

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia dalam masa hidupnya tentu akan melewati perubahan, baik perubahan secara fisik maupun perubahan secara psikis. Terkadang perubahan ini dapat menjadi permasalahan apabila individu tidak mampu melewatinya dengan baik, sehingga dapat menjadi sumber permasalahan. Dimana mereka dihadapkan pada usia yang tidak lagi muda, yang tentunya pada fase ini rentan memiliki permasalahan yang sifatnya kompleks.

Secara umum stres adalah bentuk ketegangan dari fisik, psikis, emosi maupun mental. Bentuk ketegangan ini mempengaruhi kinerja keseharian seseorang. Bahkan stres dapat membuat produktivitas menurun, rasa sakit dan gangguan-gangguan mental. Pada dasarnya, stres adalah sebuah bentuk ketegangan, baik fisik maupun psikis. Stres dalam kehidupan tidak dapat dihindarkan, yang menjadi permasalahan saat ini adalah bagaimana manusia hidup dengan stres tanpa harus mengalami distress dengan cara memperkuat pertahanan dalam dirinya. Perubahan-perubahan sosial yang cepat sebagai konsekuensi modernisasi mempunyai dampak pada kehidupan, karenanya tidak semua orang dapat menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan tersebut, pada gilirannya dapat menimbulkan ketegangan atau stres pada dirinya.

Stres bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti keinginan yang bertentangan, peristiwa yang tidak bisa diprakirakan, peristiwa di luar batas kemampuan, dan konflik internal. Munculnya stres tersebut disebabkan oleh

berbagai macam sebab, misalnya karena ketegangan yang muncul sesaat sebelum ujian. Bahkan, ketegangan itu justru paling banyak disebabkan karena penampilan guru yang kurang menarik (suka marah, kurang bersahabat, dan lain-lain) (Hartono, 2012: 86).

Stres yang dialami oleh orang dewasa umumnya bersumber dari beberapa faktor. Diantaranya adalah karena kegagalan perkawinan, ketidakharmonisan hubungan dalam keluarga, masalah nafkah hidup atau kehilangan pekerjaan, ketidakpuasan dalam hubungan seks, penyimpangan seksual suami atau istri, perselingkuhan suami atau istri, keadaan hamil, menopause, gangguan kesehatan fisik, anak yang nakal. (Mashudi, 2014:192)

Masalah dalam keluarga merupakan aspek kehidupan yang pasti ada dalam lingkungan keluarga. Masalah yang sering kita lihat di sekeliling kita, ialah masalah ekonomi. Ekonomi merupakan masalah yang bisa berujung pada masalah yang lebih besar lagi, misalnya perceraian, bunuh diri, stress, dan lain sebagainya. Stress dalam ekonomi keluarga ini pula yang umumnya sering terjadi dalam sebuah keluarga.

Kebutuhan keluarga seperti sandang, pangan, dan kebutuhan akan pendidikan pun akan menyebabkan stress pada orang tua sebagai penanggung jawab dari sebuah keluarga. Bagi orang tertentu dan dalam kondisi tertentu, stres masalah ekonomi keluarga dapat menghasilkan suatu dinamika perilaku sehingga menjadi lebih produktif dan sukses saat tuntutan itu dijadikan sebuah tantangan dalam hidupnya. Sementara itu, pada orang tertentu dan dalam kondisi tertentu stress masalah ekonomi keluargapun dapat menimbulkan hambatan dalam hal

kesadaran seluruh anggota keluarga paling tidak kepala keluarga untuk dapat lebih berusaha dalam mencari nafkah untuk penghidupan keluarganya.

Upaya untuk mengatasi stres karena masalah ekonomi keluarga menggunakan layanan konseling, salah satunya konseling individu. Konseling Individu merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya (Nurihsan, 2014:10).

Klien yang datang ke Rumah Sehat Abiyyu dengan berbagai macam keluhan dan masalah yang berbeda-beda. Dua orang klien datang kesana dengan keluhan yang sama tetapi dalam prakteknya belum tentu mereka akan mendapatkan *treatment* yang sama pula, tetapi hal tersebut akan dilihat dari hasil diagnosis. Dalam beberapa kasus gangguan stres ditandai dengan gejala seperti menarik diri dari lingkungannya, sakit kepala, nyeri pada beberapa bagian tubuh, perubahan pola tidur, sering merasa cemas, mudah marah dan tersinggung, mudah lelah, murung, mudah menangis, depresi, tekanan darah tinggi, kekebalan tubuh melemah, sulit berkonsentrasi, rasa percaya diri rendah, dan pencernaan terganggu.

