

**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI
KECEMASAN PADA ANAK TERLANTAR DI PANTI ASUHAN
DARUL HADLANAH KOTA SALATIGA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam



Disusun Oleh :
MUHAMMAD YANUAR FAIZ PRATAMA
NIM : 1601016007

**JURUSAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2023**

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Muhammad Yanuar Faiz Pratama
NIM : 1601016007
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Judul : Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 12 Juni 2023

Pembimbing,



Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd

NIP. 196909012005012001

PENGESAHAN SKRIPSI

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN ANAK TERLANTAR
DI PANTI ASUHAN DARUL HADLANAH KOTA SALATIGA**

Disusun oleh

Muhammad Yanuar Faiz Pratama

(1601016007)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Selasa, 20 Juni 2023 dinyatakan lulus

Memenuhi syarat guna memperoleh Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua,

Hj. Widayat Mintarsih M.Pd.

NIP. 196909012005012001

Sekretaris,

Ayu Faiza Alghafmy M.Pd.

NIP. 199107112019032018

Penguji I,

Dra. Maryatul Kibtiyah M.Pd.

NIP. 196801131994032001

Penguji II,

Ulin Nihayah, M. Pd.I

NIP. 198807022018012001

Mengetahui,

Rembimbing

Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd

NIP. 196909012005012001

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Prof. Dr. Ilyas Supena, M.Ag.

NIP. 197204102001121003

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Yanuar Faiz Pratama

NIM : 1601016007

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Menyatakan bahwa karya ilmiah ini adalah hasil kerja saya sendiri dan didalamnya tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, di Lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang saya peroleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya didalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 15 Juni 2023



M. Yanuar Faiz Pratama

NIM. 1601016007

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan. Shalawat dan salam tercurahkan kepada Baginda junjungan kita nabi Muhammad SAW, uswatun hasanah bagi umat, keluarganya, para sahabat, dan para pengikutnya, yang telah menuntun manusia ke jalan yang benar dan diridhai Allah SWT. Penulis menyadari tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag.
2. Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag.
3. Dr. Ema Hidayanti, M.Si. dan Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd. selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd. selaku pembimbing skripsi, yang telah sabar membimbing, mengarahkan, memberikan pemahaman arti sebuah proses belajar, serta memberikan motivasi yang tidak ada hentinya, khususnya dalam proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uinversitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan bekal ilmu kepada saya selama proses perkuliahan.
6. Terimakasih kepada orang tuaku tercinta Bapak Budi Komsidi Djuri dan Ibuku Zuniyar Luthfillah yang telah mendukung dan memotivasi selama proses perkuliahan ini.
7. Terimakasih juga kepada Sifa Nur Afifah selaku partner hati dalam mengerjakan skripsi ini.
8. Teman-teman Seperjuangan BPI A 16, teman- teman Remaja Masjid Nurul Falah dan seluruh teman-teman yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan akan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT, penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini

masih banyak kekurangan dan kesalahan serta jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan kemampuan penulis. Oleh sebab itu penulis mengarapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan skripsi ini kedepan. Hasil karya yang sederhana ini, semoga bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi siapa saja yang memerlukan Akhirnya hanya kepada Allah lah penulis harapkan segala keridhoanNya atas segala pengorbanan dan pengabdian penulis, serta ampunanNya atas segala kekurangan dan kesalaha

Semarang, 15 Juni 2023

Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke extending to the right.

M. Yanuar Faiz Pratama

NIM. 1601016007

PERSEMBAHAN

Karya ini aku persembahkan kepada:

1. Bapak saya Budi Komsidi dan Ibuku tercinta Zuniyar Luthfillah, yang telah memberikan motivasi, cinta kasih dan pengorbanannya yang dengan segenap kemampuannya untuk mendukung proses belajarku. Semoga Allah memberikan kebahagiaan untuk Bapak dan Ibu, dan mengabulkan doadoanya yang selalu tercurahkan untukku.
2. Almamaterku Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang dan para pembaca semoga bisa mengambil manfaat dari karya ini

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.”

(Qs Ali 'Imran, 139)

ABSTRAK

Muhammad Yanuar Faiz Pratama (1601016007) *Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga*

Manusia mempunyai penyebab kecemasannya masing-masing. Ada yang cemas saat akan ujian, akan tampil di depan kelas, ada yang cemas dengan lingkungan yang baru, adapula yang cemas akan apa yang belum dia hadapi. Cemas atau sering disebut *anxietas* yaitu perasaan khawatir, takut yang penyebabnya tidak pasti. Kecemasan adalah reaksi yang tepat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya. Cemas atau sering disebut *anxietas* yaitu perasaan khawatir, takut yang penyebabnya tidak pasti. Kecemasan adalah reaksi yang tepat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Data yang didapat adalah melalui observasi, wawancara, dokumentasi dan analisis data. Penulis meneliti dengan mengumpulkan data melalui observasi langsung ke lapangan, melalui wawancara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana cara mengatasi kecemasan melalui bimbingan konseling Islam

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan konseling Islam di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga khususnya dalam mengatasi kecemasan. Dari 4 sample menunjukkan bahwa adanya perubahan signifikan dimana 2 dari anak dengan kecemasan rendah sudah merasa tidak cemas. Kemudian 1 anak yang sebelum mengikuti bimbingan konseling Islam dalam menghadapi kecemasan mulai turun ke tingkat kecemasan rendah dari kecemasan sedang. Yang masih dirasakan hanya masih sulit berpikir jernih, dan susah berkonsentrasi. Dan terakhir anak dalam tingkat kecemasan tinggi juga mulai mengalami perubahan yang signifikan menjadi tingkat kecemasan rendah. Kecemasan yang dirasakan oleh anak panti dapat teratasi melalui bimbingan konseling ini, dengan melibatkan berbagai cara yang diajarkan oleh pengurus panti seperti mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas, berfikir positive, pengendalian diri, tidur.

Kata kunci: Bimbingan Konseling Islam, Kecemasan, Anak Terlantar

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Secara Teoritis.....	6
2. Secara Praktis.....	7
E. Tinjauan Pustaka.....	7
F. Metode Penelitian	10
1. Jenis Penelitian.....	10
2. Sumber dan Jenis Data.....	13
3. Teknik Validitas dan Reabilitas Data	16
4. Teknik Analisis Data	17
G. Sistematika Penulisan	18
BAB II KERANGKA TEORITIK	20
A. Pengertian Bimbingan Konseling Islam	20
1. Hakikat Bimbingan Konseling Islam.....	20
2. Posisi Bimbingan dan Konseling Islam dalam Dunia Konseling Pada Umumnya.....	22
3. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam	23
4. Metode – Metode Bimbingan Konseling.....	26
5. Fungsi dan Peran Bimbingan Konseling Islam.....	28

6. Unsur- Unsur Bimbingan dan Konseling Islam.....	29
7. Tahapan- Tahapan Bimbingan Konseling Islam	30
B. Kecemasan.....	31
1. Pengertian Kecemasan	31
2. Faktor Kecemasan.....	36
3. Ciri- Ciri Kecemasan	37
4. Gejala Kecemasan.....	38
5. Macam- Macam Kecemasan.....	38
C. Pengertian Anak Terlantar	40
1. Anak Terlantar.....	40
2. Ciri- Ciri Anak Terlantar	42
3. Penyebab Anak Terlantar	43
BAB III GAMBARAN UMUM PENELITIAN.....	45
A. Profil Tentang Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga	45
1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga	45
2. Adapun Visi dan Misi Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga	47
3. Struktur Organisasi	48
B. Gambaran Kondisi Kecemasan Awal Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga	48
C. Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga	53
D. Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dalam Menghadapi Kecemasan ..	54
1. Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan.....	55
2. Metode Bimbingan.....	56
3. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan.....	56
BAB IV ANALISIS DAN HASIL PENELITIAN.....	57
A. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Anak Terlantar	57
B. Analisis Hasil Dari Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan.....	58

C. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat	60
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	64
C. Penutup	64
DAFTAR PUSTAKA.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tingkat Kecemasan pada anak Panti Asuhan Darul Hadlanah	50
Tabel 2. Setelah Mengikuti Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara.....	69
Lampiran 2. Surat Ijin Riset.....	71
Lampiran 3. Dokumentasi.....	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan akhir-akhir ini lebih kepada mengkhawatirkan akan sesuatu hal yang belum tentu terjadi. Bahwa kecemasan yang terjadi sekarang ini lebih bergeser kepada bagaimana individu mengalami kehampaan hidup. Lebih lanjut dikatakan bahwa untuk mengatasi hal tersebut maka diperlukan cara untuk menemukan 'makna' hidup bagi seseorang. Penyebab utama kecemasan yang berbeda-beda itu menurut beberapa ahli Psikologi, dikarenakan adanya perbedaan sudut pandang dalam menganalisa apa yang melatar belakangi individu bisa mengalami kecemasan. Kecemasan dalam kacamata psikologi sosial, hal ini diakibatkan karena individu takut mengalami penolakan atau ketakutan akan tidak diterima oleh kelompok atau masyarakat.

Manusia mempunyai penyebab kecemasannya masing-masing. Ada yang cemas saat akan ujian, akan tampil di depan kelas, ada yang cemas dengan lingkungan yang baru, adapula yang cemas akan apa yang belum dia hadapi. Cemas atau sering disebut *anxietas* yaitu perasaan khawatir, takut yang penyebabnya tidak pasti. Kecemasan adalah reaksi yang tepat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya. Kecemasan itu sendiri adalah kondisi yang paling langka dilaporkan karena tidak dianggap penting. Beberapa studi menunjukkan bahwa kecemasan mungkin dialami oleh kalangan keluarga tertentu.

Orang percaya bahwa jumlah orang yang menderita karena kecemasan meningkat terlalu pesat akibat tekanan-tekanan dalam kehidupan modern.¹ Timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan dalam atau intern dari tubuh, ketegangan ini akibat suatu dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom. Misalnya, apabila seseorang

¹ Savitri Ramaiah, *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*, (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), Hlm. 4

menghadapi keadaan yang berbahaya dan menakutkan, maka jantungnya akan bergerak lebih cepat, nafasnya menjadi sesak, mulutnya menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat, reaksi semacam inilah yang kemudian menimbulkan reaksi kecemasan. Orang yang dilanda kecemasan bisa mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Orang yang cemas merasakan dirinya terkekang dan jauh dari perasaan bebas, sehingga untuk mendapatkan rasa bebas maka orang harus keluar dari kecemasan. Menurut May kebebasan dan kecemasan adalah dua sisi dari sekeping mata uang. Kesehatan jiwa dapat diamati dari individu yang tidak menilai diri sendiri, memiliki kesadaran atau respon, fokus, memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sosial, dan tidak memiliki gejala kekhawatiran yang berlebihan.²

Banyak orang tidak sadar akan gagasan-gagasan yang kreatif yang dimiliki karena inspirasi mereka itu dihalangi oleh kecemasan sebelum gagasan-gagasan itu sampai kepada tingkat kesadaran. Oleh sebab itu maka kecemasan ini perlu untuk dikendalikan sehingga kecemasan tidak mengganggu kepribadian tetapi sebaliknya menjadi sumber motivasi menuju ke arah kemajuan yang positif. Menurut pendekatan eksistensial, orang perlu ditolong untuk bisa mengendalikan kecemasan, memilih untuk diri sendiri dan kemudian menerima realitas bahwa mereka itu lebih dari sekedar korban dari kekuatan menentukan di luar diri mereka sendiri.³ Panti asuhan merupakan tempat pelayanan bagi anak-anak yatim, anak-anak terlantar ataupun anak-anak yang membutuhkan bimbingan karena ketidak mampunya untuk memperoleh pendidikan dan pengasuhan yang baik. Adanya Pendidikan dan pengasuhan yang berada di bawah bimbingan asuhan membuat anak tersebut wajib tinggal dipanti asuhan agar mendapatkan pengasuhan yang penuh oleh pengurus panti asuhan dengan adanya kewajiban tinggal jauh dari orang tua.

² Maullasari Sri, Anis Lud Fiana, "Mental Health With Covid-19 Health Crisis Intervention", Jurnal Studi, Vol 1, No 2, 2020

³ Hayat Abdul, "Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya", Jurnal Studi, Vol. 7, No. 01, Januari- Juni 2014, Hlm. 53.

Pendidikan yang wajib diikuti dipanti asuhan membuat anak mengalami berbagai hal yang mempengaruhi kesejahteraan.⁴ Selain itu, panti asuhan juga memiliki peran yang penting dalam membimbing mereka dalam pembentukan karakter dan kemampuan keterampilan kerja bagi masa depan.

Anak memiliki peran yang penting dalam kehidupan masyarakat, bangsa dan negara karena anak merupakan tunas yang tumbuh dan berkembang sebagai generasi penerus bangsa. Anak yang tinggal di panti asuhan pada dasarnya pernah mengalami masalah dengan penyesuaian diri, dimana anak yang tinggal di panti asuhan idealnya mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan dalam panti meliputi teman sebaya dan pengasuh, maupun lingkungan luar panti meliputi masyarakat sekitar panti dan sekolah. Dimana dalam menyesuaikan diri di lingkungan baik di panti ataupun di luar panti tentunya banyak masalah-masalah yang dihadapi anak asuh tersebut, baik internal maupun eksternal dari anak asuh tersebut dan sering dihadapkan kepada banyak persoalan yang menuntut perubahan dalam segala hal dibandingkan ketika tinggal bersama keluarga. Oleh karena itu, anak asuh diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Dukungan sosial panti asuhan masih tergolong cukup baik, idealnya dukungan sosial panti asuhan terhadap penyesuaian diri anak harus tergolong sangat baik, berarti masih ada masalah-masalah yang dihadapi anak asuh dalam melakukan penyesuaian diri baik di lingkungan panti maupun di lingkungan luar panti.⁵ Banyak negara memelihara anak yang terlantar dengan karakteristik bahwa orang yang mengasuh di panti asuhan mayoritas bukan orang yang ahli dan dilatih untuk bekerja di panti asuhan tersebut. Di Indonesia sendiri memiliki sedikit panti asuhan yang berasal dari pemerintah, sekitar 99% diselenggarakan secara pribadi via organisasi tertentu. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi anak-anak tersebut menjadi yatim yaitu

⁴ Zulfa An'isa Wafa: "Kesejahteraan Subjektif Pada Anak Yatim Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Purworejo" (Surakarta: UMS, 2016) hlm. 1

⁵ Rahma Silfia Dkk, "Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan", Jurnal Penelitian. Vol. 3, No. 3, September 2014, Hlm 106

kondisi ekonomi, ditinggal oleh salah satu ataupun kedua orang tua nya, kebutuhan setiap hari tidak terpenuhi, dan sebagainya. Semua orang pasti pernah merasakan kecemasan dan tidak dapat segera mengatasinya atau ketidakmampuan menghilangkan perasaan cemas, ketika dalam keadaan seperti itu setiap orang pasti mendambakan ketenangan batin, mencapai ketenangan batin bukanlah hal yang mustahil. Allah SWT. Ajarkan kita langkah nyata mendapatkan ketenangan hati yaitu dengan selalu mengingat-Nya hati akan tenang. Sebaliknya ketika jarang mengingat Allah hati akan kering dan gersang.

Seorang harus yakin bahwa semua yang dilangit dan dibumi ini adalah milik dan ciptaan Allah. Bila dikaji secara mendalam, maka sesungguhnya dalam agama Islam banyak ayat maupun hadis yang memberikan tuntunan agar manusia sehat seutuhnya, baik dari segi fisik, kejiwaan, sosial maupun kerohanian. Sebagai firman Allah dalam *QS. Al- Fath, 4*:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ
إِيمَانِهِمْ ۗ وَاللَّهُ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا

Artinya:

“dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). Dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana,”

Kurangnya kasih sayang sangat mempengaruhi pertumbuhan dan pembentukan karakter bagi anak yatim tersebut. Apalagi mereka merupakan korban dari sebuah bencana alam yang telah kehilangan semuanya. Sehingga memerlukan kasih sayang dan perhatian yang lebih dalam pertumbuhannya sebagai anak-anak. Selain dari itu, rasa aman dan lingkungan yang aman juga merupakan faktor yang penting.

