unit keluarga, terputusnya atau retaknya struktur pesan sosial jika salah satu beberapa anggota gagal menjalankan kewajiban peran mereka secukupnya.¹⁶

¹⁵ Wawancara dengan responden RK pada tanggal 29 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

¹⁶ William J Goode, *Sosiologi keluarga*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), hlm, 184

Apabila kedua suami istri tidak dapat mencapai tujuan-tujuan tersebut, maka hal itu dapat mengakibatkan berpisahnya suatu keluarga, karena tidak ada kesepakatan antara suami istri maka dengan keadilan Allah SWT dibukannya suatu jalan keluar dari segala kekurangan itu terjadilah ketertiban dan ketentraman antara kedua belah pihak dan supaya masing-masing dapat mencari pasangan yang cocok untuk mencapai apa yang di cita-citakan.

Dalam kehidupan rumah tangga banyak sekali guncangan untuk menguji rumah tangga, namun sangat bergantung dengan eratnya hubungan antara kedua suami istri dan pergaulan baik antara keduanya, akan eratlah antara hubungan keduanya itu apabila masing-masing suami-istri tersebut menjalankan kewajibannya sebagai suami istri yang baik. Dalam kehidupan rumah tangga banyak sebab-sebab dan faktor-faktor mengapa mereka bercerai.

Pistiwa peceaian pada pautri yang terjadi dilingkungan sekitar sudah biasa terjadi. Khususnya di Kp.Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota seang Banten. Penulis mendeskripsikannya sebagai berikut Ada beberapa sebab dan faktor yang mempengaruhi perceraian.

Berikut ini hasil dari wawancara penulis menyimpulkan bahwa ada beberapa faktor penyebab perceraian pada

(pasutri) pasangan suami istri yang di alami oleh 5 pasang responden di Kp.Baru Kel.Panancangan Kec.Cipocok Jaya sebagai berikut:

1. Faktor ekonomi yang lemah

Kurangnya lapangan pekerjaan menyebabkan perekonomian masyarakat di daerah ini menjadi lemah yang imbas nya bisa menjadi sumber konflik bagi para keluarga muda (keluarga yang baru menjalankan pernikahan), hal ini terjadi karena kebanyakan keluarga muda di daerah ini begitu selesai menikah mereka belum bisa memiliki rumah sendiri atau dengan kata lain masih serumah dengan mertua, sehingga ada sedikit konflik dalam rumah tangga, mertua atau orang tua ikut campur dalam masalah yang ada di dalam rumah tangga anak, sehingga masalah menjadi lebih besar dan melebar yang pada akhirnya berujung perceraian.

Dalam hal ini ada dua jenis penyebab krisis keluarga, yaitu: kemiskinan dan gaya hidup. Keluarga miskin masih besar jumlahnya di negeri ini. Berbagai cara diusahakan pemerintah untuk mengentaskan kemiskinan. Akan tetapi tetap saja kemiskinan tidak terkendali. Terakhir pemerintah memberikan bantuan langsung tunai (BLT) pada tahun 2007 dan 2008. Kemiskinan jelas berdampak terhadap kehidupan keluarga. Jika kehidupan emosional

suami istri tidak dewasa, maka akan timbul pertengkaran. Sebab, istri banyak menuntut hal-hal di luar kebutuhan makan dan minum. Padahal dengan penghasilan suami sebagai buruh lepas, hanya dapat memberi makan dan rumah petak tempat berlindung yang sewanya terjangkau. Karena suami tidak sanggup memenuhi tuntutan istri dan anak-anaknya akan kebutuhan-kebutuhan, maka timbulah pertengkaran suami istri yang sering menjurus ke arah perceraian. Akibatnya terjadilah kehancuran sebuah keluarga sebagai dampak kekurangan ekonomi.¹⁷

Hal ini menjadi masalah sendiri dari para suami yang telah menikah sehingga berujung perceraian. Sebab dari beberapa masalah yang penulis angkat, memang mayoritas dari kalangan ekonomi bawah dan berpenghasilan minim, Karena profesi yang di geluti adalah seorang kuli dan seorang buruh. Bahwa responden ADW, EH, RZ, MH dan MA bercerai karna faktor kondisi ekonomi yang rendah. Seperti ADW dan RZ hanyalah seorang buruh di suatu pabrik atau perindustrian sedangkan MH dan MA adalah seorang kuli serabutan dan buruh tani.¹⁸

¹⁷Sofyan S.Willis, *Konseling Keluarga* (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm, 15.

¹⁸Wawancara dengan kelima responden ADW, EH, RZ, MH, MA pada tanggal 9 januari 2019 pada pukul 10.00-11.00 WIB.

2. Faktore sumber daya manusia (SDM) yang rendah

Masalah pendidikan sering merupakan penyebab terjadinya krisis didalam keluarga. Jika pendidikan lumayan pada suami-istri, maka wawasan tentang kehidupan keluarga dapat dipahami oleh mereka. Sebaliknya pada suami istri yang pendidikannya rendah sering tidak dapat memahami lika-liku keluarga. Karena itu sering salah menyalahkan bila terjadi persoalan dikeluarga. Akibatnya terjadi selalu pertengkaran yang mungkin terjadi perceraian.

Faktor SDM yang rendah termasuk salah satu faktor yang dapat menjadikan rusaknya hubungan perkawinan atau perceraian, hal ini disebabkan karena rendahnya pendidikan masyarakat dibidang agama, akhlak maupun pendidikan umum, sehingga wawasan masyarakat tentang etika dalam menjalani hidup rumah tangga sangat minim, sehingga mereka dilanda konflik dalam keluarga. pemikiran atau pandangan mereka sempit, maka mereka lebih banyak memutuskan untuk bercerai dari pada mencoba untuk bersabar.¹⁹

Pendidikan dari 5 responden ini pasutri ADW dan AI, pasutri MH dan RU, pasutri RZ dan RA, pasutri MH dan LS, dan pasutri MA dan RK hanya dari tamatan SMA dan SMP saja. Mereka berpendidikan minim dan hanya

¹⁹ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, hlm, 18.

memiliki sedikit wawasan sehingga begitu mudahnya untuk memutuskan untuk bercerai.²⁰

3. Kurang menerima kondisi penghasilan ekonomi

Termasuk sikap tamak yang ada didalam diri masing-masing individu yang selalu merasa kurang atas apa yang sudah dimiliki dan apa yang telah di dapatkan. Salah satunya adalah ketika penghasilan ekonomi kurang dan tidak bisa memenuhi kebutuhan anaknya, seolah-olah seorang laki-laki dituntut bekerja lebih keras lagi atau bahkan bekerja diluar kemampuannya, sehingga ketika penghasilannya dibawah standar yang di harapkan, maka seorang istri atau suami saling merendahkan pasangannya. Seolah-olah tidak menerima atas jerih payah suaminya, hal ini bisa menjadi sumber konflik yang berujung pada perceraian. Faktor ini memang menjadi bagian dari sebab keruntuhan sebuah rumah tangga,.Hal sepeti ini di alami oleh responden pasutri ADW dan AI, MH dan LS, AI yang terlihat kecewa terhadap ADW karena bangkrut dari pekerjaannya AI merasa bahwa dia tidak akan bisa memenuhi kebutuhan hidupnya lagi dengan keadaan dan kondisi ADW yang telah bangkrut dari pekerjaannya. Dan

²⁰ Wawancara dengan kelima responden pasutri ADW dan AI, MH dan RU, RZ dan RA, MH dan LS, MA dan RK pada tanggal 10 jauari 2019 pukul 10.00-11.00 WIB.

akhirnya AI memutuskan untuk tidak mempertahankan rumah tangga nya lagi dan lebih memilih.²¹

4. Campur tangan orang tua terhadap rumah tangga anak

Sikap terlalu ikut campur orang tua terhadap kehidupan rumah tangga anak bisa menjadi sumber perceraian, karena sedikit atau banyaknya campur tangan orang tua dapat mempengaruhi pola pikir anaknya jika suatu ketika anaknya sedang mengalami gejolak dalam rumah tangga. Karena masih banyak anak yang sudah berkeluarga tapi masih sedikit-dikit ibu, sedikit-sedikit bapak, sikap seperti ini sebenarnya tidak baik, karena ketika ada sedikit masalah dengan suaminya, maka orang tua langsung ikut campur. Hal ini bukan solusi yang tepat tapi malah akan memperkeruh rumah tangga anak. faktor penyebab inilah juga yang mendasari adanya kasus perceraian ini. Campur tangan orang tua ini terjadi karena kembali kepada keadaan menantu yang tingkat ekonominya rendah.

Hal seperti ini terjadi kepada 5 responden pasutri RZ dan RA yang mengalami perceraian karena adanya campur tangan orang tua didalam urusan rumah tangga

²¹ Wawancara dengan responden ADW dan AI, MH dan LS pada tanggal 20 januari 2019 pukul 10.00-11.00.

mereka. Dan faktornya adalah karena keadaan seorang menantu yang tingkat ekonominya rendah dan.²²

5. Egoisme

Egoisme adalah suatu sifat buruk manusia yang mementingkan dirinya sendiri. Yang lebih berbahaya lagi adalah sifat egosentrisme. Yaitu, sifat yang menjadikan dirinya pusat perhatian yang diusahakan oleh seseorang dengan segala cara. Pada orang yang seperti ini, orang lain tidaklah penting. Dia mementingkan dirinya sendiri, dan bagaimana menarik perhatian pihak lain agar mengikutinya minimal memperhatikannya. Akibat sifat egoisme atau egosentrisme ini sering orang lain tersinggung.²³

Sikap egois terkadang bisa menimbulkan konflik dalam keluarga, hal ini sering terjadi dalam kehidupan rumah tangga yang pernikahannya kurang mendapatkan restu dari orang tua, hubungan pernikahan seperti ini sangat miris sekali terjadi perceraian, karena sikap orang tua yang terlalu idealis dalam memilih seorang menantu, sehingga ketika anaknya mendapatkan npasangan yang tidak cocok dengan pilihan orang tuanya, maka selama itu mertua akan membenci menantunya. Hal ini pula menjadikan alasan adanya perceraian.

²² Wawancara dengan kelima responden pasutri. RZ dan RA pada tanggal 21 januari 2018 pukul 10.00-11.00 WIB.

²³ Sofyan S. Willis, *konseling keluarga*, hlm, 15.

Hal Seperti yang dialami oleh responden pasutri MA dan RK yang pada awal pernikahannya tidak direstui oleh orang tuanya untuk menikah dengan MA. Dan akhirnya pernikahan yang RK jalani tidak bisa bertahan untuk selamanya, seperti dambaan semua orang yang sudah menikah hanya ingin menikah satu kali dalam seumur hidup tanpa ada kata pisah dan cerai. Namun takdir berkata lain LS harus menerima semua ini dengan ikhlas walaupun sampai detik ini pun masih merasa dalam kesedihan.²⁴

6. Krisis Moral dan Ahlak

Selain ketidak harmonisan dalam rumah tangga, perceraian juga seing memperoleh landasan berupa krisis moral dan akhlak, yang dapat dilalaikannya tanggung jawab baik oleh suami ataupun istri, poligami yang tidak sehat, penganiayaan, pelecehan dan keburukan perilaku lainnya yang dilakukan baik suami ataupun istri misalnya, mabuk, bermain judi, berzinah, dan lain sebagainya yang menunjukkan perilaku yang minyimpang atau bisa disebut krisis moral dan akhlak. Hal yang seperti ini terjadi oleh

²⁴ Wawancara dengan responden MA dan RK pada tanggal 15 januari 2019 pukul 10.00-11.00 WIB.

pasutri EH dan RU, dimana RU sering bermain judi dan menghambur-hamburkan uang untuk berfoya-foya.²⁵

Setiap perceraian pasti menimbulkan dampak baik positif atau negatif akan tetapi dampak yang ditimbulkan karna perceraian itu cenderung lebih banyak yang menimbulkan dari sisi negatifnya. Pada dasarnya perceraian itu menimbulkan dampak yang kompleks bagi pasangan yang bercerai maupun bagi anak keturunannya. Meskipun perceraian disatu sisi dapat menyelesaikan suatu masalah rumah tangga yang tidak mungkin lagi dikompromikan, tetapi perceraian itu juga menimbulkan dampak negatif berkaitan dengan pembangunan ekonomi rumah tangga, hubungan individu dan sosial antara dua keluarga menjadi rusak, dan yang lebih berat adalah berkaitan dengan pembangunan ekonomi rumah tangga, hubungan individu dan sosial anantara dua keluarga menjadi rusak, dan yang lebih berat adalah berkaitan dengan perkembangan psikis mereka dan anak mereka yang pada gilirannya akan mempengaruhi prilakunya.²⁶

²⁵ Wawancara dengan responden EH dan RU pada tanggal 17 Januari 2019 pukul 10.00-11.00 WIB.

²⁶ Atika Widayanti, “ Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Pada Keluarga Tenaga Kerja Wanita (TKW); Studi Kasus Di Desa Citembong, Kecamatan Bantasari, Kabupaten Cilacap” (Skripsi Yogyakarta, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jogja, 2004) h. 8.

Menurut Dario dampak negatif perceraian yang biasanya dirasakan adalah:

- a. Pengalaman yang traumatis pada salah satu pasangan hidup (laki-laki ataupun perempuan)
- b. Ketidakstabilan dalam pekerjaan.

Menurut Wiran dan Sudarto, dampak yang di timbulkan dengan adanya perceraian antara lain:

- a. Adanya perasaan tersingkir dan kesepian
- b. Perasaan tertekan karena harus menyesuaikan diri dengan status baru sebagai janda atau duda
- c. Pemasalahan hak asuh anak
- d. Adanya masalah ekonomi, yaitu penurunan perekonomian secara drastis²⁷

Dari bebearapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan penyebab dari perceraian sangatlah luas diantaranya adalah pengalaman yang traumatis, terhadap salah satu dari pasangan, ketidak stabilan dalam bekerja, adanya masalah ekonomi, tertekan dan lain sebagainya.

C. Kondisi Psikologi Responden Setelah Perceraian

Kehilangan pasangan merupakan sesuatu yang tidak dapat dijelaskan, semakin lama usia pernikahan mereka semakin berat pula rasa kehilangan yang dirasa oleh mereka

²⁷ Agoes Dario, "Memahami Psikologi Perceraian Dalam Keluarga", Jurnal Psikologi Vol. 2, No. 2 (Desember, 2004) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Esa Unggul, jakarta, h. 8.

yang bercerai. Oleh karena itu mereka cenderung lebih memilih menjanda atau menduda ketimbang memilih untuk menikah kembali, dan ada beberapa dampak psikologi setelah perceraian diantaranya sebagai berikut:

1. Timbul Pikiran Negatif

Pada dasarnya semua manusia pasti memiliki pikiran negatif dan positif, pikiran ini timbul tergantung pada situasi dan kondisi yang dialami saat itu. Sama halnya seseorang yang telah gagal dalam membina sebuah rumah tangga atau telah bercerai. Dalam situasi dan kondisi seperti ini pasti dari sanak saudara, keluarga dan masyarakat sekitar memandang seseorang yang bercerai adalah sebuah aib yang sangat besar, dan memandang bahwa mereka bukanlah orang yang baik malah justru sebaliknya. Pandangan masyarakat yang seperti ini sangat mempengaruhi psikologi korban, sehingga korban menilai dirinya sendiri sudah tidak berguna lagi didalam masyarakat dan menilai dirinya telah gagal menjadi pribadi yang baik didalam masyarakat. dan dari situlah kadangkala pikiran negatif itu datang didalam kehidupan mereka yang bercerai hal seperti ini dirasakan oleh responden MA dan RU.²⁸

²⁸ Wawancara dengan responden MA dan RU pada tanggal 29 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

Cenderung Merasa Sendiri

Dalam kehidupan rumah tangga yang akan terasa sangat lengkap dengan kehadiran sosok seorang istri, suami dan ditambah anak, namun kata lengkap tersebut sudah tiada artinya lagi bagi mereka yang telah bercerai. Karna kehadiran sosok seorang suami, istri dan anak sudah tidak dalam satu ruang lingkup yang sama lagi atau tidak hidup dalam satu atap yang sama. Hal yang seperti inilah yang membuat diri korban cenderung merasa sendiri tanpa adanya orang-orang terdekat disekitarnya lagi hal ini dirasakan oleh responden hal ini dirasakan oleh responden pasutri RZ dn RA, dan juga RK.²⁹

2. Kehilangan Perhatian

Pada saat setelah menikah semua pasangan suami istri pasti mendapatkan sebuah perhatian yang hangat. Sebuah perhatian yang diberikan untuk suami atau istri tercinta dengan balutan cinta dan kasih sayang. Perhatian yang hangat ini terjadi ketika anggota keluarga masih utuh dan harmonis, tapi setelah bercerai perhatian yang hangat itu hilang seketika dan tidak lagi merasakan perhatian yang begitu hangat. Hal ini cenderung membuat korban merasa kehilangan perhatian dari orang terkasihnya hal

²⁹ Wawancara dengan responden RZ, RA dan RK pada tanggal 24 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

seperti ini juga dirasakan oleh responden pasutri ADW dan AI, MH dan LS.³⁰

3. Gelisah

Bagi yang bercerai baik pihak wanita atau pihak pria, setelah perceraian mereka terjadi, cenderung merasakan perasaan-perasaan seperti perasaan tak menentu dan seperti kehilangan identitas masing-masing masalah-masalah ini lebih banyak terjadi pada wanita, yang tadinya mengasosiasikan identitasnya dengan identitas suaminya namun setelah perceraian mereka harus sendiri-sendiri mengurus semuanya dan sekaligus berperan menjadi dua sosok seorang ayah dan ibu hal seperti ini dirasakan oleh semua kelima pasangan suami istri.³¹

4. Cenderung Menutup Diri Untuk Memulai Hubungan Baru

Setelah bercerai, pria butuh waktu yang cukup lama sampai akhirnya memutuskan untuk mencari pasangan baru. Karena pernah merasakan sakit yang dalam, dia merasa kehilangan rasa tertariknya pada

³⁰ Wawancara dengan responden pasutri ADW dan AI, MH dan LS pada tanggal 19 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB

³¹ Wawancara dengan responden pasutri ADW dan AI, EH dan RU, R dan RA, MH dan LS, MA dan RK pada tanggal 14 januari 2019 pukul 09.00- 11.00 WIB.

wanita manapun, kecuali wanita yang pernah dicintainya.