Kegagalan dalam mencapai keperluan setiap hari menyebabkan dampak yang negatif bagi pertumbuhan fisik, perkembangan intelektual, dan mental

bagi anak. Sifat autis, nakal dan susah diatur yang akan memicu mereka menjadi tidak normal ataupun pelaku kriminal merupakan hal yang perlu diperhatikan.⁶ Kesimpulan yang bisa diambil dari penjelasan pengertian-pengertian kecemasan di atas bahwa kecemasan yang menjadi pembahasan dalam penelitian ini memiliki makna takut yang *irrational*, dan dialami semua individu serta merupakan respon alami individu atas suatu peristiwa, reaksi emosi takut itu membuat perasaan yang tidak nyaman, sehingga bisa bermanifestasi terhadap perilaku individu tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh anak di Panti Asuhan Darul Hadlanah, bahwa yang memiliki kecemasan tinggi mereka akan mempunyai teman yang lebih sedikit serta menjadi pribadi yang cenderung cemas dan tidak nyaman ketika berhadapan dengan orang lain yang disertai dengan takut, karena takut sesuatu terjadi. Sedangkan anak dengan kecenderungan kepribadian *introvert* cenderung tertutup dan memendam segala permasalahan yang ada baik itu dengan atasan, bawahan, keluarga, klien maupun lingkungannya. Sedangkan anak kepribadian *ekstrovert* yang tinggi mendapatkan beban kerja yang berlebihan mereka cenderung untuk menceritakan permasalahannya dengan orang di sekitarnya sehingga mereka akan merasa beban mereka berkurang, sehingga kecenderungan mereka untuk mengalami kecemasan sosialpun lebih rendah. Dari kesimpulan di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan sangat berpengaruh terhadap keterbukaan anak dan kontak social lebih rendah dibandingkan anak dengan tingkat kecemasan rendah yang jauh lebih terbuka satu sama lain dan lebih aktif pada kontak social. Bimbingan dan konseling Islam ini merupakan program pelayanan bantuan yang diberikan melalui kegiatan perorangan dan kelompok untuk membantu individu melaksanakan kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang serta membantu individu mengatasi masalah yang dialaminya.

⁶ Budiman Johny Dkk, “*Pengembangan Company Profile Pada Panti Asuhan Asia Sehati*”, Jurnal Penelitian. Vol. 3 No. 1, Agustus 2021, Hlm 539

Pentingnya penelitian ini yaitu melihat kasus kecemasan yang dialami anak terlantar yang tinggal di Panti Asuhan yang memerlukan bantuan psikolog maupun bimbingan dan konseling serta inovasi baru dalam menangani bimbingan konseling Islam. Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti ingin membahas permasalahan tersebut dalam skripsi berjudul: **Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Anak Terlantar (Studi Kasus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga).**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang dan untuk membuat arah dalam pembahasan ini, maka dapat dirumuskan permasalahan yang dibahas adalah

1. Bagaimana kondisi kecemasan anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
2. Bagaimana bimbingan dan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan pada anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan pada anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga dan pelaksanaan proses Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi khazanah keilmuan dan pengetahuan dalam bidang penelitian Bimbingan dan Konseling Islam, sekaligus dapat dijadikan bahan informasi dan acuan bagi semua pihak yang akan melaksanakan penelitian lebih lanjut terkait dengan mengatasi kecemasan pada anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga.

2. Secara Praktis

Penelitian ini dapat bermanfaat dan memberi sumbangan pemikiran serta pemahaman pengetahuan informasi peneliti selanjutnya terkait bimbingan konseling Islam. Terutama dalam kaitannya dengan pemberian layanan yang optimal yang dilakukan pembimbing di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga.

E. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari terjadinya kesamaan obyek kajian dalam penelitian ini, penulis akan lampirkan (karya ilmiah) yang sudah ada. Adapun judul-judul yang ada relevansinya dengan judul penulis yaitu sebagai berikut:

Pertama, penelitian jurnal yang dilakukan oleh Rela mar'ati (2016) Berjudul *Pengaruh Pembacaan dan Pemaknaan Ayat- Ayat Al-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Santriwati*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh pembacaan dan pemaknaan ayat- ayat Al- Qur'an terhadap penurunan kecemasan santriwati Aliyah Pondok Pesantren Ar- Rohmah. Hasil penelitian pembacaan dan pemaknaan ayat- ayat Al- Qur'an berpengaruh terhadap penurunan kecemasan santriwati hal ini terjadi karena selain mendapatkan ketenangan dalam menghafal al-Qur'an yang dilakukan berulang- ulang namun juga mengalami rekonstruksi kognitif dari ayat Al- Qur'an yang dibaca, di hafalkan dan dimengerti arti dan tafsirnyasehingga memiliki pemahaman yang tepat dalam menilai permasalahan dan mendapatkan *insight* dari makna kandungan Al-Qur'an. Persamaan skripsi tersebut dengan penelitian yang penulis akan lakukan terletak pada subjek kajian yang diteliti yaitu tentang kondisi kecemasan pada anak, sedangkan perbedaanya terletak pada jenis penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif sedangkan penulis menggunakan metode kualitatif.

Kedua, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Andi Resky (2017). Berjudul *Penanganan Anak Terlantar Oleh Dinas Sosial Berdasarkan Pasal 34 UUD Tahun 1945*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, penelitian

ini bertujuan untuk mengetahui penyebab munculnya anak terlantar dan upaya yang telah dilakukan oleh Dinas Sosial Kabupaten Gowa dalam menangani anak terlantar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyebab munculnya anak terlantar dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor kemiskinan dan faktor berasal dari keluarga yang bermasalah atau tidak harmonis. Berdasarkan pasal 34 UUD 1945 Dinas Sosial Kabupaten Gowa telah melakukan beberapa upaya untuk menangani anak terlantar seperti melakukan pendataan, memberikan pelayanan anak terlantar serta menitipkan anak terlantar ke LKSA, dan melakukan pendampingan anak terlantar. Akan tetapi, upaya-upaya yang dilakukan belum efektif. Bahwa pada tahun 2016 sebanyak 2.066 anak masih terlantar dikarenakan beberapa panti asuhan tutup, kurangnya anggaran dana, kurangnya pekerja sosial dan kurangnya pendekatan awal pada saat pendataan. Persamaan skripsi tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu jenis penelitiannya menggunakan metode kualitatif deskriptif serta persamaan lainnya pada subjek yang diteliti yaitu tentang kecemasan, sedangkan perbedaannya skripsi focus pada metode pengendaliannya sedangkan penulis focus pada bimbingan dan konseling Islam dan dari segi tempat penelitian juga berbeda.

Ketiga, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Winda Sabrina (2019). Berjudul *Bimbingan Konselor Bagi Orang Tua Angkat Anak Terlantar (Studi Kasus Di Dinas Sosial Kota Bandar Lampung)*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan orang tua angkat dan metode apa yang digunakan konselor dalam melakukan bimbingan untuk memecahkan masalah pada klien. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan orang tua angkat anak terlantar yang dilakukan konselor di Dinas Sosial Kota Bandar Lampung jelas sangat berpengaruh baik untuk orang tua angkat ataupun untuk anak terlantar, bagi orang tua angkat dengan adanya bimbingan dapat membantu mereka dalam melakukan pengangkatan anak dan bagi anak terlantar hal ini membuat mereka terjamin untuk hidup bersama orang tua angkat mereka. Persamaan dari skripsi tersebut dengan penelitian yang

penulis lakukan yaitu jenis penelitiannya menggunakan metode kualitatif deskriptif serta persamaan lainnya subjek yang diteliti yaitu anak terlantar, sedangkan perbedaannya pada objek penelitiannya.

Keempat, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Novita Amir (2017). Berjudul *Kecemasan Sosial Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Di Tinjau Dari Tipe Kepribadian*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan kecemasan social ditinjau dari tipe kepribadian. Hasil penelitian yang telah dilakukan dengan sebanyak 100 subjek remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyad'h Malang dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima karena ada perbedaan kecemasan social pada remaja yang ditinjau dari tipe kepribadian introvert dan extrovert. Hal ini ditunjukkan dengan hasil koefisien uji beda dengansig (0.000t tabel (1.984), sehingga didapatkan nilai kecemasan social tipe kepribadian extrovert (36.000) lebih rendah daripada nilai kecemasan social tipe kepribadian introvert (49. 7174) yang lebih tinggi. Persamaan dari skripsi tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan adalah subjek yang diteliti yaitu kecemasan social pada remaja yang tinggal di panti asuhan, sedangkan perbedaan terletak pada objek penelitiannya dan sekripsi tersebut lebih focus pada kepribadian introvert dan extrovert sedangkan penulis focus pada kecemasan.

Kelima, penelitian jurnal yang dilakukan oleh Aisyatin Kamila (2020). Berjudul *Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan analisis kualitatif. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh ayat- ayat Al- Qur'an yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia yang secara teoritik dapat dijadikan dasar acuan psikoterapi untuk mengatasi kecemasan. Persamaan dari skripsi tersebut dengan penelitian yang penulis lakukan adalah subjek yang diteliti yaitu kecemasan, sedangkan perbedaan terletak pada objek penelitiannya dan sekripsi tersebut lebih focus pada dampak dari ayat-ayat Al-Qur'an dan pengaruhnya sedangkan penulis focus pada kecemasan terhadap perilaku anak.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu di perhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan⁷. Dapat dikatakan bahwa aktifitas dan metode berfikir yang menggunakan metode ilmiah secara terancang dan sistematis untuk memecahkan atau menemukan jawaban suatu masalah dimana penelitian tersebut mendatangkan nilai guna bagi civitas akademik maupun masyarakat Indonesia, hal demikian disebut dengan penelitian⁸.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deksriptif kualitatif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu secara menyeluruh.

Dimana data yang didapat adalah melalui observasi, wawancara, dokumentasi dan analisis data.⁹ Adapun objek dalam penelitian ini adalah Panti Asuhan Darul Hadlanah dan Drs. H. Zaenuri, M. Pd sebagai pimpinan di panti tersebut. Apabila dilihat dari objeknya penelitian ini termasuk penelitian lapangan, yaitu kegiatan penelitian yang dilakukan di lingkungan masyarakat tertentu baik di lembaga-lembaga organisasi masyarakat (sosial) maupun lembaga pemerintah¹⁰. Penelitian ini bersifat deskriptif, yaitu data yang terkumpul berbentuk kata-kata, gambaran bukan angka-angka. Kalau ada angka-angka, sifatnya hanya sebagai penunjang.¹¹ Jenis dan model penelitian ini yang akan penulis gunakan untuk meneliti bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Anak Terlantar.

⁷ Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.

⁸ Faisal, Sanapiah. 2007, Format-Format penelitian Sosial, Jakarta: Raja Grafindo Persada

⁹ Moleong, L. J. 2010. Metodologi Penelitian Kualitatif, Bandung: Remaja Rosda Karya

¹⁰ Sumardi, Suryabrata. 1998. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

¹¹ Danim, Sudarwan, 2002, Menjadi Peneliti Kualitatif: Ancangan Metodologi, Presentasi, dan Publikasi Hasil Penelitian untuk Mahasiswa dan Peneliti Pemula Bidang Ilmu-Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora. Bandung: Pustaka Setia.

a. Definisi Konseptual

1) Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam ini merupakan program pelayanan bantuan yang diberikan melalui kegiatan perorangan dan kelompok untuk membantu individu melaksanakan kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang serta membantu individu mengatasi masalah yang dialaminya. Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT., sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Bila kita menengok sejarah agama di dunia, maka bimbingan keagamaan telah dilaksanakan oleh para nabi dan rasul, para sahabat, dan ulama' di lingkungan masyarakat dari zaman ke zaman. Setiap aktivitas yang dilakukan oleh manusia pasti memerlukan dasar, demikian juga dalam bimbingan keagamaan. Dasar diperlukan untuk melangkah ke suatu tujuan dan merupakan titik untuk berpijak.

Hakikat bimbingan konseling islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau Kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT. Kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT. Dari rumusan diatas tampak konseling islami adalah aktifitas yang bersifat "membantu", dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat.

Dalam Bimbingan konseling Islam Adapun proses yang harus di berlakukan antara lain Membangun hubungan.

a) Identifikasi dan penilaian masalah.

- b) Menentukan sasaran dan intervensi konseling.
- c) Evaluasi konseling dan terminasi.

Bimbingan konseling islam dalam penelitian ini adalah bimbingan sesuai ajaran yang dilakukan di Panti Asuhan Darul Hadlanah.

b. Kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Ia timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan dalam atau intern dari tubuh, ketegangan ini akibat suatu dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom. Misalnya, apabila seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya dan menakutkan, maka jantungnya akan bergerak lebih cepat, nafasnya menjadi sesak, mulutnya menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat, reaksi semacam inilah yang kemudian menimbulkan reaksi kecemasan.¹² Kecemasan yang menjadi pembahasan dalam penelitian ini memiliki makna takut yang irrasional, dan dialami semua individu serta merupakan respon alami individu atas suatu peristiwa, reaksi emosi takut itu membuat perasaan yang tidak nyaman, sehingga bisa bermanifestasi terhadap perilaku individu tersebut.

Gejala kecemasan meliputi respon fisik dan psikologis. Adanya rasa khawatir dan diikuti rasa gelisah, berakibat pada respon fisiologis tertentu. Beberapa individu mampu mengatasinya namun ada beberapa yang kesulitan menanganinya. Berikut aspek kecemasan menurut Clark dan Beck dalam disebutkan bahwa aspek kecemasan meliputi; Aspek afektif: yaitu perasaan individu yang sedang merasakan kecemasan, seperti tersinggung, gugup, tegang, gelisah, kecewa dan tidak sabar. Aspek Fisiologis: merupakan ciri fisik yang muncul ketika individu sedang mengalami kecemasan, seperti sesak

¹² Hayat Abdul, "Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya", Jurnal Studi, Vol. 7, No. 01, Januari- Juni 2014,

nafas, nyeri dada, nafas menjadi lebih cepat, denyut jantung meningkat, mual, diare, kesemutan, berkeringat, menggigil, kepanasan, pingsan, lemas, gemetar, mulut kering dan otot tegang. Aspek selanjutnya yaitu meliputi aspek Kognitif: dengan ciri aspek kognitif yaitu rasa takut tidak dapat menyelesaikan masalah, takut mendapatkan komentar negatif, kurangnya perhatian, fokus, dan kurangnya konsentrasi, sulit melakukan penalaran. Aspek Perilaku: respon yang biasanya muncul adalah menghindari situasi yang mengancam, mencari perlindungan, diam, banyak bicara atau terpaku, dan sulit bicara. Bisa kita tarik kesimpulan bahwa aspek perilaku meliputi semua sisi dalam diri manusia, baik sisi afektif, kognitif maupun psikomotorik individu yang sedang mengalaih kecemasan. Kecemasan dalam penelitian ini adalah perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan anak di panti asuhan Darul Hadlanah.

2. Sumber dan Jenis Data

Data adalah sekumpulan keterangan ataupun fakta yang dibuat dengan kata-kata, kalimat, simbol, angka, dan lainnya. Data disini didapatkan melalui sebuah proses pencarian dan juga pengamatan yang tepat berdasarkan sumber-sumber tertentu. Adapun pengertian lain dari data yaitu sebagai suatu kumpulan keterangan atau deskripsi dasar yang berasal dari obyek ataupun kejadian. Sumber data adalah subjek dari data yang diperoleh. Apabila peneliti menggunakan kuisisioner atau wawancara dalam pengumpulan datanya, maka sumber data disebut responden, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti, baik pertanyaan tertulis maupun lisan.