ADW memberikan pengakuan bahwa dirinya saat ini begitu sangat merasa trauma untuk menjalin hubungan lagi dengan lawan jenis yaitu sosok seorang wanita, karna pengalaman perceraian nya jadi ADW saat ini menutup diri untuk memulai hubungan baru.³²

³² Wawancara dengan responden ADW pada tanggal 8 januari 2019 pukul 09.00-11.00 WIB

No	Responden	Pemicu perceraian			Pendidikan
		Usia Perkawinan	Pemicu Perceraian	Kasus Perceraian	
1.	A. ADW B. AI	2 Tahun 7 Bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Kurang menerima kondisi penghasilan ekonomi • Karna adanya pihak ketiga • Faktor ekonomi yang lemah. 	Istri yang tidak bisa menerima penghasilan suami dan karena suami mengalami kebangkrutan di tempat kerjanya.	SMA
2.	A. EH B. RU	23 Tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Krisis moral dan akhlak • Suka bermain judi 	Suami yang memiliki prilaku yang menyimpang	MTS

			<ul style="list-style-type: none"> • Katahuan Selingkuh 	yaitu sering bermain judi dan suka berfoya-foya.	
3.	A. RZ B. RA	5 Tahun 10 Bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Campur tangan orang tua terhadap rumah tangga anak • Penghasilan minim • Masih tinggal dengan orang tua 	Orang tua istri yang selalu mencampuri permasalahan ekonomi rumah tangga mereka.	SMA
4.	A. MH B. LS	16 Tahun 4 Bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Faktor sumber daya yang manusia (SDM) yang rendah. 	Kurang mensyukuri apa yang sudah dimiliki	MTS

			<ul style="list-style-type: none"> • Ekonomi yang rendah • Bosan dengan hidup miskin 		
5.	A. MA B. RK	6 Tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Egoisme yang tinggi dari orang tua • Tersingung • Pernikahan yang tidak di restui. 	Egoisme suami yang sangat tinggi yg sudah meninggalkan istri karena sakit hati.	SMA

Responden	Tingkat stres yang dialami pasutri	Ciri-ciri tingkat stres
<p>A. ADW</p> <p>B. AI</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stres tingkat 4 • Stres tingkat 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan-kegiatan yang semula menyenangkan kini terasa sulit. • Frustrasi. • Malas untuk memulai hubungan yang baru • Sedih • kecewa • Seing mengalami pusing dan maagh
<p>A. EH</p> <p>B. RU</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stres tingkat 4 • Stres tingkat 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Konsentrasi menurun tajam

		<ul style="list-style-type: none"> • Perasaan negatif • Berat badan menurun • Suka melamun • Suka marah-marah
<p>A. RZ</p> <p>B. RA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stres tingkat 2 • Stres tingkat 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Perasaan tidak bisa santai • Hari terasa lama • Sering pusing • Susah tidur • Banyak pikiran • Gelisah
<p>A. MH</p> <p>B. LS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stres tingkat 1 • Stres tingkat 3 	<p>dan gugup berlebihan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gangguan tidur • Suka melamun • Porsi makan berkurang

		<ul style="list-style-type: none"> • Gelisah • Tidak percaya diri
<p>A. MH</p> <p>B. LS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stres tingkat 4 • Stres tingkat 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Perasaan negatif • Perasaan tegang meningkat • Malas untuk keluar kamar • Membatasi diri dengan tetangga dan masyarakat sekitar • Khawatir gelisah

BAB IV
PENERAPAN TEHNIK CLIENT CENTERED
COUNSELING DALAM MENANGANI STRES
AKIBAT PECERAIAN PADA PASUTRI

A. Proses Penerapan Client Centered Counseling

Bedasarkan penelitian di Kp.Baru Kel.Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten, peneliti mendaotkan lima responden untuk dilakukan proses konseling yang brinisial ADW, EH, RZ, MA dan MH mereka yang mengalami stres akbibat perceraian. proses konseling ini dilakukan kepada para psutri yang stres akibat perceraian bertujuan untuk mengembalikan kepercayaan yang telah hilang didalam dirinya, dan juga mengembalikan kembali semangat hidupnya. Adapun tahapan-tahapan yang dilakukan peneliti agar proses konseling menjadi efektif dan efisien, sebagai berikut:

1. Responden Pasutri ADW AI

Responden ADW melakukan proses konseling selama 1 bulan dalam empat kali pertemuan setiap pertemuan menghabiskan waktu 1-2 jam. Ada 4 tahap dalam proses konseling *client centered counseling* diantaranya adalah:

a. Tahap Perkenalan

Dilaksanakan pada hari senin, 07 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB. Sebelum sesi konseling

dilaksanakan, konselor menanyakan bagaimana kabar dan keadaan konseli dengan menunjukkan sikap (attending) penuh dengan perhatian kepada konseli serta memperhatikan perkataan konseli yang bersifat sensitif terhadap intonasi kalimat yang diucapkan Serta bahasa tubuh konseli. Ini bertujuan membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai dalam menjalin kedekatan dengan konseli selanjutnya konselor menanyakan permasalahan yang ada didalam rumah tangganya korban stres akibat perceraian. *“mengapa anda bercerai?”* ADW menceitakan dengan sangat terbuka dan berterus terang menjawab pertanyaan konselor *“rumah tangga saya menjadi tidak harmonis ini disebabkan karena tidak bisa menerima saya nenk khususnya dia sangat tidak menerima penghasilan yang saya dapat, istri saya tidak bisa menerima keadaan saya pada waktu itu saat saya sedang mengalami kebangkrutan dari tempat kerja saya juga karna istri saya takut saya tidak bisa menafkahnya lagi dan tidak bisa memenuhi kebutuhannya lagi. Dari permasalahan ini rumah tangga saya jadi berantakan nenk.”*

Mengapa anda bercerai? AI menjawab: *“ jadi kejadiannya saya bercerai dengan suami saya itu yah karna saya engga mau hidup serba kekurangan, yah*

namanya kebutuhan hidup kan harus terpenuhi apalagi kan sekarang semuanya serba mahal. Suami saya itu nenk yang mengalami kebangkrutan dari tempat kerjanya otomatis kalo bangkrut kan suami saya engga bisa kerja lagi dan engga punya pemasukan juga. Konselor mengungkapkan semua ungkapan yang diceritakan oleh konseli sehingga konseli merasa bahwa keadaannya dihargai dan diterima dengan baik. Setelah sesi pertama selesai dan konselor mendapat informasi yang cukup maka proses pertama diakhiri dan konselor menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

Evaluasi:

Pada tahap pertama ini masih banyak yang harus diperbaiki oleh konselor, dan proses konseling masih belum berjalan begitu lancar masih terasa kaku sehingga proses pendekatan antara konseli konselor masih kurang menjalin kedekatan sehingga konseli belum bisa mengungkapkan dan menceritakan permasalahan yang dialaminya dengan lebih jauh.

b. Tahap inti

Konseling tahap inti ini dilaksanakan pada hari selasa pada tanggal 08 januari 2019 pada jam 09.00-11.00 WIB. Tahap inti ini konselor mengidentifikasi permasalahan konseli. Pada tahap ini konselor dan

konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya agar konseli semangat kembali dalam menjalani kehidupannya serta bisa melihat bahwa dunia itu unik dengan cara mereka sendiri. Konseli menceritakan kembali permasalahannya kepada konselor. Konseli mengungkapkan:

ADW: “ saya tidak menyangka bahwa perceraian saya dengan istri terjadi, karna kita menikah atas dasar cinta dan kasih sayang dan tidak ada sama sekali paksaan dari masing-masing pihak orang tua (perjodohan). Masalah ini bermula saat saya mengalami kebangkrutan ditempat saya bekerja dan dari sini istri saya meminta untuk berpisah dan bercerai dari saya. Saya merasa sangat kecewa juga terhadap diri saya atas apa yang telah terjadi karna saya sudah gagal dalam membina sebuah rumah tangga.

AI: “jujur nenk saya memang sudah mengambil keputusan yang tidak tepat, dengan cara meminta cerai kepada suami saya, karna hawa nafsu saya yang selalu ingin terpenuhi kebutuhannya jadi saya engga berfikir panjang lagi untuk segera berpisah dengan suami.”

Konselor mendengarkan secara seksama dan yang dirasakan (Empati). Konseli: ADW “ *saya sekarang*

merasa gelisah, trauma dan ingin menutup diri untuk tidak memulai sebuah hubungan lagi dengan wanita lain neng karna takut dikecewakan lagi dan intinya sih belum siap lagi untuk mencari pasangan lagi disisi lain juga saya merasa kehilangan sebuah perhatian yang dulu selalu ada.

AI “sekarang saya sangat merasa bahwa perpisahan saya dengan suami saya ini sangat menyiksa diri saya sendiri nenk saya sangat merasa kehilangan semua nya kehilangan separuh hidup saya, saya kehilangan perhatian dari suami saya yang dulu selalu mengingatkan saya dalam hal sekecil apapun (responden AI mengeluarkan emosinya dengan menangis), dan sekarang saya sangat merasa gelisah, hilang rasa perhatian tidak mempunyai semangat.

Pada tahap inti ini ditutup dengan baik dan konseli dengan konselor membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan tahap ketiga

Evaluasi:

Proses konseling berjalan dengan baik dalam prosesnya, konseli sangat terbuka menceritakan semua permasalahannya dan keluh kesah yang dirasa dan mengungkapkannya kepada konselor.

c. Tahap III

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari selasa, 15 januari 2019 pada pukul 09.00-10.30 WIB. Proses konseling pada tahap III ini adalah untuk menyusun alternatif jalan pemasalahan yang dihadapi konseli. Dalam tahap ini konselor menanyakan “ *apa yang bisa dilakukan untuk menangani rasa stres setelah bercerai?*”

“ ADW menjawab pertanyaan konselor. “ *saat ini yang saya bisa lakukan adalah bangkit dari semua masalah dan harus lebih semangat dan bersabar dalam menjalani hidup ini dengan semangat dan segera ingin segera mencari pasangan hidup insyaallah yang lebih baik dari sebelumnya*”.

“ AI menjawab pernyataan konselor. “ *yang mengalami perceraian besar kemungkinan mengalami stres contohnya saya sendiri, untuk menangani stres agar terminimalisir saya mengajak diri saya sendiri untuk mencari hiburan yang bisa membuat diri saya merasa sedikit tenang. Kemudian saya selalu terbuka atas beban yang saya rasakan kepada teman saya, keluarga dan kerabat yah kaya shering gitu nenk itu yang saya bisa lakukan biar saya merasa lebih baik.*

Pada tahap ketiga ini konselor memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika klien

berhasil membuka informasi-informasi personal. Kemudian konselor memberikan gambaran positif dan negatif terhadap kondisi psikologi pada korban stres akibat perceraian. Hal ini bertujuan agar konseli bisa mengambil keputusan tanpa ada campur tangan konselor. Dan terus memberikan motivasi dengan sugesti-sugesti yang baik untuk kehidupannya dalam menyelesaikan permasalahannya.

Evaluasi:

Konseli sudah bisa menemukan caranya sendiri dalam mengambil keputusan tentang permasalahannya dan mampu memahami tentang dirinya sendiri.

d. Tahap IV

Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari rabu, 16 januari 2019 pada puku 09.00-10.00 WIB. Tahap keempat ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendlikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin.

Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjalan dengan baik.

2. Responden EH

Responden EH melakukan proses konseling selama satu bulan dalam empat kali pertemuan. Setiap pertemuan menghabiskan waktu 1-2 jam. Ada 4 tahap didalam proses *konseling client centered counseling* diantaranya adalah:

a. Tahap pengenalan

Dilaksanakan pada hari minggu, 13 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB. Sebelum sesi konseling dimulai, konselor menanyakan kabar dan keadaan saat itu kepada konseli dengan menunjukkan sikap (*attending*) dengan penuh perhatian kepada konseli serta memperhatikan setiap perkataan yang terlontar dari mulut konseli, intonasi bicarannya dan juga bahasa tubuh konseli. Ini bertujuan untuk membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai dalam menjalin kedekatan dengan konseli. Selanjutnya konselor menanyakan permasalahan yang ada didalam rumah tangganya.

“*mengapa anda bercerai?*” dengan mimik muka yang masih terlihat tegang dicampur dengan perasaan yang

malu EH menceritakan tentang permasalahannya kepada konselor.

“ saya sangat merasa sedih teh atas musibah yang menimpa rumah tangga saya sampai saya dengan suami bercerai. Saya sangat sayang dengan suami saya tapi disisi lain saya juga malu karna prilakunya yang suka berfoya-foya dan suka bermain judi. ”

“mengapa anda bercerai?” dengan mimik muka yang masih terlihat tegang dicampur dengan perasaan yang malu RU menceritakan tentang permasalahannya kepada konselor.

“ istri saya yang tidak suka sama kelakuan saya pada saat kami masih menjadi pasangan suami istri nong, karna prilaku saya yang menyimpang pada saat itu. ”

Setelah sesi konseling ini cukup untuk mendapatkan informasi, konselor menentukan jadwal untuk pertemuan selanjutnya dengan konseli.

Evaluasi:

Pada tahap pertama ini masih banyak yang harus diperbaiki oleh konselor, dan proses konseling masih belum berjalan begitu lancar masih terasa kaku sehingga konseli dengan konselor masih kurang menjalin hubungan dan kedekatan dengan konseli. sehingga konseli belum bisa mengungkapkan dan

menceritakan permasalahan yang dialaminya dengan lebih jauh.

b. Tahap inti

Konseling tahap inti ini dilaksanakan pada hari senin tanggal 14 januari 2019 pada jam 09.00-11.00 WIB. Tahap inti ini konselor mengidentifikasi permasalahan konseli. Pada tahap ini konselor dan konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya agar konseli bersemangat kembali dalam menjalani kehidupannya serta bisa melihat bahwa dunia itu unik dengan cara mereka sendiri. Konseli menceritakan kembali permasalahanya kepada konselor. Konseli mengungkapkan:

EH : “ *perceraian saya terjadi karna saya merasa tidak suka dengan prilaku suami saya, saya malu dengan perilaku suami saya yang sering bermain judi dan senang berfoya-foya menghambur-hamburkan uang engga jelas. Para tetangga pada ngomongin saya yang tidak enak pokonya saya dan keluarga saya dipandang jelek karna suami saya, saya bercerai juga atas dorongan yang kuat dari lingkungan saya jadi stres juga jadi saya memutuskan untuk bercerai ndengan suami saya Dan sekarang saya masih merasa mengung malu teh, walaupun kejadiannya sudah lama*

tejadi tapi kan orang lain kalo udah mikirnya jelek pasti kesananya pikiran itu jelek teus belum lagi saya yang menyandang status janda dan para tetangga kampung yang suka gosip dan membicarakan kejelakan-kejelekan saya (dengan mata yang berkaca-kaca), belum lagi kondisi perekonomian saya saat ini yang memburuk karna tidak ada yang memberi nafkah pada saya dan anak-anak. dan demi untuk bertahan hidup dan menghidupi anak saya sekarang bekerja teh yah walaupun gajihnya kecil hanya cukup untuk jajan dan makan sehari-hari saja. Belum lagi anak saya yang tersorot nakal dimasyarakat itu semua membuat saya sangat stres teh dan merasa gelisah engga karuan.”

RU: “ iya jadi istri saya yang minta untuk berpisah sama saya nong, yang saya tau istri saya itu malu punya suami kaya saya ini yang sering banget main judi sama hambur-hamburin penghasilan yang saya dapat bersama teman-teman saya. Itu waktu dulu loh yah nong saya kaya gitu... tapi sekarang mah saya udah engga suka main judi lagi kapok saya, saya nyesel banget sama perbuatan saya sendiri, hidup saya jadi berantakan gini semenjak saya suka main judi dan bercerai dengan istri saya”.

Konselor mendengarkan secara seksama dan yang dirasakan (Empati). Konseli:

EH: “ saya sangat merasa stres gelisah engga karuan teh, memikirkan semua masalah yang menimpa hidup saya belum lagi saya memikirkan anak saya yang tersorot nakal dimasyarakat.