Apabila peneliti menggunakan teknik observasi, maka sumber datanya bisa berupa benda gerak atau proses sesuatu.¹³ Sumber data merupakan subyek dimana data diperoleh. Data dibagi menjadi dua yaitu

¹³ Suharsimi Arikunto, 2002, *Prosedure Penelitian*, Jakarta: PT Rineka Cipta, hlm.

sumber data primer dan sumber data sekunder.¹⁴ Menurut Lofland sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata, dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain. Menurut sumbernya, data penelitian terdiri dari data primer dan data sekunder.¹⁵

a. Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian. Menurut Lofland seperti yang dikutip oleh Lexi J. Moeloeng sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan¹⁶. Adapun sumber data primernya adalah wawancara kepada pimpinan Panti Asuhan Darul Hadlanah Drs. H. Zaenuri, M. Pd. dan Pengurus Panti Asuhan serta anak terlantar yang memiliki kriteria kecemasan.

b. Data sekunder

Sumber data sekunder, yakni data yang mendukung data utama dan diambil bukan dari sumber utama. Data sekunder ini disebut juga data tersedia yang diperoleh melalui laporan-laporan, dokumen-dokumen, studi kepustakaan, literatur, jurnal, internet, dan buku-buku yang berkaitan dengan penelitian ini. Data sekunder disebut juga sebagai sumber data pendukung atau tambahan.¹⁷ Tujuan sumber data sekunder adalah untuk memperjelas dan memperkuat penelitian.

c. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah bagian instrumen pengumpulan data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian.¹⁸ Setelah menentukan sumber data, langkah selanjutnya

¹⁴ Suharsimi, Arikunto, Edisi Revisi 2010, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, hlm. 172

¹⁵ Moleong, L. J. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

¹⁶ Suharsimi, Arikunto, Edisi Revisi 2010, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, hlm. 172

¹⁷ Penyusun, Tim. 2014. *Panduan Penyusunan Skripsi*. Semarang: UIN Walisongo.

¹⁸ Bungin, Burhan. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Salemba Empat.

adalah pengumpulan data. Dalam mengumpulkan data peneliti menggunakan beberapa metode, yaitu:

1) Observasi

Observasi merupakan suatu bentuk pengamatan serta pencatatan dengan sistematis oleh suatu fenomena-fenomena yang diteliti, baik secara langsung maupun tidak langsung¹⁹. Metode observasi ini bertujuan untuk mendapatkan pengetahuan dan gambaran tentang objek penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan jenis observasi *unobtrusive* biasa disebut sebagai *unobtrusive measures-unobtrusive methods nonreactive methods* merupakan observasi yang tidak mengubah perilaku natural subjek. Observasi ini dapat dilakukan dengan menggunakan bantuan alat ataupun menyembunyikan identitas sebagai observer. Contoh yang dilakukan pada observasi ini yaitu pada naskah, teks, tulisan, dan rekaman video.²⁰

2) Wawancara

Wawancara adalah percakapan yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan, dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *in depth Interview* atau wawancara mendalam.²¹ Hal ini bertujuan agar informasi yang penulis dapatkan tentang Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan. Dalam metode ini yang akan diwawancarai adalah Pemimpin Panti Asuhan Darul Hadlanah Drs. H. Zaenuri, M. Pd. serta pengurus panti asuhan. Hal ini di dimaksudkan agar informasi lebih akurat dan menyeluruh.

¹⁹ Sutrisno, Hadi. 2004. Metodologi Research Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

²⁰ Hasanah Hasyim, 2016, Teknik-teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial), Jurnal at-Taqaddum, Vol 8, No 1, Juli

²¹ Lisnawati, N. P. 2012. Penelitian Kualitatif Pendidikan Agama Islam. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

3) Dokumentasi

Dokumentasi yaitu metode yang digunakan dalam pengumpulan data berupa data sekunder seperti catatan, buku, surat kabar, majalah, prasasti, agenda, dan sebagainya.²² Dokumentasi dilakukan dengan cara mengumpulkan kegiatan-kegiatan yang dilakukan, yaitu foto-foto kegiatan cara mengatasi kecemasan pada anak terlantar di panti asuhan, dokumen-dokumen, dan tulisan tulisan yang dipublikasikan, data lainnya. Dari ketiga alat pengumpulan data ini diharapkan menghasilkan data yang valid untuk diolah dan dapat dianalisis menjadi hipotesis.

3. Teknik Validitas dan Reabilitas Data

Dalam penelitian ini penulis menggunakan triangulasi. Triangulasi merupakan suatu teknik yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut. Tujuan utamanya adalah agar data yang diperoleh konsisten dan tuntas, serta dapat meningkatkan kekuatan data.²³ Meleong menyatakan bahwa triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data. Norman K. Denkin mendefinisikan triangulasi sebagai gabungan atau kombinasi berbagai metode yang di pakai dalam mengkaji fenomena yang saling terkait dari sudut pandang dan perspektif yang berbeda.

Untuk mendapatkan data yang valid, Sugiyono menggunakan tiga cara triangulasi meliputi :

- a. Triangulasi sumber data, yaitu menggali kebenaran informasi tertentu melalui berbagai metode dan sumber perolehan data. Dengan cara ini dapat dicapai dengan jalan membandingkan data hasil wawancara dengan data hasil observasi di lapangan.

²² Nursyam. 1991. Metodologi Penelitian Dakwah. Solo: Ramadhani.

²³ Lew J, Moleong, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), Hal. 178

- b. Triangulasi teknik, yaitu dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.
- c. Triangulasi waktu, yaitu pengecekan dengan wawancara, observasi, atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda seperti pagi, siang, sore ataupun malam

Dalam penelitian ini menggunakan cara triangulasi sumber data. Hal ini dikarenakan peneliti menggunakan metode wawancara dan observasi dalam mengumpulkan data sehingga hasil yang valid antara pernyataan yang diungkapkan oleh beberapa informan dan kesesuaian data dilapangan.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses sistematis pencarian dan pengaturan transkripsi wawancara, catatan lapangan, dan materi-materi yang lain yang telah anda kumpulkan untuk meningkatkan pemahaman anda sendiri mengenai materi-materi tersebut dan untuk memungkinkan anda menyajikan apa yang sudah anda temukan kepada orang lain. Adapun langkah-langkah analisis yang penulis lakukan selama dilapangan adalah:

- a. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting dicari tema polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan meberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.²⁴

- b. Penyajian Data

²⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung, Alfabeta: 2014), hlm. 247-249

Mendisplaykan data dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sebagainya. Yang paling sering digunakan untuk penyajian data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplay data, maka akan mempermudah untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.²⁵

c. Verifikasi Data

Analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah temuan baru yang belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambar obyek yang sebelumnya masing-masing remang remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas.²⁶

G. Sistematika Penulisan

Untuk memperoleh gambaran yang jelas dan menyeluruh mengenai adanya keterkaitan antara bab satu dengan bab lainnya, serta mempermudah proses penelitian ini agar dapat tergambar dan terarah, maka akan dipaparkan sistematika penulisan sebagai berikut :

Bab satu, pada bab ini mencakup tentang ruang lingkup penulisan, yaitu terdiri dari keseluruhan isi, meliputi: pendahuluan, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab kedua, pada bab ini berisi tentang landasan teori yaitu menguraikan tentang: pertama pengertian Bimbingan Konseling Islam, ke dua pengertian kecemasan, ketiga pengertian anak terlantar, ke empat mengatasi kecemasan, ke lima panti asuhan.

²⁵Ibid., hlm. 249-252

²⁶Ibid., hlm. 343

Bab ketiga, berisi tentang gambaran umum obyek dan hasil penelitian, meliputi gambaran umum profil panti asuhan, letak geografis panti, serta kondisi kecemasan pada anak terlantar di panti asuhan dan bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan pada anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Bab keempat, mendeskripsikan dan menganalisis tentang kondisi kecemasan anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah dan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan di panti asuhan tersebut.

Bab kelima, merupakan penutup yang berisi kesimpulan yang merupakan jawaban singkat atas apa yang di permasalahan dalam rumusan masalah, saran-saran atau rekomendasi.

BAB II

KERANGKA TEORITIK

A. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

1. Hakikat Bimbingan Konseling Islam

Hakikat Bimbingan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau Kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT. Kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT. Dari rumusan diatas tampak konseling Islami adalah aktifitas yang bersifat “membantu”, dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh Kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat. Merujuk kepada Qur`an surat An Nahl ayat 125

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۚ وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ
هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۚ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dan serasi dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling Islami sebagai suatu usaha

membantu individu dalam menanggulangi penyimpangan perkembangan fitrah beragama yang dimilikinya sehingga ia kembali menyadari perannya sebagai khalifah di muka bumi, dan berfungsi untuk menyembah dan mengabdikan kepada Allah.²⁷ Bimbingan dan konseling merupakan cabang dari ilmu sosial, yang nampaknya demikian terus menerus dikembangkan menjadi suatu disiplin ilmu yang mandiri. Secara ontologis, keberadaan disiplin bimbingan dan konseling menempati wilayah tertentu dari hubungan manusia dalam arti hubungan yang saling membutuhkan dan saling membantu (hubungan tolong-menolong). Pola hubungan seperti ini sebenarnya dibangun oleh seseorang atau sekelompok orang berdasarkan motif dan nilai yang berbeda. Salah satunya adalah landasan semangat religius atau elan vital berupa kesadaran akan yang suci misi sebagai landasan aktivitas seseorang dalam menjalin hubungan dengan orang lain.²⁸

Bukan sebaliknya kesengsaraan dan kemelaratan di dunia dan akhirat. pihak yang membantu adalah konselor, yaitu seorang mukmin yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang tuntunan Allah dan menaatinya. bantuan itu terutama berbentuk pemberian dorongan dan pendampingan dalam memahami dan mengamalkan syariat Islam. individu yang dibantu adalah manusia bukan binatang yang setelah meninggal sudah tidak ada tanggung jawab lagi, individu dipandang sebagai hamba Allah yang harus selalu tunduk dan patuh kepadanya. Manusia diciptakan bukan hanya untuk bersenang-senang, tetapi di sana ada perintah yang harus dilakukan dan larangan yang harus dihindari, dan ada peraturan yang harus ditaati. oleh sebab itu dalam kegiatan bimbingan individu perlu dikenalkan siapa sebenarnya dia dan aturan yang harus dipatuhi dan larangan yang harus dihindari serta tanggung jawab. Dari apa mereka

²⁷ Agus Riyadi, Abdullah Hadziq, Ali Murtadho, "Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang". Jurnal Studi, Vol. 05, No. 01, Juni 2019, Hlm 87

²⁸ Riyadi Agus & Hermawan Hendri Adunugraha, "The Islamic Counseling Construction In Da'wah Science Structure", Jurnal Studi, Vol. 2, No 1, 2021

kerjakan selama hidup di dunia. Dalam belajar memahami diri dan memahami aturan Allah Yang Harus dipatuhi tidak jarang mereka mengalami kegagalan. Oleh sebab itu mereka membutuhkan bantuan khusus yang disebut konseling.

Konseling dikatakan proses karena membutuhkan waktu dan tahapan-tahapan tertentu untuk bisa merubah watak, perilaku, pandangan seseorang. Demikian juga sebaliknya, seseorang untuk bisa berubah juga butuh waktu dan tahapan- tahapan tertentu. Oleh karena itu proses konseling tidak bisa dilakukan hanya sekali, tetapi bisa beberapa kali proses, walaupun tidak menutup kemungkinan konseling yang dilakukan sekali saja bisa membuahkan hasil yang optimal.²⁹ Tujuan jangka pendek yang ingin dicapai melalui kegiatan bimbingan adalah agar individu memahami dan menaati tuntunan Alquran. dengan tercapainya tujuan jangka pendek ini diharapkan individu yang dibimbing memiliki keimanan yang benar, dan secara bertahap mampu meningkatkan kualitas kepatuhannya kepada Allah SWT, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan amanah yang dibebankan kepadanya, dan ketaatan dalam beribadah sesuai tuntunannya. Tujuan jangka panjang yang ingin dicapai adalah agar individu yang dipimpin secara bertahap bisa berkembang menjadi pribadi Kaffah.

2. Posisi Bimbingan dan Konseling Islam dalam Dunia Konseling Pada Umumnya

- a. Diliat dari Al- Quran sebagai rujukan dalam membantu mengembangkan potensi individu dan atau membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi individu, maka bimbingan dan konseling qurani adalah rujukan untuk berbagai arena, setting, dan tema konseling. Hal ini disebabkan al-Quran adalah pedoman hidup yang pasti baik dalam kehidupan pribadi, kelompok, keluarga, musibah,

²⁹ Maryatul Kibtyah, "Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba". Jurnal Studi, Vol. 35, No.1, Januari – Juni 2015, Hlm 62

kehidupan bersama, pendidikan pernikahan, pekerjaan menghadapi musibah, sakit dan pengobatan hingga sesudah mati.

- b. Dilihat dari bimbingan dan konseling Qurani sebagai suatu model yang memiliki pandangan hidup tentang hakikat manusia yang paling komprehensif definisi konseling, tujuan konseling, peran dan fungsi konselor, tata hubungan hubungan konseli dengan konselor.³⁰

3. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan konseling Islam memiliki tujuan yang sama dengan bimbingan konseling, yaitu sama-sama ingin membantu sesama manusia agar keluar dari berbagai kesulitan dengan kekuatan sendiri. Perbedaan mendasar terletak pada bimbingan konseling Islam senantiasa mengaitkan dengan asas agama Islam.³¹ Sejalan dengan perkembangannya konsepsi bimbingan dan konseling, maka tujuan bimbingan dan konseling pun mengalami perubahan, dari yang sederhana sampai yang lebih komprehensif. Perkembangan itu dari waktu ke waktu dapat:

- a. Untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian dan impletmentasi-implementasi dalam hubungannya dengan situasi-situasi tertentu.
- b. Untuk membantu orang-orang menjadi insan yang berguna, tidak hanya sekedar mengikuti kegiatan-kegiatan yang berguna saja.
- c. Membentuk pribadi sehat menurut Islam yang diukur berdasarkan berfungsinya iman sebagai penentu kognitif, afektif dan psikomotorik manusia.
- d. Menjaga pribadi yang tidak sehat yaitu tidak berfungsinya iman. Hal ini berarti manusia tidak memanfaatkan potensi yang diberikan Allah

³⁰ Anwar Sutoyo, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, 2013, Pustaka Pelajar

³¹ Asasul Muttaqin, Ali Murtadho, Anila Umriana, "*Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Lrc-Kjham Semarang*". Vol 11, No 2, April 2016, Hlm 182

SWT, melupakan Allah SWT, syirik, munafiq, selalu mengikuti hawa nafsu dan selalu berbuat kerusakan.

- e. Pemberdayakan iman yaitu beragama tauhid dan penerima kebenaran, terikat perjanjian dengan Allah SWT dan mengakui bahwa Allah SWT itu Tuhannya, dibekali dengan potensi akal, pendengaran, penglihatan, hati dan petunjuk ilahiyah sebagai kholifah Abdullah, bertanggung jawab atas perbuatannya, serta diberi kebebasan menurut jalan hidupnya sesuai dengan fitrahnya.³²

Dengan proses adanya teori Konseling Anak Terlantar sebagai Klien dapat menemukan masalah sendiri yang dialami oleh Anak Terlantar, beberapa masalah pribadi yang dialami oleh Anak Terlantar sebagai berikut:

- a. Mendapat dukungan dan memadukan segenap kekuatan dan kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang di hadapi.
- b. Memporoleh wawasan yang lebih luas berbagai alternatif, yang dialami oleh Anak Terlantar dalam pandangan pengurus panti Anak Terlantar dan pemahaman-pemahaman, serta keterampilan-keterampilan baru.
 - 1) Menghadapi ketakutan-ketakutan sendiri. mencapai kemampuan untuk mengambil keputusan dan kebernian untuk melaksanakannya, kemampuan untuk mengambil risiko yang mungkin ada dalam proses pencapaian tujuan-tujuan.
 - 2) Tujuan konseling dapat terentang dari sekedar klien mengikuti kemauan-kemauan konselor sampai pada masalah pengambilan keputusan, pengembangan kesadaran, pengembangan pribadi, penyembuhan, dan penerimaan diri sendiri.
 - 3) Pengembangan yang mengacu pada perubahan positif pada diri individu merupakan tujuan dari semua upaya bimbingan dan konseling.