RU: “ saya merasa stres, gelisah setelah perceraian saya dengan istri saya, jadi pikiran saya itu jelek sama diri saya sendiri dan masyarakat sekitar saya merasa engga berguna lagi nong udah engga ada yang peduli sama saya lagi”

Pada tahap inti ini ditutup dengan baik dan konseli dengan konselor membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan tahap ketiga

Evaluasi:

Proses konseling berjalan dengan baik dalam prosesnya, konseli sangat terbuka menceritakan semua permasalahannya dan keluh kesah yang dirasakan dan mengungkapkannya kepada konselor.

c. Tahap III

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari minggu, 20 januari 2019 pada pukul 09.00-10.30 WIB. Proses konseling pada tahap III ini adalah untuk menyusun alternatif jalan permasalahan yang

dihadapi konseli. Dalam tahap ini konselor menanyakan:

“ kira-kira apa yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa stres dan gelisah yang dialami? ”

” EH menjawab: “ seharusnya saya tidak usah terlalu diambil hati dengan gunjingan dan omongan-omongan masyarakat tentang diri saya dan anak saya karna jika terlalu difikirkan akan membuat saya semakin stres dan lebih gelisah lagi, sebaiknya saya harus lebih extra lagi dalam memberikan didikan untuk anak saya agar prilakunya baik dimata masyarakat dan saya juga mungkin harus lebih bisa membebaskan fikiran saya”

RU menjawab: “ saya mau fokus sama diri saya sendiri untuk menjadi orang yang lebih baik lagi, yah walaupun orang itu mikirnya kalo udah jelek pasti bakalan jelek buat seterusnya, yang penting saya udah ada kemauan dan usaha untuk berubah”.

Pada tahap ketiga ini konselor memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika klien berhasil membuka informasi-informasi personal. Kemudian konselor memberikan gambaran positif dan negatif terhadap kondisi psikologi pada korban perceraian. Hal ini bertujuan agar konseli bisa mengambil keputusan tanpa ada campur tangan konselor. Dan terus memberikan motifasi dengan

sugesti-sugesti yang baik untuk kehidupannya dalam menyelesaikan permasalahannya.

Evaluasi:

Konseli sudah bisa menemukan caranya sendiri dalam mengambil keputusan tentang permasalahannya dan mampu memahami tentang dirinya sendiri.

d. Tahap IV

Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari rabu, 16 januari 2019 pada puku 09.00-10.00 WIB. Tahap kelima ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendlikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin. Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjala dengan baik.

3. Responden RZ

Responden RZ melakukan proses konseling selama satu bulan dalam empat kali pertemuan. Setiap pertemuan menghabiskan waktu 1-2 jam. Ada 4 tahap didalam proses *konseling client centered counseling* diantaranya adalah:

a. Tahap pengenalan

Dilaksanakan pada hari juma'at, tanggal 18 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB. Sebelum sesi konseling dimulai, konselor menanyakan kabar dan keadaan saat itu kepada konseli dengan menunjukkan sikap (*attending*) dengan penuh perhatian kepada konseli serta memperhatikan setiap perkataan yang terlontar dari mulut konseli, intonasi berbicaranya dan juga bahasa tubuh konseli. Ini bertujuan untuk membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai dalam menjalin kedekatan dengan konseli. Selanjutnya konselor menanyakan permasalahan yang ada didalam rumah tangganya.

RZ: “ *saya bekreja sebagai buruh di sebuah pabrik dengan penghasilan yang minim, terus saya tinggal bersama istri diumah mertua saya setiap ada permasalahan dalam rumah tangga pasti orang tua istri saya ikut campur teh apalagi kalo tau saya sama sekali engga megang uang dan uang gajihan masih*

lama turunya karna saya tidak mempunyai pekerjaan sampingan jadi penghasilan saya yah cuma dari gajihan di pabrik aja teh.”

RA: “ iyah teh fara, perceraian saya ini terjadi karna adanya campur tangan dari orang tua saya sendiri. Dari segi permasalahan perekonomian rumah tangga saya, kerjaan mantan suami saya waktu itu ibu saya selalu berkomentar inilah itu lah jadi lama kelmaan mantan suami saya merasa tidak nyaman dengan orang tua saya terus pergi dai rumah ngomongnya sih suami saya itu mau kerja di jakarta untuk mengadu nasib disana siapa tau kan ada rizki gitu yah pergi ke jakarta dan engga pulang kerumah lagi selama berbulan-bulan.”

Setelah sesi konseling ini cukup untuk mendapatkan informasi, konselor menentukan jadwal untuk pertemuan selanjutya dengan konseli.

Evaluasi:

Pada tahap pertama ini masih banyak yang harus diperbaiki oleh konselor, dan proses konseling masih belum berjalan begitu lancar masih terasa kaku sehingga konseli dengan konselor masih kurang menjalin hubungan dan kedekatan dengan konseli. sehingga konseli belum bisa mengungkapkan dan

menceritakan permasalahan yang dialaminya dengan lebih jauh.

b. Tahap inti

Konseling tahap inti ini dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 19 januari 2019. tahap inti ini konselor mengidentifikasi permasalahan ko Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari rabu, 16 januari 2019 pada puku 09.00-11.00 WIB. Tahap kelima ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendlikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin. Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjala dengan baik.

Pada tahap ini konselor dan konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya agar konseli bersemangat kembali dalam menjalani kehidupannya serta bisa melihat bahwa dunia itu unik dengan cara mereka

sendiri. Konseli menceritakan kembali permasalahannya kepada konselor. Konseli mengungkapkan:

RZ: “ *selama saya tinggal bersama mertua saya selalu merasa rendah dimata mertua saya teh karena mungkungkin penghasilan yang saya dapatkan kecil mertua saya juga selalu membanding-bandingkan saya dengan menantunya yang lain yang lebih besar penghasilanya dari saya. Kemudian saya resmi bercerai dengan istri saya dan peceraian ini atas kehendak orang tua istri saya. Istri saya didorong untuk berpisah dan bercerai dengan saya oleh ibunya.*”

RA:” *iyah memang selama saya dan suami saya waktu itu masih tinggal bareng sama orang tua saya teh fara karna waktu itu kami belum ada biyaya untuk hidup misah jadi untuk sementara saya sama suami tinggal dirumah orang tua saya, semenjak ada masalah dalam rumah tangga saya orang tua saya yang ikut campur sama masalah yang ada didalam rumah tangga saya apalagi masalah ekonomi saya, terus orang tua saya juga memandang sebelah mata suami saya karna penghasilannya yang tidak telalu besar “*

Konselor mendengarkan secara seksama dan yang dirasakan (Empati). Konseli:

RZ: “ *saya sangat ngerasa sangat gelisah dan ngerasa sangat kehilangan semuanya teh, hampa yang biasanya ada yang buat di ajak bercanda, ngobrol tuker pikiran ini mah engga ada lagi kebiasaan begitu, anak saya juga ada sama mantan istri saya jadi nambah aja sepi dan ngerasa sendiri.* ”

RA:” *perasaan nya pasti sangat sedih, terpukul dan gelisah dan ngerasa sendiri saya dan juga saya sekarang lebih menutup diri, karna saya juga ngerasa malu sebagai seorang janda”* ”

Pada tahap inti ini ditutup dengan baik dan konseli dengan konselor membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan tahap ketiga.

Evaluasi:

Proses konseling berjalan dengan baik dalam prosesnya, konseli sangat terbuka menceritakan semua permasalahannya dan keluh kesah yang dirasakan dan mengungkapkannya kepada konselor.

c. Tahap III

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari jum'at, tanggal 25 januari 2019 pada pukul 09.00-10.30 WIB. Proses konseling pada tahap III ini adalah untuk menyusun alternatif jalan permasalahan yang dihadapi konseli. Dalam tahap ini konselor

menanyakan: “ kira-kira apa yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa stres?

” RZ menjawab: “ saya tidak boleh lama-lama seperti ini terus menerus terpuruk dalam kondisi yang seperti ini. Saya juga ingin mempunyai kehidupan yang lebih baik lagi dari ini saya harus bangkit. dan keluarga saya juga sangat peduli dan prihatian terhadap kondisi saya yang seperti ini jadi bagi saya perhatian dari keluarga saja sudah lebih dari cukup untuk membuat saya lebih bersemangat dan saran-sara yang tete kasih untuk saya.”

RA menjawab: “ saya punya anak laki-laki, masa depan nya masih sangat panjang dan sangat butuh perhatian dari saya, jadi saya engga mau terlalu banyak ngambil resiko biar semua berlalu dengan seiring berjalan nya waktu saya harus optimis dan harus lebih bersemangat lagi menjalani hidup ini tanpa adanya sosok seorang suami demi anak saya.”

Pada tahap ketiga ini konselor memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika klien berhasil membuka informasi-informasi personal. Kemudian konselor memberikan gambaran positif dan negatif terhadap kondisi psikologi pada korban perceraian. Hal ini bertujuan agar konseli bisa mengambil keputusan tanpa ada campur tangan

konselor. Dan terus memberikan motivasi dengan sugesti-sugesti yang baik untuk kehidupannya dalam menyelesaikan permasalahannya.

Evaluasi:

Konseli sudah bisa menemukan caranya sendiri dalam mengambil keputusan tentang permasalahannya dan mampu memahami tentang dirinya sendiri.

d. Tahap IV

Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari sabtu, 26 januari 2019 pada puku 09.00-10.00 WIB. Tahap keempat ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin. Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjalan dengan baik.