³² Komaruddin, dkk, *Dakwah dan Konseling Islam*, (Semarang: PT Pustaka Rizki Putra, 2008) Hal 62-63.

Adapun tujuan tersebut mengandung hal-hal pokok sebagai berikut: Agar individu dapat membuat pilihan tersendiri dan membuat penyesuaian-penyesuaian, Bimbingan dan konseling bertujuan: yaitu memberikan dukungan dari pihak Staff Pengurus Panti Asuhan memberikan wawasan, pandangan, pemahaman, mengatasi permasalahan yang di hadapi dari pihak Anak Terlantar. Mengikuti kemauan-kemauan/saran-saran konselor, mengadakan perubahan tingkah laku secara positif melakukan pemecahan masalah, melakukan pengambilan keputusan, pengembangan kesadaran, dan pengembangan pribadi, mengembangkan penerimaan diri, membantu individu untuk memperkembangkan dirinya, dalam arti mengadakan perubahan-perubahan positif pada diri individu. Serta sesuai dengan tuntutan positif individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, dan lingkungannya. Insan seperti itu adalah insan yang mandiri yang memiliki kemampuan untuk memahami diri sendiri dan lingkungannya secara tepat dan objektif, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana, mengarahkan diri sendiri sesuai dengan keputusan yang di ambilnya itu, serta akhirnya mampu mewujudkan diri sendiri secara optimal.³³ Melihat pentingnya bimbingan dan konseling Islam, maka penting diterapkan untuk orang yang bermasalah maupun yang tidak, karena pada dasarnya dengan adanya bimbingan dan konseling Islam orang akan selalu mengingat Allah, membantu sedikit demi sedikit beban hati, dengan berbagai pengarahan yang diberikan sehingga hidupnya akan lebih tenang dan terarah.³⁴

³³ H. Prayetno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), hlm 12-14

³⁴ Safa'ah, Yuli Nur kHasanah, Anila Umrina, "*Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak: Studi Pada Bapas Kelas I Semarang*". Vol. 12, No. 2, April 2017, Hlm 220

4. Metode – Metode Bimbingan Konseling

Metode bimbingan dan konseling bila dilihat dari segi komunikasi dibagi menjadi dua yaitu: Metode Langsung dan metode Kelompok sebagai berikut:

a. Metode Langsung

Metode Lansung adalah dimana konselor melakukan komunikasi secara bertatap muka dengan konseli, metode ini di lakukan dengan:

- 1) Metode *individual* Konselor melakukan komunikasi lansung dengan konseli secara individual, hal ini dapat di lakukan dengan percakapan pribadi.³⁵
- 2) Konseling Direktif (*Directive counseling*) Konseling dengan metode ini, dalam prosesnya yang aktif atau yang paling berperan adalah konselor.
- 3) Konseling Non-Direktif (*Non-Directive Conseling*) Konseling Non-Directif dikembangkan berdasarkan teori Client Centered (Konseling) yang berpusat pad klien atau siswa). Dalam prakteknya, konselor hanya menampung pembicaraan dan mengarahkan.
- 4) Konseling Eklektif (*Eclotive Counseling*) Penerapan metode dalam konseling adalah dalam keadaan tertentu konselor menasehati dan mengarahkan konseli sesuai dengan masalahnya, dan dalam keadaan yang lain konselor memberikan kebebasan kepada konseli untuk berbicara sedangkan konselor mengarahkan saja.³⁶

b. Metode kelompok

Proses pemberian bantuan tidak hanya bersifat individual, tetapi juga dapat diterapkan dalam format kelompok. Salah satu jenis layanan

³⁵ Ibid, hlm 12.

³⁶ Rizka Annisa Fauziyah. *Tugas Makalah Psikologi Konseling. Makalah*, (Universitas Persada Indonesia Y, A, L. Jakarta 2020), hlm 1-2

Bimbingan Konseling yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok dan konseling kelompok³⁷

Konselor melakukan komunikasi dengan konseli secara kelompok, hal ini dapat dilakukan dengan karyawisata dan ceramah, dan psikodarma, “*group teaching*.”³⁸

1) Karyawisata

Karyawisata dilaksanakan dengan mengunjungi dan mengadakan peninjauan pada objek-objek yang menarik yang berkaitan dengan pelajaran tertentu.

2) Sosiodrama

Sosiodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara bimbingan kelompok. Sosiodrama merupakan suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama.³⁹ Metode ini dilakukan melalui dengan bermain peran di dalam sosiodrama, Individu Akan memerankan suatu peran tertentu dari situasi masalah sosial.⁴⁰

3) Psikodrama

Psikodrama adalah bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan masalah atau mencegah timbulnya masalah “Psikiologis”.

4) Group Teaching

Yakni pemberian bimbingan dan konseling dengan memberikan materi bimbingan dan konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.⁴¹

³⁷ Halik Al, “A Counseling Service For Developing The Qona'ah Attitude Of Millennial Generation In Attaining Happiness”, *Jurnal Studi*, Vol.1, No 2, 2020

³⁸ *ibid*, hlm 12.

³⁹ *Ibid*, hlm 3

⁴⁰ Yudiana Tri Aryati, *Bimbingan dan Konseling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Bagi Siswa Pemegang Kartu Menuju Sejahtera*, Vol 14, (KMS) Di SMP Negeri 15 Yogyakarta, (Yogyakarta: Hisbah, 2017), hlm 35.

⁴¹ Herlina, *Studi Pelaksanaan Pelayanan Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok, Dan Konseling Individu Di SMA Negeri Kota Bengkulu*, skripsi (Universitas Bengkulu: Bengkulu, 2014) hlm 16.

5. Fungsi dan Peran Bimbingan Konseling Islam

a. Pemahaman

Yaitu membantu klien agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya.

b. Preventif

Yaitu upaya konselor untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya supaya tidak terjadi pada diri klien. Melalui fungsi ini konselor memberikan bimbingan pada klien tentang cara pencegahan diri dari perbuatan yang merugikan.

c. Pengembangan

Yaitu konselor berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif. Konselor membimbing klien pada proses pengembangan potensi dirinya.

d. Perbaikan (*kuratif*)

Yaitu fungsi bimbingan yang bersifat penyembuhan. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada klien yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, keluarga maupun karir.

e. Penyesuaian

Yaitu fungsi bimbingan dalam membantu klien agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap kehidupan sosialnya.⁴²

Peran Bimbingan dan Konseling Islam adalah untuk membantu klien menyadari kekuatan-kekuatan mereka sendiri, menemukan hal-hal yang merintangangi penggunaan kekuatan itu, dan memperjelas tentang pribadi seperti apa yang diinginkan klien.⁴³

⁴² Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, (Bandung: Rosdakarya, 2005)hal. 16-17.

⁴³ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004). hal. 197.

6. Unsur- Unsur Bimbingan dan Konseling Islam

a. Konselor

Konselor atau pembimbing merupakan seseorang yang mempunyai wewenang untuk memberikan bimbingan kepada orang lain yang sedang menghadapi kesulitan atau masalah yang tidak bisa diatasi tanpa bantuan orang lain. Persyaratan menjadi konselor antara lain:

- 1) Kemampuan profesional
- 2) Sifat kepribadian yang baik
- 3) Kemampuan kemasyarakatan (*Ukhuwah Islamiyah*)
- 4) Ketakwaan kepada Allah.⁴⁴

b. Klien

Individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain dinamakan klien. Disamping itu klien adalah orang yang perlu memperoleh perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya dan membutuhkan bantuan dari pihak lain untuk memecahkannya, namun demikian keberhasilan dalam mengatasi masalahnya itu sebenarnya sangat ditentukan oleh pribadi klien itu sendiri.⁴⁵

c. Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara kenyataan dan harapan. Hal yang semacam itu perlu untuk ditangani atau dipecahkan oleh konselor bersama klien.

Menurut WS. Winkel dalam bukunya “Bimbingan dan konseling di sekolah menengah”, masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.

Dalam kamus psikologi, dikatakan bahwa masalah atau

⁴⁴ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 42.

⁴⁵ Imam Sayuti Farid, *Pokok-pokok Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah* (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), hal. 14.

problem adalah situasi yang tidak pasti, meragukan dan sukar dipahami, masalah atau pernyataan yang memerlukan pemecahan.

Adapun macam-macam masalah yang dihadapi manusia sangatlah kompleks, diantaranya sebagai berikut :

- 1) Problem dalam bidang pernikahan dan keluarga
- 2) Problem dalam bidang pendidikan
- 3) Problem dalam bidang sosial (kemasyarakatan)
- 4) Problem dalam bidang pekerjaan (jabatan)
- 5) Problem dalam bidang keagamaan.

Jadi kesimpulannya masalah adalah penyimpangan dari keadaan normal atau tidak adanya kesesuaian antara keinginan yang diidamkan dengan keadaan yang ada sehingga dapat menghambat, merintangikan dan mempersulit dalam usaha mencapai tujuan.

7. Tahapan- Tahapan Bimbingan Konseling Islam

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan member makna bagi para peserta konseling tersebut (konseling dan klien).⁴⁶ Sedangkan proses Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses untuk mengadakan perubahan pada diri klien, perubahan itu sendiri pada dasarnya adalah menimbulkan sesuatu yang baru yang sebelumnya belum berkembang, misalnya berupa perubahan pandangan, sikap, keterampilan dan sebagainya.⁴⁷

Berikut gambaran umum proses Bimbingan Konseling Islam dibagi menjadi tiga tahapan yaitu:

Pertama, adalah tahap awal, tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor dan klien menemukan defenisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian atau masalah klien.

⁴⁶ Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004). hlm. 50.

⁴⁷ Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1983), hlm. 107.

Kedua, adalah tahap pertengahan (tahap kerja), berangkat dari defenisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada penjelajahan masalah klien dan bantuan apa saja yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

Ketiga, adalah tahap akhir Bimbingan Konseling Islam. Pada tahap ini ditandai oleh beberapa hal berikut:

- a. Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b. Adanya perubahan perilaku klien ke arah lebih positif, sehat dan dinamik.
- c. Adanya rencana hidup masa akan datang dengan program yang jelas.
- d. Terjadi perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suak menyalahkan dunia luar seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berpikir realistik dan percaya diri⁴⁸

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan atau dalam Bahasa Inggrisnya “*anxiety*” berasal dari Bahasa Latin “*angustus*” yang berarti kaku, dan “*ango, anci*” yang berarti mencekik. Kecemasan (*anxiety*) dapat diartikan sebagai perasaan kuatir, cemas, gelisah, dan takut yang muncul secara bersamaan, yang biasanya diikuti dengan naiknya rangsangan pada tubuh, seperti: jantung berdebar-debar, keringat dingin. Kecemasan dapat timbul sebagai reaksi terhadap “bahaya” baik yang sungguh- sungguh ada maupun yang tidak (hasil dari imajinasi saja) yang seringkali disebut dengan “*free-floating anxiety*” (kecemasan yang terus mengambang tanpa diketahui penyebabnya).

⁴⁸ Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004). hlm. 50.

Kecemasan adalah keadaan yang berorientasi pada masa yang akan datang, yang ditandai dengan efek negatif, dimana seseorang memfokuskan diri pada kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan yang tidak dikontrol. Biasanya rasa cemas ini terjadi pada saat adanya kejadian atau peristiwa tertentu, maupun dalam menghadapi suatu hal. Bahkan kecemasan ini perlu dimiliki oleh manusia. Apabila kecemasan itu berlebihan akan berubah menjadi abnormal, ketika kecemasan yang ada dalam diri individu menjadi berlebihan atau melebihi dari kapasitas umumnya. Individu yang mengalami gangguan seperti ini bisa dikatakan mengalami gangguan kecemasan yaitu ketakutan yang berlebihan dan sifatnya tidak rasional. Seseorang dikatakan menderita *anxiety disorder* apabila kecemasan atau anxietas ini mengganggu aktivitas dalam kehidupan dari diri individu tersebut. salah satunya terganggunya fungsi sosial dalam diri individu. Misalnya, kecemasan yang berlebihan ini menghambat diri seseorang untuk menjalin hubungan akrab antar individu maupun kelompoknya.

Menurut beberapa para ahli Neved kecemasan adalah reaksi yang tepat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya. Kecemasan dialami oleh semua orang dalam perjalanan kehidupannya. Ramaiah Kecemasan adalah hal yang lumrah dialami individu, terutama saat ia merasa tertekan dalam hidupnya. Kecemasan dapat timbul dengan sendirinya atau munculnya bergabung disertai gejala-gejala dari berbagai gangguan emosi yang lain. Sedangkan menurut Gunarsa Kecemasan adalah suatu dorongan yang kuat terhadap perilaku, baik perilaku yang kurang sesuai ataupun perilaku yang mengganggu. Keduanya merupakan manifestasi dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut. Kecemasan merupakan reaksi pada keadaan tertentu yang dirasa menjadi ancaman, dan merupakan sesuatu yang lumrah terjadi menyertai perkembangan, perubahan, peristiwa baru maupun yang belum

pernah dilakukan, juga dalam menemukan jati diri dan makna hidup.⁴⁹ Sementara itu, Gail W. Stuart menyatakan bahwa kecemasan adalah kekhawatiran yang samar-samar dan tersebar berhubungan dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Kecemasan dapat disebut sebagai gejala di mana keadaan emosional dengan tidak nyaman perasaan dalam diri seseorang, dan merupakan pengalaman samar yang disertai dengan perasaan ketidakberdayaan dan ketidakpastian yang disebabkan oleh sesuatu yang tidak jelas.⁵⁰

Kecemasan merupakan pengalaman perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Ia timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan dalam atau intern dari tubuh, ketegangan ini akibat suatu dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom. Misalnya, apabila seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya dan menakutkan, maka jantungnya akan bergerak lebih cepat, nafasnya menjadi sesak, mulutnya menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat, reaksi semacam inilah yang kemudian menimbulkan reaksi kecemasan. Orang yang dilanda kecemasan bisa mengganggu keseimbangan pribadi seperti; tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, dan sebagainya. Orang yang cemas merasakan dirinya terkungkung dan jauh dari perasaan bebas, sehingga untuk mendapatkan rasa bebas maka orang harus keluar dari kecemasan. Menurut May kebebasan dan kecemasan adalah dua sisi dari sekeping mata uang. Banyak orang tidak sadar akan gagasan-gagasan yang kreatif yang dimiliki karena inspirasi mereka itu dihalangi oleh kecemasan sebelum gagasan-gagasan itu sampai kepada tingkat kesadaran., bahwa kecemasan adalah keadaan tegang yang memaksa untuk berbuat sesuatu. Ada tiga jenis kecemasan, yaitu:

⁴⁹ Aditya Dedy Nugraha, *Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam*, Vol 2, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, hlm 4

⁵⁰ Nihaya Ulin, Ahmad Shofwan ats-Tsauri Sadnawi, Nuha Naillaturrafidah, "The Academic Anxiety of Students in Pandemic Era", *Jurnal Studi*, Vol. 2, No 1, 2021

- 1) Kecemasan realita (*reality anxiety*), adalah rasa takut akan bahaya yang datang dari dunia luar, dan derajat kecemasan semacam itu sesuai dengan tingkat ancaman yang nyata.
- 2) Kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*), adalah rasa takut kalau-kalau insting akan keluar jalur dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang akan menyebabkan ia dihukum.
- 3) Kecemasan moral (*moral anxiety*), adalah rasa takut terhadap hati nuraninya sendiri.

Orang dengan hati nuraninya yang cukup berkembang cenderung untuk merasa bersalah apabila mereka berbuat sesuatu yang bertentangan dengan kode moral mereka atau dengan introyeksi ibu bapak mereka. Kecemasan merupakan hal yang sudah dianggap wajar sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari dan pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sebagai salah satu aspek kepribadian merupakan keadaan emosional yang kompleks dan kronis yang ditandai oleh perasaan takut, gelisah dan mengalami ketegangan. Kecemasan adalah saat seseorang mengalami ketegangan, rasa tidak aman, yang timbul karena ada perasaan akan mengalami kejadian yang tidak menyenangkan. Kecemasan paling baik digambarkan sebagai suatu sensasi dari ketidaknyamanan yang amat sangat dari rasa takut akan sesuatu. Namun menyatakan suatu perbedaan antara kecemasan dengan ketakutan atau fear ada objek yang jelas atas apa yang ditakuti seseorang.