4. Responden MH

Responden MH melakukan proses konseling selama 1 bulan dalam empat kali pertemuan setiap pertemuan menghabiskan waktu 1-2 jam. Ada 4 tahap dalam proses konseling *client centered counseling* diantaranya adalah:

a. Tahap Perkenalan

Dilaksanakan pada hari rabu , 23 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB. Sebelum sesi konseling dilaksanakan, konselor menanyakan bagaimana kabar dan keadaan konseli dengan menunjukkan sikap (*attending*) penuh dengan perhatian kepada konseli serta memperhatikan perkataan konseli yang bersifat sensitif terhadap intonasi kalimat yang diucapkan Serta bahasa tubuh konseli. Ini bertujuan membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai dalam menjalin kedekatan dengan konseli selanjutnya konselor menanyakan permasalahan yang ada didalam rumah tangganya korban perceraian. “ *apa yang membuat keluarga MH tidak harmonis?*” MH menceitakan dengan sangat terbuka dan berterus terang menjawab pertanyaan konselor

“saya ini hanya seorang yang bekerja serabutan teh dengan peghasila yang sangat minim teteh sendiri juga tau kali yah penghasilan orang yang kerjanya serabutan. Keberadaan saya didalam keluarga istri

seperti tidak diterima dengan baik karena dengan kondisi penghasilan yang saya dapatkan itu minim istri saya juga marah-marah terus sama saya karna perekonomian yang gini-gini aja ”. Konselor mengungkapkan semua ungkapan yang diceritakan oleh konseli sehingga konseli merasa bahwa keadaannya dihargai dan diterima dengan baik. Setelah sesi pertama selesai dan konselor mendapat informasi yang cukup maka proses pertama diakhiri dan konselor menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

LS: “ saya dan suami saya bercerai kana ini pengen nya saya buat pisah sama suami saya, yah terpaksa karna saya udah engga tahan hidup begini-begini aja engga ada perubahanya”

Evaluasi:

Pada tahap pertama ini masih banyak yang harus diperbaiki oleh konselor, dan proses konseling masih belum berjalan begitu lancar masih terasa kaku sehingga proses pendekatan antara konseli konselor masih kurang menjalin kedekatan sehingga konseli belum bisa mengungkapkan dan menceritakan permasalahan yang dialaminya dengan lebih jauh.

b. Tahap inti

Konseling tahap inti ini dilaksanakan pada hari Kamis pada tanggal 24 Januari 2019 pada jam 09.00-11.00 WIB. Tahap inti ini konselor mengidentifikasi permasalahan konseli. Pada tahap ini konselor dan konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya agar konseli semangat kembali dalam menjalani kehidupannya serta bisa melihat bahwa dunia itu unik dengan cara mereka sendiri. Konseli menceritakan kembali permasalahannya kepada konselor. Konseli mengungkapkan:

MH: “ *saya setelah menikah dengan istri tinggal bersama orang tua istri sampai kami dikaruniai satu anak perempuan. setelah 5 tahun tinggal dirumah mertua saya memutuskan untuk hidup misah dengan menempati rumah kontrakan yang kecil dan harganya murah. Setelah berjalan empat tahun saya, istri dan anak saya tinggal dikontrakan setahun kemudian saya dan istri saya bercerai. Yah gitu nong istri saya marah-marah terus hampir setiap hari ngomel terus jadi engga ada yang harus di pertahanin lagi ketika istri saya minta berpisah dengan saya, saya langsung mengiyahkan saking udah engga tahannya saya sama istri saya”.*

LS: “ semenjak saya dan suami saya pindah dari ke kontrakan saya ribut terus sama suami saya dan itu hampir setiap hari terjadi, engga jauh sih masalahnya kenapa saya ribut aja sama suami saya masalah nya karna faktor ekonomi yang seperti itu dan engga ada perubahan jadi saya minta pisah dan cerai sama suami saya”.

Konselor mendengarkan secara seksama dan yang dirasakan (Empati). Konseli: “ saya gelisah engga karuan gitu nong ngerasa sepi sendiri gimana yah hampa dan saya juga merasa bahwa hidup saya yang sekarang tiada artinya lagi”.

LS: “ akibat saya yang terlalu keras kepala jadi imbasnya ya gini nong sama diri saya jadi saya ngerasa sangat gelisa engga karuan bukannya ringanin beban fikiran saya malah jadi beban fikiran buat saya.”

Pada tahap inti ini ditutup dengan baik dan konseli dengan konselor membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan tahap ketiga.

Evaluasi:

Proses konseling berjalan dengan baik dalam prosesnya, konseli sangat terbuka menceritakan semua permasalahannya dan keluh kesah yang dirasa dan mengungkapkannya kepada konselor.

c. Tahap III

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari rabu, tanggal 30 januari 2019 pada pukul 09.00-10.30 WIB. Proses konseling pada tahap III ini adalah untuk menyusun alternatif jalan permasalahan yang dihadapi konseli. Dalam tahap ini konselor menanyakan:

“ kira-kira apa yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa stres?” MH menjawab: *“ saya tidak boleh lama-lama seperti ini merasa terus seperti ini merasa sendiri dan saya juga sadar bahwa kehidupan saya juga masih panjang dan saya harus secepatnya mencari sosok pendampig hidup untuk masa tua saya nanti untuk itu saya sangat sadar bahwa perubahan untuk diri saya itu penting untuk kehidupan saya yang lebih baik lagi kedepannya. ”*

LS: *“ saya butuh nasihat-nasihat yang mengajak diri saya ini untuk berbuat baik seperti siraman-siraman rohani agar hidup saya jauh lebih baik lagi”*.

Pada tahap ketiga ini konselor memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika klien berhasil membuka informasi-informasi personal. Kemudian konselor memberikan gambaran positif dan negatif terhadap kondisi psikologi pada korban perceraian. Hal ini bertujuan agar konseli bisa

mengambil keputusan tanpa ada campur tangan konselor. Dan terus memberikan motifasi dengan sugesti-sugesti yang baik untuk kehidupannya dalam menyelesaikan permasalahannya.

Evaluasi:

Konseli sudah bisa menemukan caranya sendiri dalam mengambil keputusan tentang permasalahannya dan mampu memahami tentang dirinya sendiri.

d. Tahap IV

Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari kamis, 31 januari 2019 pada puku 09.00-10.00 WIB. Tahap keempat ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendlikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin. Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjalan dengan baik.

5. Responden MA

Responden MA melakukan proses konseling selama 1 bulan dalam empat kali pertemuan setiap pertemuan menghabiskan waktu 1-2 jam. Ada 4 tahap dalam proses konseling *client centered counseling* diantaranya adalah:

a. Tahap Perkenalan

Dilaksanakan pada hari senin , 28 januari 2019 pukul 09.00-10.30 WIB. Sebelum sesi konseling dilaksanakan, konselor menanyakan bagaimana kabar dan keadaan konseli dengan menunjukkan sikap (*attending*) penuh dengan perhatian kepada konseli serta memperhatikan perkataan konseli yang bersifat sensitif terhadap intonasi kalimat yang diucapkan Serta bahasa tubuh konseli. Ini bertujuan membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai dalam menjalin kedekatan dengan konseli selanjutnya konselor menanyakan permasalahan yang ada didalam rumah tangganya korban perceraian. “ *apa yang membuat keluarga MA tidak harmonis?*” MA menceitakan dengan sangat terbuka dan berterus terang menjawab pertanyaan konselor “ *awal dari keretakan rumah tangga saya adalah karna faktor ekonomi sih teh, jadi ketika setelah menikah saya tinggal bersama orang tua istri kemudian saat tinggal*

dirumah mertua saya itu selalu menjadi bahan perbincangan oleh orang tua istri dan keluarganya sebabnya tidak jauh yaitu membicarakan penghasilan yang saya dapatkan karna saya tidak kuat dengan mertua yang selalu menyudutkan saya akhirnya, saya memutuskan untuk berpisah tempat tinggal dulu dan meninggalkan istri saya sementara dirumah orang tua istri saya dan saya pulang ke rumah orang tua saya ”.

RK: “ iyah teh hubungan saya awalnya baik-baik saja sebenarnya, tapi pada waktu itu saya di tinggal sama suami saya ke rumah orang tuanya ada kali sekitar 7 bulanan mah saya ditinggal sama suami saya ”

Konselor mengungkapkan semua ungkapan yang diceritakan oleh konseli sehingga konseli merasa bahwa keadaannya dihargai dan diterima dengan baik. Setelah sesi pertama selesai dan konselor mendapat informasi yang cukup maka proses pertama diakhiri dan konselor menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

Evaluasi:

Pada tahap pertama ini masih banyak yang harus diperbaiki oleh konselor, dan proses konseling masih belum berjalan begitu lancar masih terasa kaku sehingga proses pendekatan antara konseli konselor masih kurang menjalin kedekatan sehingga konseli

belum bisa mengungkapkan dan menceritakan permasalahan yang dialaminya dengan lebih jauh.

b. Tahap inti

Konseling tahap inti ini dilaksanakan pada hari selasa pada tanggal 29 januari 2019 pada jam 09.00-11.00 WIB. Tahap inti ini konselor mengidentifikasi permasalahan konseli. Pada tahap ini konselor dan konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya agar konseli semangat kembali dalam menjalani kehidupannya serta bisa melihat bahwa dunia itu unik dengan cara mereka sendiri. Konseli menceritakan kembali permasalahannya kepada konselor. Konseli mengungkapkan:

MA: “ *saya dan istri pada waktu itu berpisah sementara maksud saya berpisah sementara ini niatnya buat nenangindiri dulu dari celotehan nya mertua saya tapi mertua saya tidak bisa memahami saya juga, sebenarnya saya sama sekali engga ada maksud untuk meninggalkan tanggung jawab saya terhadap istri saya melainkan saya hanya ingin menenangkan diri dulu, pernikahan saya dengan istri saya juga tidak mendapatkan restu dari ibu istr saya karna saya sayang dan cinta yah saya nekad untuk menikahinya*

tapi ini malah menjadi masalah dalam rumah tangga saya dan akhirnya saya bercerai dengan istri saya.”

RK: “ jadi gini teh awalnya saya menikah sama suami saya itu tanpa ada restu dari orang tua saya, saya dan suami saya nekad untuk tetap menikah, orang tua saya itu tidak merestui saya untuk menikah dengan suami saya itu karna perbedaan status dari segi material teh keadaan ekonomi kita yang berbeda saya dari keluarga yang berada dan suami saya dari keluarga yang kurang berada, akhirnya ibu saya yang selalu ngomel-ngomel sama saya dan suami saya gimana sih rang tua kalo ngomel teh omongan nya kadang ada yang engga enak di denger jadi suami saya tersingung dan pergi begitu aja ninggalin saya.”

Konselor mendengarkan secara seksama dan yang dirasakan (Empati). Konseli:

MA “ saya sekarang cenderung merasa sangat stres sekali gelisah juga yang saya rasakan . ”

RK: “ dengan keadaan seperti ini saya merasa tertekan dan saya khawatir kedepannya kehidupan saya akan lebih buruk lagi diri ini.”

Pada tahap inti ini ditutup dengan baik dan konseli dengan konselor membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan tahap ketiga

Evaluasi:

Proses konseling berjalan dengan baik dalam prosesnya, konseli sangat terbuka menceritakan semua permasalahannya dan keluh kesah yang dirasa dan mengungkapkannya kepada konselor.

c. Tahap III

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari jum'at, tanggal 01 februari 2019 pada pukul 09.00-10.30 WIB. Proses konseling pada tahap III ini adalah untuk menyusun alternatif jalan permasalahan yang dihadapi konseli. Dalam tahap ini konselor menanyakan: “ *kira-kira apa yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa stres?* ”

” MH menjawab: “ *saya tidak boleh lama-lama seperti ini merasa terus seperti ini stres yang berkepanjangan dan mempunyai pikiran yang negatif saya harus lebih baik dan bangkit dalam keterpuukan ini krna hl yang seperti ini sangat tidak bagus juga untuk kesehatan saya jadi, saya harus selalu berfikir positif dan selalu optimis.* ”

RK menjawab: *untuk saat ini jalan terbaik yang bisa saya lakukan adalah harus banyak bersabar, karna menurut saya ini semua sudah takdir sang maha pencipta gusti Allah dan juga berserah diri kepada Allah.*”

Pada tahap ketiga ini konselor memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika klien berhasil membuka informasi-informasi personal. Kemudian konselor memberikan gambaran positif dan negatif terhadap kondisi psikologi pada korban perceraian. Hal ini bertujuan agar konseli bisa mengambil keputusan tanpa ada campur tangan konselor. Dan terus memberikan motifasi dengan sugesti-sugesti yang baik untuk kehidupannya dalam menyelesaikan permasalahannya.

Evaluasi:

Konseli sudah bisa menemukan caranya sendiri dalam mengambil keputusan tentang permasalahannya dan mampu memahami tentang dirinya sendiri.

d. Tahap IV

Konseling tahap keempat ini dilaksanakan pada hari sabtu, 02 februari 2019 pada puku 09.00-10.00 WIB. Tahap keempat ini yaitu tahap evaluasi ini adalah hasil dalam proses konseling menjadikan konseli lebih bisa berfikir secara positif tentang dirinya sendiri dan menilai orang lain. serta klien mampu mengaktualisasikan dirinya dan mampu mengendlikan dirinya. kepada hal-hal yang lebih positif dan konselor memberikan saran agar konseli mengisi waktu luangnya dengan hal-hal yang lebih bermanfaat . Dan

konselor memberikan pujian pada konseli karena ia mampu mengatasi masalahnya dengan yakin. Kemudian proses konseling diakhiri dengan berdoa agar apa yang diharapkan bisa terwujud dan berjalan dengan baik.

B. Hasil Analisis Client Centered Counseling

No	Nama Pasutri	Sebelum Penanganan	Setelah Penanganan
1	ADW dan AI	ADW mengalami stres tingkat 4 merasa sedih dan gelisah dan merasa kehilangan perhatian dari sosok seorang istri setelah perceraianya dengan AI, dan takut untuk menjalin hubungan yang baru dengan wanita lain	ADW mengalami perubahan tingkat stres dari tingkat stres 4 menjadi tingkat stres 1. ADW lebih bisa mempengaruhi dirinya sendiri dengan berfikir positif dan bersemangat lagi untuk mencoba membangun hubungan yang baru dengan wanita lain AI mengalami perubahan stres dari tingkat stres 4 menjadi tingkat stres 1, lebih bisa mengontrol

		<p>karena khawatir akan gagal lagi dalam menjalin suatu hubungan. AI mengalami stres tingkat 4, merasa sangat gelisah dengan keadaanya saat ini dan sangat merasa kehilangan perhatian dari sosok seorang suami karna saat awal menikah hubungan AI dan ADW sangat baik.</p>	<p>emosinya dengan melakukan hal-hal yang membuat dirinya merasa tenang dan senang seperti sharing dengan teman dan keluarga.</p>
2	EH dan RU	<p>EH dan MH mengalami tingkatan stres yang sama yaitu stres tingkat 4. Pasutri ini sama-</p>	<p>EH dan RU mengalami perubahan stres dari stres tingkat 4 menjadi tingkat 1. Sekarang EH bisa mengatasi kegelisahannya dengan</p>

		<p>sama merasakan gelisah setelah terjadi perceraian antara mereka berdua. Karena walaupun sudah bercerai EH masih merasa menanggung malu. timbulnya pikiran yang negatif pada diri RU, dia merasa bahwa dirinya tidak berguna lagi bagi masyarakat dan orang lain.</p>	<p>cara lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, agar dia merasa lebih tenang. Sedangkan RU saat ini berusaha untu memperbaiki sikap dan meninggalkan kebiasaan buruknya dengan secara perlahan. Dan bisa mengakui jika dirinya memang salah.</p>
3	RZ dan RA	<p>RZ mengalami stres tingkat 2 dan RA mengalami stres tingkat 4. RA dan RZ selalu merasa gelisah</p>	<p>RZ mengalami peubahan yang cukup baik menjadi stres tinkat 0, setelah dilakukan konseling RZ merasa lebih baik. sekarang lebih bersemangat untuk dapat</p>

		<p>dan merasa sangat stres dengan kondisi yang ia alami, karena akibat perceraian yang terjadi didalam kehidupan mereka, mereka Merasa tidak percaya diri untuk menghadapi masalah yang saat ini sedang dialami</p>	<p>hidup lebih baik lagi. Dengan selalu merasa rendah hati kepada orang lain dan menerima bagaimanapun cobaan yang telah dia alami. RA mengalami perubahan menjadi stres tingkat 1. saat ini merasa lebih baik dari sebelumnya karena dia sudah bisa menerima semua keadaan yang telah terjadi, dan dia mampu berfikir positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain.</p>
4	MH dan LS	<p>MH mengalami stres tingkat 1 dan LS mengalami stres tingkat 3 .keduanya merasa stres, sangat gelisah</p>	<p>MH dan LS mengalami perubahan menjadi stres tingkat 0 sudah lebih baik dan .Kini MH mampu lebih bisa mensyukuri hidup dengan keadaan yang dialaminya saat ini. Dan LS kini suda</p>

		<p>yang di timbulkan akibat perceraian. Kemudian MH merasa tidak percaya diri karena di anggap bahwa dirinya orang yang tidak mampu yang tidak bisa merubah nasib rumah tangga nya pada saat itu.</p>	<p>menyadari kekurangan yang ada didalam dirinya, serta dapat mengendalikan emosi yang ada di dalam dirinya.</p>
5	MA dan RK	<p>MA mengalami tingkat stres 4 dan RK mengalami tingkat stres 3. merasa bahwa dirinya sangat rendah dimata orang lain, sehingga timbulah pikiran-</p>	<p>MA mengalami perubahan stres tingkat 1 dan RK mengalami perubahan stres tingkat 1. lebih bisa berfikir secara positif serta bangkit dari keadaan yang membuatnya terpuruk dengan usaha-usaha yang tidak merugikan dirinya sendiri.</p>