Kecemasan diakibatkan karena ada keragu-raguan pada diri seseorang mengenai kejadian yang akan datang. Beberapa ahli membedakan antara ketakutan (*fear*) dengan kecemasan (*anxiety*). Ketakutan didefinisikan sebagai respon individu terhadap stimulus yang relatif konkrit dan dianggap mengandung bahaya yang langsung dan nyata. Sementara kecemasan pada umumnya didefinisikan sebagai suatu perasaan ketakutan dan ketidaknyamanan yang tidak jelas sumber-sumber eksternalnya. Menurut Freud perbedaan kecemasan dan ketakutan terletak pada sumber ancamannya. Kecemasan (*Neurotic Anxiety*) terjadi karena

adanya konflik dalam diri individu dengan demikian kecemasan ini bersifat patologis, sedangkan ketakutan (*Objective Anxiety*) disebabkan adanya bahaya-bahaya yang datang dari luar diri individu. Reaksi yang ditimbulkan oleh perasaan takut, menurut Freud merupakan reaksi yang normal, akan tetapi dari dalam DSM III. Menurut Lazarus, kecemasan dapat dianggap sebagai suatu respon sebagai *unpleasant affective state* atau suatu keadaan perasaan yang tidak menyenangkan. Perasaan ini ditandai oleh adanya rasa was-was, gelisah, khawatir, bingung dan perasaan tertekan sehingga sukar di mengerti dengan pasti. Sedangkan mengemukakan bahwa kecemasan merupakan kekhawatiran mengenai ketidakpastian atau kejadian yang akan datang, dimana kejadian di sini dimungkinkan dalam bentuk nyata atau kabur dan dapat bersifat realistik atau tidak realistik.

Kecemasan dapat diartikan sebagai reaksi terhadap adanya ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi atau perasaan tertekan yang dapat disebabkan oleh perasaan kecewa, rasa tidak puas, tidak aman dan sikap permusuhan dengan orang lain. Sekalipun demikian, kecemasan dapat bersifat menguntungkan jika berfungsi menyadarkan orang akan bahaya yang datang dari luar atau dari dalam dirinya. Dalam keadaan seperti ini individu akan lebih waspada dan berusaha mengatasi masalahnya dengan mengadakan perencanaan yang efektif terhadap tindakannya. Sullivan menyumbangkan pikirannya dalam memahami masalah kecemasan. Ia berpendapat bahwa kecemasan merupakan hasil hubungan interpersonal yang diakibatkan oleh adanya ancaman terhadap rasa aman pada diri individu. Tanpa adanya kecemasan kesulitan interpersonal akan dapat diselesaikan dengan baik.

Dari beberapa teori yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan keadaan emosional yang kompleks dan kronis yang merupakan reaksi individu terhadap hal-hal yang dihadapinya, yang berhubungan dengan aspek subjektif emosi. Biasanya kecemasan timbul karena adanya kekhawatiran mengenai ketidakpastian

atau kejadian yang akan datang, dimana kejadian di sini dimungkinkan dalam bentuk nyata atau kabur dan dapat bersifat realistis atau tidak realistis⁵¹

2. Faktor Kecemasan

Kecemasan adalah simtom rangsangan perasaan yang telah ditekan. Rangsangan emosi itu adalah suatu reaksi terhadap kekecewaan, terhadap frustrasi. Berkali-kali orang yang mengalami kecemasan semacam itu harus menekan ingatannya akan motive rintangan dan dorongan untuk melarikan diri.

a. Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal anda mempengaruhi cara berfikir anda tentang diri anda sendiri dan orang lain. Hal ini bisa saja disebabkan pengalaman anda dengan keluarga, dengan sahabat, dengan rekan sekerja, dan lain-lain. Kecemasan wajar timbul jika anda merasa tidak aman terhadap lingkungan anda.

b. Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika anda tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan anda dalam hubungan personal. Ini benar terutama jika anda menekan rasa marah atau frustrasi dalam jang waktu yang lama sekali. Oleh karena itu, kecerdasan emosional dianggap sebagai faktor penting dalam pengaturan. Kecerdasan emosional adalah sekumpulan kemampuan mengenai keadaan emosi, kemampuan seperti mengenali emosi, mendorong diri sendiri dan mempertahankan diri sendiri keinginan, memahami dan mengolah emosi orang lain, dan mengelola social.⁵²

c. Sebab-sebab fisik

⁵¹ Hayat Abdul, *Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya*, Jurnal Studi, Vol. 7, No. 01, Januari- Juni 2014

⁵² Qomar Tania, Devi Saralah, Ali Muhammad Equatora. "Perceived Stress, Emotional Intelligence, And Wellbeing Of Mental Health Profesionals During Covid In Pakistan". Jurnal Studi , Vol 3, No 17, 2022

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan kecemasan. Ini biasanya terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

d. **Keturunan**

Sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan.

3. Ciri- Ciri Kecemasan

Adapun ciri-ciri kecemasan yang lain yaitu:

a. **Ciri-ciri fisik**

Kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang gemetar, sensasi dari pita ketat yang mengikat di sekitar dahi, kekencangan pada pori-pori kulit perut atau dada, banyak berkeringat, telapak tangan yang berkeringat, pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, pusing, merasa lemas, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, panas dingin, sering buang air kecil, mudah marah atau sensitif.

b. **Ciri-ciri Behavioral :**

- 1) Perilaku menghindar
- 2) Perilaku melekat dan dependen
- 3) Perilaku terguncang

c. **Ciri-Kognitif**

- 1) Khawatir tentang sesuatu
- 2) Ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah
- 3) Berfikir bahwa semuanya tidak lagi bisa dikendalikan
- 4) Berfikir bahwa harus bisa kabur dari keramaian
- 5) Khawatir akan ditinggal sendirian

6) Sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran⁵³

4. Gejala Kecemasan

Cemas mempunyai penampilan atau gejala yang bermacam-macam, antara lain :

- a. Gejala jasmaniah (fisiologis) yaitu : ujung-ujung anggota kaki dan tangan dingin, keringat berpercikan, gangguan pencernaan, cepatnya pukulan jantung, tidur terganggu, kepala pusing, hilang nafsu makan, dan pernapasan terganggu.
- b. Gejala kejiwaan yaitu : sangat takut, serasa akan terjadi bahaya atau penyakit, selalu merasa lemah dan murung, hilangnya kepercayaan dan ketenangan, suka menyendiri, mudah marah, was-was, dan ingin lari dari kehidupannya.⁵⁴

5. Macam- Macam Kecemasan

Freud berpendapat bahwa cemas itu ada dua macam:

- a. Cemas obyektif

Adalah apabila orang mengetahuinya bahwa sumber cemasnya adalah di luar dirinya, cemas obyektif adalah reaksi terhadap pengenalan akan adanya bahaya luar atau adanya kemungkinan bahaya yang disangkanya akan terjadi.

- b. Cemas penyakit

Freud Berpendapat bahwa cemas penyakit tampak dalam tiga bentuk pokok :

- 1) Cemas umum

Cemas ini adalah cemas paling sederhana, karena ia tidak berhubungan dengan sesuatu hal tertentu yang terjadi hanyalah

⁵³ Jeffrey S. Nefid Spencer A, *Psikologi Abnormal edisi kelima jilid I*(Penerbit Erlangga, 2003)hal. 164.

⁵⁴ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, (Jakarta: Bulan Bintang, tth), hal. 29.

individu merasakan takut yang samar umum serta tidak menentu.

2) Dalam penyakit

Cemas ini mencakup pengenalan terhadap obyek atau situasi tertentu, sebagai penyebab dari cemas, misalnya ada orang yang takut melihat darah atau serangga.

3) Dalam bentuk ancaman

Cemas ini adalah bentuk cemas yang menyertai gejala gangguan kejiwaan seperti hysteria misalnya, orang yang menderita gejala tersebut kadang-kadang merasa cemas, karena takut akan terjadi hal itu. Ketakutan akan kejadian tersebut merupakan ancaman.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki seseorang pada saat ia menghadapi suatu kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Kecemasan timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan intern dari tubuh atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom, biasanya jantung akan bergerak lebih cepat, nafas menjadi sesak, mulut menjadi kering dan telapak tangan berkeringat. Orang yang dilanda kecemasan ini juga bisa merasakan tegang, takut, khawatir, resah dan gelisah, gugup, bingung, dan perasaan panik. Kecemasan yang perlu dikendalikan adalah kecemasan tinggi atau kecemasan neurotik (neurotik anxiety) sehingga ia tidak mengganggu kepribadian tetapi sebaliknya menjadi sumber motivasi menuju ke arah kemajuan yang positif tidak terkecuali dalam belajar Matematika. Sebab kecemasan biasa (normal anxiety) ia merupakan tanggapan yang cukup wajar terhadap peristiwa yang sedang dihadapi, bahkan sebagai sumber motivasi ke arah perubahan positif kepribadian. Ada beberapa prosedur pendekatan pengendalian diri dan kecemasan yang dikemukakan para ahli. Untuk itu dalam upaya pengendalian kecemasan kita tidak perlu harus mengambil semuanya, tetapi pilih mana yang dirasa lebih mudah dan cocok untuk diri sendiri.

C. Pengertian Anak Terlantar

1. Anak Terlantar

Anak merupakan titipan Allah kepada setiap orang tua. Setiap orang tua yang memiliki anak memiliki tugas dalam pendidikan, kasih sayang maupun perkembangan anak dalam meraih cita-citanya. Orang tua yang dalam tugas perkembangannya tentunya mempunyai segudang harapan dan semangat juang dalam memberikan pendidikan terbaik dalam setiap tumbuh kembang anaknya. Tugas orang tua bukan hanya semata-mata mengasuh, dan men didik anak sehingga si anak menjadi harapan yang membanggakan orang tua, akan dijadikan apa dan menjadi apa kelak tergantung dengan pendidikan yang diberikan oleh orang tua.⁵⁵ Anak terlantar adalah anak yang berusia 5-18 tahun yang menghabiskan sebagian besar waktunya untuk mencari nafkah atau berkeliaran di jalanan maupun di tempat-tempat umum.⁵⁶ Berdasarkan UU No. 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak tercantum dalam pasal 1 ayat (6) dijelaskan bahwa “Anak terlantar adalah anak yang tidak terpenuhi kebutuhannya secara wajar, baik fisik, mental, spiritual, maupun sosial”. Anak terlantar sesungguhnya adalah anak-anak yang termasuk kategori anak rawan atau anak-anak membutuhkan perlindungan khusus (*children in need of special protection*).

Dalam Buku Pedoman Pembinaan Anak Terlantar yang dikeluarkan oleh Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur disebutkan bahwa yang disebut anak terlantar adalah anak yang karena suatu sebab tidak dapat terpenuhi kebutuhan dasarnya dengan wajar, baik secara rohani, jasmani, maupun sosial.⁵⁷ Seorang anak dikatakan terlantar, bukan sekedar karena ia sudah tidak lagi memiliki salah satu orang tua atau kedua orang tuanya. Tetapi, terlantar di sini juga dalam pengertian ketika hak-hak anak untuk tumbuh

⁵⁵ Ulin Nihaya, “MENGEMBANGKAN POTENSI ANAK: Antara Mengembangkan Bakat dan Eksploitasi”. Jurnal Studi, Vol 10, No 2, April, 2015

⁵⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga, Tahun 2005

⁵⁷ Bagong Suyanto, Masalah Sosial Anak (Jakarta: Prenada Media Group, 2010), h.

kembang secara wajar, untuk memperoleh pelayanan kesehatan yang memadai, tidak terpenuhi karena kelalaian, ketidakmengertian orang tua, ketidakmampuan atau kesengajaan.

Seorang anak yang kelahirannya tidak dikehendaki, misalnya, mereka umumnya sangat rawan untuk diterlantarkan dan bahkan diperlakukan salah (*child abuse*). Pada tingkat yang ekstrem, perilaku penelantaran anak bisa berupa tindakan orang tua membuang anaknya, entah itu di hutan, di selokan, di tempat sampah, dan sebagainya baik ingin menutupi aib atau karena ketidaksiapan orang tua untuk melahirkan dan memelihara anaknya secara wajar.⁵⁸ Berdasarkan dari pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa anak terlantar adalah anak yang tidak terpenuhi kebutuhan dasarnya akibat kelalaian maupun ketidakmampuan orang tuanya. Anak terlantar pada umumnya adalah anak-anak yang berasal dari latar belakang keluarga yang berbeda. Ada yang berasal dari keluarga yang tidak mampu, sehingga mereka tumbuh dan berkembang dengan latar belakang kehidupan jalanan yang akrab dengan kemiskinan, penganiayaan, kekerasan dan hilangnya kasih sayang, sehingga berperilaku negative yang bisa mengancam jiwanya³⁰.

Anak terlantar, pada hakikatnya "anak-anak", sama dengan anak-anak lainnya yang bukan anak terlantar. Mereka membutuhkan pendidikan. Pemenuhan pendidikan, oleh karena itu orang tua haruslah memperhatikan aspek perkembangan fisik dan mental mereka. Sebab, anak bukanlah orang dewasa yang berukuran kecil. Anak mempunyai dunianya sendiri. Kita tak cukup memberinya makan dan minum saja, atau hanya melindunginya di sebuah rumah, karena anak membutuhkan kasih sayang. Kasih sayang adalah fundamen pendidikan. Tanpa kasih sayang serta pendidikan yang ideal tak mungkin akan dijalankan.⁵⁹

⁵⁸ Bagong Suyanto, Masalah Sosial Anak Edisi Revisi (Jakarta: Prenadamedia Group, 2013), h. 226-227.

⁵⁹ Balitbang Diknas. *Satuan Biaya Pendidikan*. (Dikutip Oleh Media Indonesia) Jakarta.2004

2. Ciri- Ciri Anak Terlantar

Ciri-ciri yang menandai seorang anak dikategorikan terlantar adalah: Pertama, mereka biasanya berusia 5-18 tahun, dan merupakan anak yatim, piatu, atau anak yatim piatu. Kedua, anak yang terlantar acap kali adalah anak yang lahir dari hubungan seks di luar nikah dan kemudian mereka tidak ada yang mengurus karena orang tuanya tidak siap secara psikologis maupun ekonomi untuk memelihara anak yang dilahirkannya. Ketiga, anak yang kelahirannya tidak direncanakan atau tidak diinginkan oleh kedua orang tuanya atau keluarga besarnya, sehingga cenderung rawan diperlakukan salah. Keempat, meski kemiskinan bukan satu-satunya penyebab anak ditelantarkan dan tidak selalu pula keluarga miskin akan menelantarkan anaknya. Tetapi bagaimanapun harus diakui bahwa tekanan kemiskinan dan kerentanan ekonomi keluarga akan menyebabkan kemampuan mereka memberikan fasilitas dan memenuhi hak anaknya menjadi sangat terbatas. Kelima, anak yang berasal dari keluarga yang broken home, korban perceraian orang tuanya, anak yang hidup di tengah kondisi keluarga yang bermasalah-pemabuk, kasar, korban PHK, terlibat narkoba, dan sebagainya.⁶⁰ Selain itu, anak juga dapat dikatakan terlantar apabila telah memenuhi kriteria sebagai berikut:⁶¹

- a. Anak terlantar tanpa orang tua/keluarga, dengan ciri-ciri:
 - 1) Orang tua/keluarga tidak diketahui
 - 2) Putus hubungan dengan orang tua/keluarga
 - 3) Tidak memiliki tempat tinggal
- b. Anak terlantar dengan orang tua/keluarga, dengan ciri-ciri:
 - 1) Hubungan dengan orang tua masih ada
 - 2) Tinggal bersama orang tua/keluarganya
 - 3) Rawan sosial dan putus sekolah
 - 4) Tinggal dengan keluarga miskin

⁶⁰ Bagong Suyanto, Masalah Sosial Anak Edisi Revisi, h. 230.

⁶¹ Pemerintah Provinsi Sulawesi Selatan Dinas Kesejahteraan Sosial dan Perlindungan Masyarakat. Petunjuk teknis Pelayanan Sosial Anak Terlantar DiLuar Panti, h. 19-20.

3. Penyebab Anak Terlantar

Penyebab penelantaran anak oleh keluarga/orang tua ialah:

a. Aspek social-ekonomi

Orang tua tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup keluarga karena tekanan ekonomi yang sangat berat.

b. Aspek kejiwaan

Orang tua tidak ada/tidak lengkap, kondisi keluarga yang tidak harmonis, pengaruh lingkungan yang buruk dan adanya factor salah didik pada anak

Dapat disimpulkan bahwa anak terlantar terjadi timbul dari beberapa aspek dari dalam diri sendiri maupun dari luar diri. Oleh karena itu perlu adanya bimbingan dan pedoman dimana agar dapat memberikan motivasi extra terhadap anak terlantar agar kecemasan dalam diri mereka terkendala dan dapat menjalankan kehidupan yang semestinya.

Berikut adalah beberapa prosedur untuk pengendalian diri yang ditawarkan oleh para ahli di bidang ini, yaitu antara lain:

- 1) Kanfer dan Kareloy mengemukakan empat langkah dalam mengembangkan keterampilan pengendalian diri, yaitu:
- 2) Membuat sebuah komitmen untuk mengubah perilaku yang ada.
- 3) Menentukan spesifik dari perubahan perilaku sebagai tujuan perubahan itu sendiri,
- 4) *Selfmonitoring* dan *selfevaluation* terhadap langkah-langkah itu sendiri,
- 5) Mengaplikasikan selfreinforcement atau self panishment tergantung pada setr yang telah dicapai.

Mahoney dan Thoreson mengemukakan tiga langkah pelatihan pengendalian diri sebagai berikut:

- a. Pengamatan diri (*selfobservational*), yaitu seseorang memperhatikan, mengamati, dan merekam kejadian-kejadian yang mereka alami untuk mendapatkan feedback dan evaluasi.

- b. Perencanaan lingkungan (*enviromental planing*), yaitu mengubah lingkungan di mana kejadian-kejadian yang mendahului tingkah laku atau konsekuen yang mengikuti tingkah laku dapat diubah.

BAB III

GAMBARAN UMUM PENELITIAN

A. Profil Tentang Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Panti Asuhan Darul Hadlanah (PADH) NU Kota Salatiga, yang terletak di samping persis tugu selamat datang datang Kota Salatiga dari arah Ungaran ini didirikan pada tahun 2008. Panti yang didirikan oleh divisi mabarot (sosial) PCNU Kota Salatiga sebagai bentuk implementasi tanggung jawab moral dan sosial PCNU Salatiga terhadap warga NU yang tidak mampu. Ketua pembangunan panti pada waktu itu adalah Bapak Zaenuri. Setelah proses pembangunan usai, kemudian panti ini diresmikan oleh Rois Syuriah PWNU Jawa Tengah. Setelah resmi difungsikan, panti ini diketuai oleh Bapak Drs. Zaenuri dan diasuh oleh Dr. M. Gufron, M.Ag. beserta istri beliau, Ibu Mu'izzatul Azizah, S.Th.I. Pada mulanya, hanya terdapat 10 anak panti yang berasal dari penjuru wilayah Kota Salatiga. Belum ada anak putri pada masa itu. Baru setelah tahun 2012-2013 terdapat anak putri yang bermukim di panti.

Sumber dana untuk kebutuhan anak panti sehari-hari bersumber dari donatur tetap dan donatur tak tetap. Donatur tetap berasal dari iuran pengurus PCNU Salatiga dan warga NU Salatiga. Kebutuhan anak pada masa perkembangan panti ini sangat sederhana, mengingat sumber pendanaan yang belum mempunyai banyak relasi.

Pada tahun 2013, legalitas sebagai panti terbukti setelah menginduk pada Dinas Sosial Kota Salatiga dan mengurus Surat Izin Operasional (SIOP). Setelah bergabung dengan Dinas Sosial, panti Darul Hadlanah Kota Salatiga bisa disebut dengan istilah LKSA (Lembaga Kesejahteraan Anak).

Seiring perkembangan masa, kini Panti Asuhan Darul Hadlanah juga berkembang secara drastis. Dari yang awalnya mempunyai 10 anak asuh,

kini mempunyai puluhan anak asuh. Begitupun dengan bangunannya, yang awalnya hanya satu gedung, kini terdapat tiga gedung.

Sarana dan prasarananya, semua lengkap terpenuhi. Ada yang unik, PADH yang notabennya sebagai panti/ LKSA, ternyata konsep pengelolaannya seperti konsep pesantren. Seperti layaknya pesantren, ada 5 unsur karakteristik pesantren, yakni: Ustadz/ Kyai, Santri, kitab kuning, pondok, dan masjid. Dan kelima unsur tersebut benar-benar ada dalam Darul Hadlanah. Untuk membentuk karakter pekerti anak, terdapat langkah untuk mencapai tujuan tersebut: Mengajari Al-Qur'an, mendekatkan anak pada masjid, dan menjadikan Ulama' sebagai figur panutan.

Terkait visi dan misi Darul Hadlanah, dirumuskan sendiri oleh Sang pengasuh dan disepakati oleh PCNU Salatiga. Dalam visi misi tersebut, sangat diinginkan *output* anak asuh/ santri PADH yang berakhlaqul karimah, mempunyai SDM yang mumpuni dan softskill dalam bidang tertentu. Kemudian, visi misi tersebut juga ditipang oleh panca jiwa (*five souls*) PADH yang biasa disingkat KAKIKU: Keimanan, Akhlak mulia, Keikhlasan, Kesederhanaan, dan Ukhuwah Islamiyah.

Mengingat latar belakang, tujuan, mulia, dan visi misi PADH, diciptalah serangkaian kegiatan untuk anak asuh/ santri Darul Hadlanah. Mulai dari tartil dan tahfidz Al-Qur'an, kajian kitab kuning, Dziba', hingga pelatihan softskill lain seperti rebana, Qiro'ah, mengelas, Bahasa Inggris, *computational thinking*, dan lain sebagainya.

Tak hanya itu, peraturan yang ada di PADH juga dibuat untuk menciptakan karakter santri yang selaras dengan visi misi PADH. Semua peraturan bukan dijadikan sebagai segmen kekangan, tetapi, dengan peraturanlah keseharian santri akan tertata. Jalani semua peraturan dengan sabar. "Sepanjang kita bisa jujur dan menjalankan amanah (peraturan) dengan sabar, insyaallah akan berhasil (K. Gufron)"

2. Adapun Visi dan Misi Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

a. Visi Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Visi Panti Asuhan Darul Halanah Kota Salatiga adalah menjadi pusat pengembangan pribadi bagi para anak yatim, piatu, duafa' dan terlantar yang berakhlakul karimah, agama dan cerdas secara intelektual.

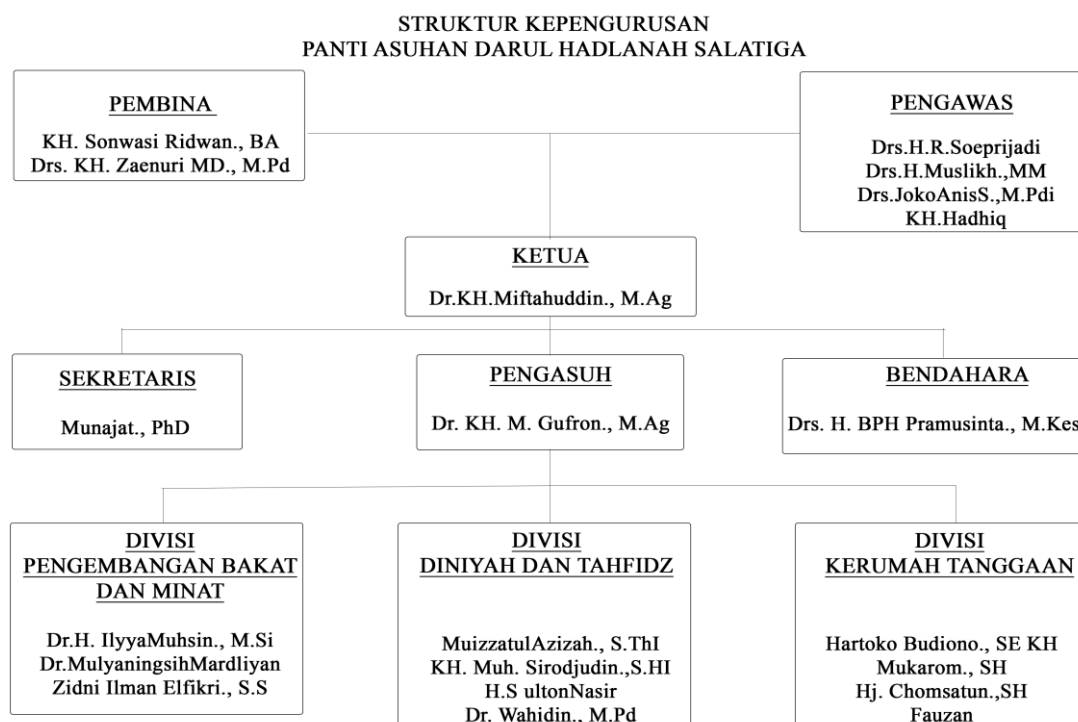
b. Misi Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Dan adapun yang menjadi misi Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga adalah sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan keimanan dan ketakwaan santri asuh kepada Allah SWT.
- 2) Mengajarkan santri asuh agar tetap berpegang pada nilai- nilai Ahlusunah Wal Jama'ah.
- 3) Mendidik santri asuh agar menjadi santri asuh yang Berakhlakul Karimah, cerdas dan mandiri.
- 4) Meningkatkan kualitas sumber daya santri
- 5) Membangun kesadaran santri asuh untuk berprestasi sesuai dengan kompetensinya masing- masing.

3. Struktur Organisasi

Struktur Kepengurusan Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga adalah sebagai berikut:



B. Gambaran Kondisi Kecemasan Awal Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Bimbingan Konseling Islam dalam menghadapi kecemasan adalah salah satu program dari Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Tujuan dari Bimbingan Konseling dalam menghadapi kecemasan itu sendiri untuk memberikan bantuan baik secara psikis ataupun non psikis serta sebagai sarana untuk melakukan pendampingan dari pengasuh kepada anak panti yang akan menjadi bagian dari keluarga Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Kendala dari bimbingan konseling islam dalam menghadapi kecemasan ini menurut pengasuh adalah pengasuh harus memahami sifat, watak dan perilaku anak panti. Bimbingan Konseling yang dilakukan antara lain; melakukan pengamatan terhadap anak panti terutama anak baru yang

memiliki ciri seperti kegelisahan, kegugupan, suka menghindar, dan ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah. Dari pendapat yang diutarakan pengurus panti Layanan konseling yang diberikan disesuaikan kebutuhan anak dalam hal ini mengatasi kecemasan dengan mencari lebih dahulu sumber kecemasannya, bila karena masalah belajar maka cara belajar yang diperbaiki, bila masalah psikologis yang karena kurangnya informasi membuat cemas anak dilatih untuk mencari informasi dan bertanya.

Pernyataan diatas senada dengan yang disampaikan Bapak Bani, ia mengatakan:

“Ya betul, bimbingan konseling disini biasanya disesuaikan dulu latar belakang si anak dan tingkat dari kecemasannya itu sendiri, seperti kecemasan ringan, sedang, dan kecemasan berat. Untuk kecemasan ringan sendiri biasanya hanya perlu adaptasi dari anak tersebut, namun untuk kecemasan sedang biasanya si anak itu ditandai dengan menurunnya perhatian dan penyelesaian masalah, tidak sabar dan mudah tersinggung. Untuk kecemasan berat si anak ditandai dengan beberapa ciri seperti kesulitan berpikir, merasa takut, menarik diri, gemetar, mengeluarkan banyak keringat, menggertakan gigi”⁶²

Berdasarkan hasil observasi lapangan serta wawancara dengan beberapa anak panti, yang mengalami tingkatan kecemasan dengan kategori ringan, sedang, tinggi. Penentuan kategori- kategori tersebut peneliti ambil dari pencocokan ciri- ciri kecemasan dan aspek- aspek kecemasan anak. Taylor menyatakan bahwa kecemasan ialah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum akan ketidakmampuan dalam menghadapi masalah, konflik atau ancaman. Kecemasan dapat dilihat dari tiga aspek reaksi, diantaranya:

1. Aspek fisiologis; seperti peningkatan denyut nadi dan tekanan darah,debar jantung dan nafas tidak beraturan,keringat dingin, nafsu makan hilang,
2. Aspek intelektual; seperti tidak mampu berkonsentrasi, sulit berpikir jernih,tidak mampu memecahkan masalah, dan penurunan perhatian.

⁶² Bani, Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 25 Juni 2023

3. Aspek emosional; seperti mudah merasa malu, mudah tersinggung, merasa tidak tenang, khawatir, tegang. Sampel ini bertujuan untuk memperkuat sumber data dan temuan penelitian.

Sebagaimana dalam tabel berikut:

Tabel 1. Tingkat Kecemasan pada anak Panti Asuhan Darul Hadlanah

No	Nama	Asal	Aspek Fisiologis	Aspek Intelektual	Aspek Emosional	Tingkat Kecemasan
1	Irul	Pati	Peningkatan denyut nadi	-	-	Rendah
2	Nadia	Pati	Peningkatan denyut nadi, keringat dingin	-	-	Rendah
3	Kartini	Bergas	Jantung berdebar, nafas tidak beraturan	Sulit berpikir jernih, susah berkonsentrasi	-	Sedang
4	Ihsan	Suruh	Peningkatan denyut nadi, jantung berdebar, nafas tidak beraturan	Susah berkonsentrasi, tidak mampu memecahkan masalah,	Mudah malu, muah tersinggung, tidak tenang, tegang	Tinggi

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa 2 anak tingkat kecemasan rendah dan 1 anak sedang kemudian 1 anak tingkat kecemasan tinggi. Sedangkan menurut pendapat Freud bahwa kecemasan adalah keadaan efektif, tidak menyenangkan disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang tersebut terhadap bahaya yang akan datang. Freud juga mengatakan bahwa kecemasan dibagi menjadi 3 yaitu kecemasan realitas, kecemasan *neurosis*, kecemasan moral. Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh anak panti Nadia yang mempunyai tingkat kecemasan rendah:

“Saya masuk di keluarga Panti Asuhan Darul Hadlanah tahun 2021, mungkin ketika awal masuk disini saya merasa tidak ada dalam kecemasan yang tinggi dikarenakan saya suka mengenal hal baru begitu juga dengan teman-teman baru saya, namun saya ada sedikit merasa cemas dikarenakan ketika berada di panti saya harus mulai beradaptasi akan peraturan yang ada salah satunya ketika berada di panti tidak di perbolehkan bermain handphone

namun boleh di gunakan ketika saat sekolah dan setelah pulang sekolah handphone wajib di kumpulkan ke pengurus panti kenapa saya merasa sedikit cemas karena sebelum saya berada di panti ini dunia media social saya sangat tinggi sehingga dengan adanya peraturan ini membuat saya sendiri gelisah dan cemas dikarenakan saya harus mengisi dengan kegiatan yang positive”⁶³

Sementara itu anak panti yang masuk dalam kecemasan sedang ditandai dengan gejala fisik seperti nafas pendek, mulut kering, timbulnya beberapa penyakit, gelisah dan sering tidak focus apa yang dilakukannya.