	<p>fikiran negatif di dalam dirinya. RK juga merasa dirinya tidak berdaya karna tidak mampu untuk mewujudkan kehidupan rumah tangga yang ideal, akhirnya timbulah fikiran negatif terhadap dirinya sendiri bahwa dia tidak bisa mewujudkan kebahagiaan untuk kehidupanya.</p>	<p>Dan RK saat sudah mulai berinteraksi dengan keluarga dan masyarakat sekitar. Ia mampu membebaskan fikiranya kepada hal yang lebih positif.</p>
--	---	---

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disajikan dalam bab-bab sebelumnya yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi mengenai *Client Centered Counseling Dalam Menangani stres akibat perceraian* dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perceraian yang terjadi pada kelima responden pasutri mengalami dampak tersendiri yaitu stres akibat perceraian seperti: timbul fikiran negatif, cenderung merasa sendiri, kehilangan perhatian, gelisah dan cenderung menutup diri untuk memulai hubungan baru.
2. Adapun tahapan yang dilakukan dalam pendekatan *client centered counseling* adalah: a). Tahapa 1 (satu), yaitu tahap perkenalan dengan melakukan wawancara data umum responden, latar belakang responden dan assesmen. b). Tahap 2 (dua), yaitu tahap inti dengan melakukan wawancara secara mendalam dan untuk menanyakan persepsi atas masalah yang dihadapi responden. c). Tahap 3 (tiga) yaitu penerapan pendektan *client centered counseling* yakni memberikan suport dan dorongan kepada responden bahwa responden bisa mengatasi masalah yang dihadapinya secara mandiri. Tahap 4 (empat) evaluasi, yakni dalam tahap empat ini konselor

melihat dan menilai perubahan positif yang di rasakan atau yang di alami oleh responden.

3. Setelah melakukan penerapan *client centered counseling*, responden banyak menyadari kesalahan yang tidak pantas untuk dilakukannya kemudian responden memilih untuk lebih mendekati diri kepada sang khalik, dapat befikir secara positif, membuka diri dengan orang lain, dan menghargai dan menerima apa yang sudah terjadi dan mensyukuri apa yang didapat khususnya untuk diri sendiri serta mampu untuk mengendalikan diri, selama proses konseling mereka sangat terbantu untuk bagaimana menaggulangi stres yang di alami dan menemukan jalan keluar yang pantas bagi diri mereka sendiri dan untuk kehidupan selanjutnya. Konseling menerapkan pada responden untuk selalu berfikir positif serta memberikan masukan dan saran agar fikiran serta wawasan responden terbuka luas sehingga berpeluang untuk dapat menyimpan harapan yang sangat besar didalam dirinya agar bisa bangkit dari keterpurukan.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang penulis laksanakan di Kp.Baru Kel. Panancangan Kec. Cipocok Jaya Kota Serang Banten tentang *client centered counseling dalam menangani stres akibat perceraian pada pasutri* yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Responden pasutri

Diharapkan para responden untuk selalu sabar dalam menghadapi cobaan yang menimpanya karna sesungguhnya Allah tidak akan memberikan cobaan diluar batas kemampuan hambanya. Kemudian harus menjalani kehidupan sebagaimana mestinya dan jangan selalu merasa terpuruk atau merasa rendah karna orang lain yang terus mengunjing dan mencela diri kita. Semoga dengan adanya konseling yang telah diberikan konselor sedikitnya membenatu dan meringankan masalah yang selama ini dihadapi konseli dalam problema yang begitu membuat pikiran serta emosionalnya menjadi tidak teratur. Sehingga konseli lebih bisa menjaga dan mengatur emosi yang terjadi didalam dirinya maupun didalam lingkungan sekitar.

2. Bagi peneliti

Bagi peneliti perlu menjadikan penelitian ini sebagai sebuah pelajaran hidup yang berharga untuk kedepannya dalam menjalankan kehidupan rumah tangga kelak. Kemudian untuk peneliti selanjutya perlu memperhatikan tentang pengembangan dan pengenalan *Client Centered Counseling* agar klien mampu mengatasi semua problem yang terjadi secara mandiri dan menyelesaikannya dengan cara yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Eman & Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya
- Arief, Adrianus & Sutopo Ariesto. 2010. *Terampil Mengolah Data Kualitatif Dengan NVIVO*. Jakarta: Kencana
- Corey, Generaldy. 2013. *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa
- Fadilah, Nur. 2012. *Metode Anti Perselingkuhan Dan Perceraian*. Yogyakarta: Genium Publisher
- Hawari. 1997. *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Bakti Dan Prima Yasa
- Herdiansyah, Haris. 2015. *Wawancara, Obserfasi Dan Fokus Group*. Jakarta: PT. Raja Grafindo persada
- Komalasari, Gantina Dkk. 2011. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks
- Latipun. 2015. *Psikologi konseling*. Malang: UMM
- Lumonga, Namora Lubis. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Prenanda Media Group
- Mamang, Etta Sangadji. 2010. *Metodologi Penelitian-Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*. Yogyakarta: CV. Andi Offisc
- Munawwir. 1999. *Konsep Al-Munawir Arab-Indonesia Terlengkap*. Yogyakarta: Pustaka Progresif
- Pratowo, Andi Kharlie. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media
- Ridwan. 2012. *Penelitian Tindakan Bimbingan Dan Konseling*. Bandung: Alfabeta

- Sarafino. 1998. *Health Psychology*. United State Of American: Biopsychosocial Intarction
- Tholabi, Ahmad Kharlie. 2013. *Hukum Keluarga Indonesia*. Yogyakarta: Sinar Grafika
- Tijitrosudibio, Subekti. 2011. *Kitab Hukum-hukum Perdata*. Jakarta: Pradnya Paramita
- Umam, Khaerul. 2010. *Prilaku Organisasi*. Bandung: Setia
- Walgito, Bimo. 2010. *Bimbingan & Konseling Studi Dan Karir*. Yogyakarta: Andi
- Willis, Sofyan. 2015. *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta
- Wijono, Sutarto. 2015, *psikologi Industri Dan Organisasi*. Jakarta: Prenada Media Group
- Wiramiharja, Sutardjo. 2015. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Yunus, Muhammad. 1993. *Tafsir Qur'an Karim*. Jakarta: P.T Hidayakarya Agung

Skripsi

- Lia Azmiya Al-ridlo, “Client Centered Counseling Dalam Mengatasi Problem Prilaku Anak Yang Diasuh Dengan Pola Otoriter Orangtua” studi kasus di SMP Islam Al-Azhar11 Seang (Skripsi IAIN Maulana Hasanuddin Banten, 2016).
- Susi Erlina Maya Novita, “*Konseling Keluarga Dalam Mengatasi Problem Perceraian*” Studi Kasus di Biro Konsultasi dan Konsultasi keluarga Sakinah Al-Falah Surabaya (skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015).
- Susy Nur Cahyati, “*Dampak Campurtangan Orang Tua Terhadap Rumah Tangga Anak*” Studi Kasus Tentang Pasangan Suami Istri yang Mengalami Ketidak Harmonisqan Dalam Kehidupan

Rumah Tangga di Desa Penerusan kulon Kecamatan Susukan
Kabupaten Banjarnegara (Skripsi IAIN Purwokerto, 2017).

Wawancara

Wawancara dengan responden pasutri ADW dan AI pada tanggal 7
januari 2018. 09.00 – 10.30

Wawancara dengan responden ADW pada tanggal 8 januari 2018.
09.00-
11.00

Wawancara dengan responden AI pada tanggal 7 januari 2018. 14.00-
15.00

Wawancara dengan responden pasutri EH dan RU pada tanggal 13
januari 2019. 09.00- 11.00

Wawancara dengan responden EH dan RU pada tanggal 14 januari
2019. 09.00-10.30

Wawancara dengan responden pautri RZ dan RA pada tanggal 18
januari 2019. 09.00- 11.00

Wawancara dengan responden RZ dan RA pada tanggal 19 januari
2019. 09.00-11.00

Wawancara dengan responden RA pada tanggal 18 januari 2019
pukul 14.00 - 13.00 WIB

Wawancara dengan responden pasutri MH dan LS pada tanggal 23
januari 2019. 09.00- 10. 30

Wawancara dengan responden pasutri MH dan LS pada tanggal 24
januari 2019. 09.00- 11.00

Wawancara dengan responden LS pada tanggal 23 januari 2019.
14.00-15.00

Wawancara dengan responden pasutri MA dan RK pada tanggal 28
januari 2019. 09.00-10.30

Wawancara dengan pasutri MA dan RK pada tanggal 29 januari 2019.
09.00-11.00

Wawancara dengan responden RK pada tanggal 29 januari 2019.
09.00-11.00