Sebelum adanya bimbingan konseling islam dalam mengatasi kecemasan itu sendiri ada beberapa factor yang mempengaruhi dalam diri anak panti sebagai berikut

1. Herditas / bawaan

Untuk hipotesis awal penyebab munculnya kecemasan karna factor bawaan yang apat diterima. Tidak dapat di pungkiri bahwa factor ini memberikan kontribusi tertentu yang memicu timbulnya suatu kecemasan. Kecemasan itu sendiri adalah suatu emosi yang tidak terlepas dari pengaruh lingkungan sekitar. Di saat stimulus kecemasan berjalan lambat maka respon individu terhadapnya sangat cepat. Sebaliknya disaat stimulusnya berjalan dengan cepat maka umumnya respon individu terhadapnya sangat lambat. Hal inilah yang merupakan masalah utama yang dialami oleh anak panti. Seperti yang diungkapkan oleh adek Irul:

“Saya sendiri bergabung dengan keluarga Panti Asuhan Darul Hadlanah pada tahun 2020, saya lebih dulu dibandingkan dengan Nadia, yang saya rasakan pertama kali bergabung dalam keluarga ini adalah dalam pikiran saya seperti takut akan hal baru terjadi pada saya yang dimana saya tidak bisa mengatasi suatu saat ini, namun perlahan mulai stabil dengan sendirinya disaat pengurus panti memberikan arahan-arahan apa yang harus saya lakukan ketika berada disini, namun ada factor yang dapat membuat saya merasa mudah menghilangkan rasa cemas saya yaitu karena saya orang tipikal mudah membaaur dengan siapapun dan saya pun orang yang mudah bercerita dengan hal baru bisa dikatakan saya ini orang ekstrovert untuk peraturan yang berada di panti ini saya

⁶³ Nadia, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, Wawancara 1 Juni 2023

tidak terlalu mempermasalahkan walau dalam diri saya sedikit merasa ada tekanan namun saya berusaha membiasakan semua itu”⁶⁴

2. Lingkungan

Suatu tempat yang berkaitan dengan faktor eksternal dan kondisi yang melingkupinya untuk kemudian membentuk suatu kepribadian individu dan membentuk cara merespon berbagai kondisi yang berbeda. Seperti yang diungkapkan adek Kartini:

“Yang saya rasakan saat itu kecemasan dalam tingkat sedang, dikarenakan saya orang yang pemalu, tidak mudah membaur apa lagi dengan orang yang baru kenal sehingga lebih sering memendam dalam diri dari problema yang saya rasakan, lingkungan baru mungkin jadi masalah utama kecemasan saya dikarenakan dulunya saya berada di lingkungan bisa dikatakan bebas tanpa adanya peraturan seperti saat saya berada disini. Lingkungan bisa mempengaruhi tingkat kecemasan apa lagi lingkungan tersebut berbalikan dengan lingkungan yang dulu”⁶⁵

3. Personal

Faktor ketiga ini hendaknya tidak diremehkan dalam kajian pembahasan tentang penyebab kecemasan. Problematika yang ada dalam diri individu tidak bertanggung jawab atas respon dirinya terhadap kecemasan. Pandangan dirinya atas permasalahan itulah yang justru menjadi stimulus adanya kecemasan. Seperti yang diungkapkan oleh adek Ihsan:

“Ketika masuk di panti asuhan ini saat umur 10 tahun. Hasrat saya saat itu adalah bermain. Ya mungkin karna masih umur segitu jadi saya belum bisa berfikir kedepannya harus bagaimana, saya awal mulai berada di panti ini jujur sangat terkekang dan tida betah, cemas, gelisah yang berlebihan saat itu. Peraturan dan kegiatan yang tidak sesuai dengan kemauan saya harus saya lakukan demi menghindari sanksi dari panti, kecemasan tinggi saat itu di saat adanya kegiatan khitobah merupakan kegiatan yang wajib dilakukan seluruh anak panti. Kenapa saya cemas dikarenaka saya takut tidak bisa melakukan khitobah seperti teman-teman lainnya. Saya malu dan lebih suka murung ketika adanya kegiatan tersebut”⁶⁶

⁶⁴ Irul, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, Wawancara 1 Juni 2023

⁶⁵ Kartini, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 1 Juni 2023

⁶⁶ Ihsan, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 1 Juni 2023

Pada umumnya kecemasan itu berdampak positive dalam kehidupan manusia karena mampu mengeluarkan kekuatan kognitif dan motoric untuk dapat memberikan respon yang sesuai hingga sumber kecemasan dapat dihilangkan.¹² Kecemasan pada seseorang harus segera di tangani sebelum pengidapnya akan mengalami kecemasan yang lebih parah.

C. Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti kepada pengurus panti kondisi anak sebelum mengikuti bimbingan konseling islam dalam mengatasi kecemasan, sekarang peneliti paparkan setelah mengikuti bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan.

Setelah mengikuti bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan anak panti mulai adanya motivasi dalam diri dan kepercayaan yang lebih. Hal ini sesuai dengan yang di sampaikan Nadia:

“Saya sangat senang bisa mengikuti bimbingan konseling islam dalam menghadapi kecemasan yang dilakukan oleh pengurus panti, yang dimana saya merasakan perbedaan signifikan, kecemasan yang saya rasakan ketika awal mula berada di panti saat itu sudah mulai hilang perlahan dengan adanya arahan dari pengurus dan bimbingan dari pengurus panti yang berpedoman pada Al Qur’an. Bimbingan yang di berikan pengurus panti mulai dari mengaku dan megungkapkan perasaan cemas disini bisa di lakukan dengan sharing. Sharing disini biasanya di sebut dengan curhat. Curhat mengungkapkan segala perasaan atau emosi yang tidak menyenangkan yang saya rasakan terkait dengan problema saya dan saya sekarang mulai merasa sudah nyaman”⁶⁷

Begitu juga dengan hal yang di sampaikan Irul dan Kartini:

“Saya pun juga merasakan hal dimana saya bisa lebih *rilex* dibanding awal saya berada disini, arahan dan bimbingan dari pengurus setelah mengikuti bimbingan konseling dalam menghadapi kecemasan saya mulai berani *speak up* denga napa yang saya rasakan dan pengurus panti pun memberikan solusi

⁶⁷ Nadia, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 1 Juni 2023

yang sekiranya saya lakukan agar apa yang menjadi problema saat itu mulai hilang”⁶⁸

Berdasarkan wawancara tersebut, didapati dari 4 anak panti yang di wawancarai peneliti bahwa 3 anak panti dari 4 anak panti yang awalnya masuk dalam kategori kecemasan rendah dan sedang sekarang telah mengalami penurunan menjadi kecemasan kategori rendah dan tidak cemas lagi.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti bahwa bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan mempunyai dampak yang sangat berpengaruh terhadap kecemasan pada anak panti. Hakikat bimbingan konseling Islam itu sendiri adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau Kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT.

D. Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dalam Menghadapi Kecemasan

Hasil kunjungan dan pengamatan di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Peneliti mewawancarai pengurus panti terkait proses bimbingan konseling Islam dalam menghadapi kecemasan. Peneliti juga ikut bergabung bersama dalam kegiatan yang dilakukan pengurus. Berikut hasil wawancara dengan salah satu pengurus panti Pak Bani sebagai berikut:

“Jadwal pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling islam terutama menghadapi kecemasan masih kondisional dikarenakan dikhususkan untuk anak baru panti, namun untuk anak lama juga bisa mengikutinya. Biasanya dilakukan setelah sholat jamaah isya disela-sela libur sekolah atau malam minggu, anak panti pun sangat antusias dalam kegiatan ini, dalam kegiatan pengurus biasanya mengumpulkan beberapa kelompok sesuai dengan keluhan dari anak panti jadi tidak difokuskan dalam aspek kecemasan, diluar dari kecemasan pun di perbolehkan, dalam kegiatan ini pengurus mempunyai maksud agar anak panti merasa adanya perhatian dari pengurus yang sayang kepada mereka walau bukan dari satu darah. Dan harapan pengurus agar anak panti dapat

⁶⁸ Irul dan Kartini, Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 1 Juni 2023

merangkul satu sama lain seperti halnya keluarga walau berbeda latar belakang kehidupan mereka.”⁶⁹

Dari penjelasan diatas Pak Bani menjelaskan bahwa pentingnya suatu kegiatan bimbingan konseling Islam. Oleh karena itu anak panti harus pemikiran kedepan dan mental yang kuat dalam menghadapi kehidupan.

1. Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan

Tahap- Tahap dalam Pelaksanaan Bimbing Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Sebagaimana wawancara peneliti dengan Pengurus Panti Bani

“Pertama, adalah tahap awal, tahap ini terjadi sejak pengurus menemui anak panti dan telah menemukan definisi masalah pada anak panti tersebut. Kedua, adalah tahap pertengahan (tahap kerja), berangkat dari defenisi masalah anak yang disepakati pada tahap awal kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada penjelajahan masalah anak dan bantuan apa saja yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah anak. Ketiga, adalah tahap akhir Bimbingan Konseling Islam. Pada tahap ini ditandai oleh beberapa hal berikut, menurunnya kecemasan anak. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya. Adanya perubahan perilaku anak ke arah lebih positif, mulai ada rencana hidup masa akan datang dengan program yang jelas.”⁷⁰

Dari wawancara diatas peneliti menyimpulkan bahwa dalam hal ini dapat dipenuhi dengan layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok. Bimbingan konseling perorangan akan membantu individu yang mengalami masalah baik pribadi, sosial, belajar maupun karir sehingga perkembangan anak dapat maksimal. Layanan konsultasi sangat dibutuhkan oleh pengurus panti berkenaan dengan cara menangani dan mengatasi masalah penyesuaian, kenakalan, memperbaiki perilaku anak yang mengalami pengalaman luar biasa sebelum datang ke panti, sehingga pengurus dapat memberi kesejahteraan terhadap semua anak panti.

⁶⁹ Bani, Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 23 Mei

⁷⁰ Bani, Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga, wawancara 23 Mei

2. Metode Bimbingan

Metode bimbingan yang biasa diterapkan adalah metode bimbingan langsung atau individual ketika dengan anak panti baru dengan kondisi tingkat kecemasan rendah, sedang, tinggi

“Seperti pengurus menanyakan langsung kepada anak secara *face to face* dan dilakukan di dalam kantor panti asuhan. Dalam metode ini pengurus harus bisa menempatkan posisinya sejajar dengan anak tersebut sehingga anak tersebut merasa nyaman tanpa adanya tekanan ketika melakukan bimbingan tersebut, sedangkan untuk tingkat kecemasan sedang menggunakan metode kelompok seperti karyawisata. Karyawisata itu sendiri dilakukan ketika libur sekolah dengan mengunjungi tempat-tempat wisata ataupun ziarah Bersama anak-anak lainnya sehingga membuat sifat kekeluargaan semakin erat.”⁷¹

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan

a. Faktor Pendukung

- 1) Kemampuan pengurus yang mampu menguasai ilmu-ilmu konseling dan penyampaiannya menggunakan versi santai.
- 2) Pengurus selalu memberi arahan dan pemahaman kepada anak panti.
- 3) Dukungan dari pengasuh, pengurus dan anak panti satu sama lainnya.

b. Faktor Penghambat

- 1) Tempat masih berada di kantor utama belum adanya tempat khusus konseling
- 2) Kekurangan pengurus yang menguasai ilmu-ilmu konseling
- 3) System konseling yang masih belum terstruktur

BAB IV
ANALISIS DAN HASIL PENELITIAN
BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN
PADA ANAK TERLANTAR DI PANTI ASUHAN DARUL HADLANAH
KOTA SALATIGA

A. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Anak Terlantar

Pada bab ini penulis menganalisa data yang diperoleh dengan melihat antara realita data lapangan dan teori.

Bimbingan konseling Islam merupakan program pelayanan bantuan yang diberikan melalui kegiatan perorangan dan kelompok untuk membantu individu melaksanakan kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang serta membantu individu mengatasi masalah yang dialaminya. Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Bila kita menengok sejarah agama di dunia, maka bimbingan keagamaan telah dilaksanakan oleh para nabi dan rasul, para sahabat, dan ulama' di lingkungan masyarakat dari zaman ke zaman. Setiap aktivitas yang dilakukan oleh manusia pasti memerlukan dasar, demikian juga dalam bimbingan keagamaan.

Dari hasil observasi, pengamatan dan wawancara, peneliti menemukan bahwa pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Islam yang dilakukan pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga dengan menggunakan metode Langsung atau individual karena pengurus panti melakukan dengan bertatap muka dengan anak panti dalam suatu ruangan. Dalam metode ini pengurus menggunakan teori dari Prayitno. Menurut Prayitno bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan bisa berkembang secara optimal, dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar maupun karier melalui

berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁷² Pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Islam yang dilakukan pengurus panti biasanya pada waktu setelah sholat isya dan di waktu libur sekolah atau pada saat malam minggu.

Tempat pelaksanaan ruangan aula atau dikantor utama panti. Sesuai dengan fungsi bimbingan konseling Islam fungsi pemahaman yaitu membantu klien agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungan dan fungsi preventif yaitu Upaya pengurus untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya supaya tidak terjadi pada diri anak panti. Kemudian ada fungsi pengembangan yaitu pengurus berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, lalu fungsi perbaikan yaitu bimbingan yang bersifat penyembuhan. Dalam fungsi ini pengurus panti membantu menyembuhkan dan upaya pemberian bantuan kepada anak panti yang telah mengalami masalah baik menyangkut aspek pribadi, social, keluarga, ataupun karir. Kemudian yang terakhir yaitu fungsi penyesuaian, penyesuaian itu sendiri membantu anak panti agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap kehidupan. Walau pun permasalahan setiap orang berbeda – beda namun tetap pada tujuan yang sama selalu bergantung kepada Allah sehingga selamat dunia dan Akhirat. Seperti tujuan bimbingan konseling Islam menurut Ainur Rokhim Faqih yakni, agar hidup selaras dengan ketentuan Allah, agar hidup selaras dengan petunjuk Allah, sehingga selamat dunia dan akhirat.

B. Analisis Hasil Dari Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Kecemasan

Bimbingan konseling sangat berperan penting terutama dalam aspek kecemasan. Bimbingan konseling sendiri juga memberikan motivasi-motivasi yang dapat memberikan daya dobrak kepada anak panti yang mempunyai latar belakang berbeda-beda. Menurut John W Santrock, motivasi adalah proses

⁷² Kamaluddin, *Bimbingan dan Konseling Sekolah*, Vol 17, Universitas Muhamadiyah Prof. Dr, Hamka, Hlm 448

memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya, perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah dan bertahan lama.⁷³ Kecemasan yang dirasakan oleh anak panti dapat teratasi melalui bimbingan konseling ini, dengan melibatkan berbagai cara yang diajarkan oleh pengurus panti seperti :

1. Mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas

Dalam hal ini mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas disini bisa di lakukan dengan sharing. Sharing disini biasanya di sebut dengan curhat. Curhat merupakan salah satu cara yang di lakukan oleh siswa untuk mengungkapkan segala perasaan atau emosi yang tidak menyenangkan yang mereka rasakan terkaid dengan masalah yang di alaminya. Karna dengan curhat tersebut, selain individu akan merasa lega atas beban yang ada pada dirinya karna telah mengungkapkan perasaan yang selama ini membebani mereka, selanjutnya dengan curhat juga biasanya individu akan memperoleh saran-saran guna untuk kebaikan individu kedepannya.

2. Berfikir Positif

Seperti yang kita ketahui seringkali pikiran negative bermula dari orang lain kepada kita, yang kemudian menjadi ancaman bagi individu tersebut. Orang lain yang di maksud antara lain dari lingkungan keluarga, dan lingkungan masyarakat secara luas. Snamundengan ancaman tersebut, individu seharusnya tetap bisa mengatikkannya dengan fikiran yang lebih baik dan positif karna pikiran dapat merubah perasaan.

3. Pengendalin diri

Pengendalian diri berperan penting dalam mengatasi kecemasan yang di alami, karna dalam hal ini individu akan mampu mengendalikan serta berusaha untuk mengalihkan hal yang tidak dapat diinginkannya kepada suatu hal yang lainnya.

⁷³ John W Santrock, 2010, Psikologi Pendidikan, Jakarta: Kencana, hlm. 510

4. Tidur

Tidur disini di kenal mampu untuk merelaksasikan atau bahkan untuk meredakan dan menurunkan rasa kecemasan yang di alami oleh individu itu sendiri.

Dari penelitian ini peneliti mencari informasi terkait data yang diperlukan dari pengaruh bimbingan konseling Islam dalam menghadapi kecemasan pada anak terlantar, dari hasil pengamatan dan wawancara dengan beberapa anak panti dan pengurus panti. Penelitian ini mendapatkan respon yang baik. Dari wawancara dengan salah satu anak panti bernama Kartini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa rasa introvert yang dialami anak panti ini membuat kecemasan susah dikendalikan apalagi dengan dirinya yang tidak mudah membaur dengan satu sama lain sehingga membuat dirinya merasa terbebani dengan keadaannya dan peraturan yang membuat merasa terkekang. Peneliti juga menemukan dengan menggunakan metode bimbingan konseling langsung membuat sangat efektif apalagi dengan tambahan metode karyawisata semakin membuat rasa kekeluargaan semakin erat.

Tabel 2. Setelah Mengikuti Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kecemasan

No	Nama	Asal	Aspek Fisiologis	Aspek Intelektual	Aspek Emosional	Tingkat Kecemasan
1	Irul	Pati	-	-	-	
2	Nadia	Pati	-	-	-	
3	Kartini	Bergas	-	Sulit berpikir jernih, susah berkonsentrasi	-	Rendah
4	Ihsan	Suruh	-	,	Mudah malu,	Rendah

C. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat

Dari pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Islam pasti terdapat factor yang mempengaruhi kegiatan baik itu factor yang bersifat penghambat ataupun factor sebagai pendukung. Dari hasil wawancara dengan pengurus panti, peneliti menemukan beberapa factor yang mempengaruhi pelaksanaan

bimbingan konseling Islam. Untuk factor pendukung antar lain pengurus panti ataupun pengasuh mampu menguasai ilmu-ilmu dasar konseling. Pengasuh selalu memberikan motivasi dan arahan kepada anak- anak panti sehingga membuat anak panti semakin percaya diri. Dukungan dari pengasuh, pengurus panti satu sama lain yang dapat memberikan sisi positive terhadap pembentukan karakter anak panti.

Factor penghambat dalam pelaksanaan bimbingan konseling Islam yang pertama tempat konseling masih berada di kantor utama belum adanya tempat khusus konseling, kemudia kekurangan pengurus yng sudah menguasai ilmu dasar konseling, lalu yang terakhir system konseling yang masih belum terstruktur.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uraian dan analisis oleh penulis terkait dengan penelitian yang berjudul “Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan Pada Anak Terlantar” dapat penulis simpulkan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan Pada Anak Terlantar

Pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Islam yang dilakukan pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga dengan menggunakan metode Langsung atau Individual karena pengurus panti melakukan dengan bertatap muka dengan anak panti dalam suatu ruangan. Dalam metode ini pengurus menggunakan teori dari Prayitno. Pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Islam yang dilakukan pengurus panti biasanya pada waktu setelah sholat isya dan di waktu libur sekolah atau pada saat malam minggu. Tempat pelaksanaan ruangan aula atau dikantor utama panti. pengurus panti membantu menyembuhkan dan upaya pemberian bantuan kepada anak panti yang telah mengalami masalah baik menyangkut aspek pribadi, social, keluarga, ataupun karir. Pengurus panti dalam melaksanakan bimbingan konseling Islam menggunakan beberapa tahap- tahapan konseling agar memudahkan dalam pelaksanaannya.

Tahap awal penguru panti menemui anak panti, kemudian tahap pertengahan atau tahap kerja memfokuskan pada penjelajahan masalah anak panti dan bantuan apa saja yang diberikan berdasarkan penilaian Kembali apa yang telah dijelajahi. Dan tahap akhir yaitu pengurus pengurus menanyakan keadaan kecemasannya apakah ada perubahan perilaku anak ke arah yang positive. Peneliti mengambil 4 sampel anak yang ditinjau dari beberapa aspek seperti aspek fisiologis, aspek intelektual, aspek emosional untuk mendapatkan tingkatan dari

kecemasan. Untuk 4 sampel tersebut peneliti menemukan 2 anak panti dalam tingkat kecemasan rendah dengan ditandai dengan ciri fisiologis seperti peningkatan denyut nadi, dan keringat dingin. Sedangkan 1 anak panti mengalami tingkat kecemasan sedang dikarenakan adanya Jantung berdebar, nafas tidak beraturan, dan susah berpikir jernih kemudian susah untuk berkonsentrasi. Dan 1 anak yang mengalami tingkat kecemasan tinggi di tandai dengan peningkatan denyut nadi, jantung berdebar, nafas tidak beraturan, susah berkonsentrasi, tidak mampu memecahkan masalah, mudah malu, mudah tersinggung, tidak tenang dan tegang.

2. Hasil Dari Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan

Kecemasan yang dirasakan oleh anak panti dapat teratasi melalui bimbingan konseling ini, dengan melibatkan berbagai cara yang diajarkan oleh pengurus panti seperti Mengaku dan mengungkapkan perasaan cemas, berfikir positive, pengendalian diri, tidur. Hasil dari bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan dari 4 sample menunjukkan bahwa adanya perubahan signifikan dimana 2 dari anak dengan kecemasan rendah sudah merasa tidak cemas. Kemudian 1 anak yang sebelum mengikuti bimbingan konseling Islam dalam menghadapi kecemasan mulai turun ke tingkat kecemasan rendah dari kecemasan sedang. Yang masih dirasakan hanya masih sulit berpikir jernih, dan susah berkonsentrasi. Dan terakhir anak dalam tingkat kecemasan tinggi juga mulai mengalami perubahan yang signifikan menjadi tingkat kecemasan rendah.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

Untuk factor pendukung antar laian pengurus panti ataupun pengasuh mampu menguasai ilmu-ilmu dasar konseling. Pengasuh selalu memberikan motivasi dan arahan kepada anak- anak panti sehingga membuat anak panti semakin percaya diri. Factor penghambat dalam pelaksanaan bimbingan konseling Islam yang pertama tempat konseling masih berada di kantor system konseling yang masih belum terstruktur.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, tentang Bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan pada anak terlantar di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Berikut beberapa saran yang direkomendasikan:

1. Disarankan kepada pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah untuk meningkatkan kemampuan dalam memberikan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi kecemasan khususnya.
2. Disarankan untuk anak panti agar lebih mudah membaaur dan tidak lagi jadi anak yang introvert
3. Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar lebih mendalami dalam melakukan penelitian.

C. Penutup

Alhamdulillah, Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT atas anugerah rahmat hidayah dan inayahNya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Tentunya skripsi ini masih ada kekurangan yang harus dikritisi, baik dari segi metodologi maupun materi. oleh karena itu saran dan kritik yang konstruktif dari semua pihak sangat penulis harapkan. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu dakwah bagi penyusun khususnya dan para pembaca pada umumnya. Dan semoga dikemudian hari muncul penelitian-penelitian yang lebih komprehensif dan bermanfaat. Amin ya rabbal 'alamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Riyadi, Abdullah Hadziq, Ali Murtadho, “*Bimbingan Konseling Islam Bagi Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang*”. Jurnal Studi, Vol. 05, No. 01, Juni 2019
- Anwar Sutoyo, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, 2013, Pustaka Pelajar
- Asasul Muttaqin, Ali Murtadho, Anila Umriana, “*Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Lrc-Kjham Semarang*”. Vol 11, No 2, April 2016
- Bagong Suyanto, *Masalah Sosial Anak*, Jakarta: Prenada Media Group, 2010
- Balitbang Diknas. *Satuan Biaya Pendidikan*, Dikutip Oleh Media Indonesia, Jakarta 2004
- Budiman Johny Dkk, “*Pengembangan Company Profile Pada Panti Asuhan Asia Sehati*”, Jurnal Penelitian. Vol. 3 No. 1, Agustus 2021
- Bungin, Burhan. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Salemba Empat
- Danim, Sudarwan, 2002, *Menjadi Peneliti Kualitatif: Ancangan Metodologi, Presentasi, dan Publikasi Hasil Penelitian untuk Mahasiswa dan Peneliti Pemula Bidang Ilmu-Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*. Bandung: Pustaka Setia.
- Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1983).
- Faisal, Sanapiah. 2007, *Format-Format penelitian Sosial*, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rajawali Pers, 2016
- Halik Al, “*A Counseling Service For Developing The Qona'ah Attitude Of Millennial Generation In Attaining Happiness*”, Jurnal Studi, Vol.1, No 2, 2020
- Hasanah Hasyim, 2016, *Teknik-teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial)*, Jurnal at-Taqaddum, Vol 8, No 1, Juli
- Hayat Abdul, “*Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya*”, Jurnal Studi, Vol. 7, No. 01, Januari- Juni 2014

- Herlina, *Studi Pelaksanaan Pelayanan Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok, Dan Konseling Individu Di SMA Negeri Kota Bengkulu*, skripsi (Universitas Bengkulu: Bengkulu, 2014)
- Jeffrey S. Nefid Spencer A, *Psikologi Abnormal edisi kelima jilid I* Penerbit Erlangga, 2003
- John W Santrock, 2010, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Kencana
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga, Tahun 2005
- Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia No. 80/HUK/2010 *tentang panduan perencanaan pembiayaan pencapaian standar pelayanan minimal (SPM) Bidang Sosial Daerah Provinsi dan Daerah Kabupaten/Kota*, Bab I
- Komaruddin, dkk, *Dakwah dan Konseling Islam*, Semarang: PT Pustaka Rizki Putra, 2008
- Lew J, Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008
- Lisnawati, N. P. 2012. *Penelitian Kualitatif Pendidikan Agama Islam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, Yogyakarta: BPFE, 1990
- Maryatul Kibtyah, “*Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba*”. *Jurnal Studi*, Vol. 35, No.1, Januari – Juni 2015
- Mauillasari Sri, Anis Lud Fiana, “*Mental Health With Covid-19 Health Crisis Intervention*”, *Jurnal Studi*, Vol 1, No 2, 2020
- Moleong, L. J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosda Karya
- Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, Jakarta: Bulan Bintang, tth
- Nihaya Ulin, Ahmad Shofwan ats-Tsauri Sadnawi, Nuha Naillaturrafidah, “*The Academic Anxiety of Students in Pandemic Era*”, *Jurnal Studi*, Vol. 2, No 1, 2021
- Penyusun, Tim. 2014. *Panduan Penyusunan Skripsi*. Semarang: UIN Walisongo.
- Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2015

- Qomar Tania, Devi Saralah, Ali Muhammad Equatora. “*Perceived Stress, Emotional Intelligence, And Wellbeing Of Mental Health Professionals During Covid In Pakistan*”. Jurnal Studi , Vol 3, No 17, 2022
- Rahma Silfia Dkk, “*Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan*”, Jurnal Penelitian. Vol. 3, No. 3, September 2014
- Riyadi Agus & Hermawan Hendri Adunugraha, “*The Islamic Counseling Construction In Da’wah Science Structure*”, Jurnal Studi, Vol. 2, No 1, 2021
- Rizka Annisa Fauziah. *Tugas Makalah Psikologi Konseling*. Makalah, Universitas Persada Indonesia Y, A, L. Jakarta 2020
- Safa’ah, Yuli Nur kHasanah, Anila Umrina, “*Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak: Studi Pada Bapas Kelas I Semarang*”. Vol. 12, No. 2, April 2017
- Savitri Ramaiah, *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*, Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003
- Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004)
- Suadah, *Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Dalam Mengatasi Anxiety Seorang Istri Yang Menghadapi Perceraian Di Desa Medaeng Kec. Waru Kab.Sidoarjo*, Skripsi, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya,2011
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung, Alfabeta: 2014
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2016
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sumardi, Suryabrata. 1998. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sutrisno, Hadi. 2004. *Metodologi Research Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, Bandung: Rosdakarya, 2005

Ulin Nihaya, "*MENGEMBANGKAN POTENSI ANAK: Antara Mengembangkan Bakat dan Eksploitasi*". *Jurnal Studi*, Vol 10, No 2, April, 2015

Yudiana Tri Aryati, *Bimbingan dan Konseling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Bagi Siswa Pemegang Kartu Menuju Sehat*, Vol 14, (KMS) Di SMP Negeri 15 Yogyakarta, Yogyakarta: Hisbah, 2017

Zulfa An'isa Wafa: "*Kesejahteraan Subjektif Pada Anak Yatim Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Purworejo*" Surakarta: UM

Lampiran 1. Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA

Draft Wawancara dengan Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

1. Bagaimana sejarah berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?
2. Berapa jumlah keseluruhan anak yang berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
3. Apa saja latar belakang dari kondisi Anak di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
4. Apa yang mempengaruhi kondisi anak, sehingga mereka berada Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
5. Apa kegiatan wajib terhadap anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
6. Apa yang membedakan Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga dengan panti yang lainnya?
7. Bagaimana tindakan pengurus ketika menghadapi sifat/watak/perilaku anak yang berbeda-beda?
8. Bagaimana peran pengurus ketika mendapatkan anak yang cemas, murung?
9. Adakah faktor yang menghambat ketika membimbing anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
10. Adakah tindakan khusus terhadap anak yang memiliki latar belakang yang berbeda satu sama lain?
11. Ketika melakukan konsling dan bimbingan terhadap anak dalam jangka waktu berapa kali dalam sebulan?
12. Bagaimana peran pengasuh mengatasi kecemasan pada anak belakang (terlantar) yang baru masuk kedalam keluarga panti?

**Draft Wawancara dengan Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota
Salatiga**

1. Sudah berapa lama adek berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
2. Kenapa adek bisa berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga?
3. Apa yang adek rasakan ketika sebelumnya berada di dunia luar kemudian berada di keluarga Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?
4. Apa adek merasakan kecemasan ketika berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?
5. Bagaimana adek adaptasi terhadap lingkungan dan teman-teman yang berada disini?
6. Kegiatan apa yang adek minati di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?
7. Apakah ada faktor yang menghambat ketika adek berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?
8. Bagaimana menurut adek peran dari pengurus dalam membimbing adek ketika berada di Panti Asuhan Darul Hadlanah Salatiga?

Lampiran 2. Surat Ijin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7608405, Faksimili (024) 7608405, Website : www.fakdakcm.walisongo.ac.id

Nomor : 1099/Un.10.4/K/KM.05.01/02/2023

16 Februari 2023

Lamp. : -

Hal : *Permohonan Ijin Riset*

Kepada Yth.
Pimpinan Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga
di Salatiga

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Muhammad Yanuar Faiz Pratama
NIM : 1601016007
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga
Judul Skripsi : Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan Pada Anak Terlantar Di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga

Bermaksud melakukan riset penggalan data mengenai Bimbingan Konseling Islam Dalam Menghadapi Kecemasan Pada Anak Terlantar Di Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan,
Maula Begitah Tuta Usaha



Tembusan Yth. :
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Lampiran 3. Dokumentasi



Wawancara dengan Pak Bani Selaku Pengasuh Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Wawancara dengan Mbak Nadia Selaku Pengurus Junior Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Wawancara dengan Mas Khoirul Selaku Pengurus Junior Putra Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Wawancara dengan Adek Kartini Selaku Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Wawancara dengan Adek Ihsan Selaku Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Rapat Pengurus Junior Sebelum Melaksanakan Bimbingan Konseling Islam



Evaluasi Mingguan Pengasuh Panti dengan Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga



Apel Pagi Anak Panti Asuhan Darul Hadlanah Kota Salatiga Sebelum Berangkat Sekolah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Muhammad Yanuar Faiz Pratama
Tempat dan Tanggal Lahir : Kab. Semarang, 04 November 1997
Alamat : Dsn. Krajan Ds. Kesongo RT 06 RW 01,
Kec. Tuntang, Kab. Semarang
Email : myanuarfaizpratama04@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

Formal	
2004-2006	SD Negeri Plumbon 02 Suruh
2006-2010	SD Negeri Kesongo 01 Tuntang
2010-2013	SMP Negeri 3 Salatiga
2013-2016	MAN 1 Salatiga

Semarang, 15 Juni 2023



M. Yanuar Faiz Pratama
NIM. 1601016007