Untuk itu kegiatan layanan konseling individu ini diperuntukkan bagi individu yang mengalami stres karena masalah ekonomi keluarga. Kegiatan ini dilakukan untuk menyelaraskan antara pertahanan individu (koping) dengan adanya benturan, tekanan, ketegangan, serta penyesuaian diri secara positif dan

konstruktif terhadap tuntutan norma kehidupan sehingga mencapai kehidupan yang bermakna (berbahagia secara personal dan sosial). Konseling individu menjadi salah satu bentuk solusi dalam mengatasi gangguan stress karena dengan hal ini mereka akan merasa lebih tenang dalam menjalani hidup. Tujuan dari layanan konseling individu ini untuk memahami seluk beluk masalah konseli penderita gangguan stres karena kebanyakan dari mereka tidak menyadari bahwasannya keluhan-keluhan psikologis yang dideritanya berasal dari stres.

Berangkat dari permasalahan diatas, peneliti merasa perlu mengadakan penelitian untuk mengetahui bagaimana layanan konseling individu terhadap penderita stress. Gambaran penderita stress tersebut menjadi landasan digunakannya konseling individu. Maka penelitian ini berjudul **“Layanan Konseling Individu Terhadap Penderita Stres karena Masalah Ekonomi Keluarga”**.

## **B. Fokus Penelitian**

Untuk mempermudah penelitian, maka penelitian ini difokuskan pada Layanan Konseling Individu Terhadap Penderita Stres Karena Masalah Ekonomi Keluarga di Rumah Sehat Abiyyu. Berdasarkan fokus penelitian, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Bagaimana program yang diadakan di Rumah Sehat Abiyyu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga?
2. Bagaimana proses layanan konseling individu di Rumah Sehat Abiyyu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga?

3. Bagaimana hasil layanan konseling individu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui program layanan konseling individu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga
2. Mengetahui proses layanan konseling individu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga
3. Mengetahui hasil layanan konseling individu terhadap penderita stres karena masalah ekonomi keluarga

### **D. Kegunaan Penelitian**

#### **1. Secara Akademisi**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk pengembangan ilmu di bidang Bimbingan Konseling Islam, khususnya dalam konseling individu. Membantu para akademisi mencari gambaran atau rujukan dan menjadi nilai tambah keilmuan khususnya di jurusan Bimbingan Konseling Islam.

#### **2. Secara Praktisi**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan bacaan atau sumber rujukan khususnya bagi pembimbing di Rumah Sehat Abiyu dan mengembangkan konseling individu dikemudian hari.

## **E. Landasan Pemikiran**

### **1. Hasil Penelitian Sebelumnya**

Sejauh ini peneliti melakukan kajian yang berpijak pada hasil penelitian sebelumnya yang sudah dilakukan. Adapun beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki persamaan pembahasan dengan penelitian ini diantaranya adalah :

- a. Melis Rosmawati, (2012) dalam penelitiannya yang berjudul “Metode terapi dzikir K.H Muhammad Waryono dalam menyembuhkan stres” dalam penelitian ini berisi tentang gambaran kondisi stres yang datang ke terapi dzikir K.H Muhammad Waryono. Berdasarkan penelitian dilapangan yang dilakukan pada lima pasien telah diperoleh bahwa proses terapi yang dilakukan KH. Muhammad Waryono terhadap pasien yang mengalami gangguan stres, diterapi dengan pendekatan spiritual keagamaan seperti dzikir dengan proses alat bantu air putih yang telah diberi doa-doa, herbal, ramuan-ramuan, dan Gandu Derma.

Kesamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas bagaimana cara mengatasi stres itu sendiri, dan titik perbedaan dari penelitian ini dengan apa yang sedang diteliti yaitu pada teknik yang digunakan dalam mengatasi stres.

- b. Shafa Delfia Novianty (2017) dalam penelitiannya yang berjudul “Teknik Konseling Individu dalam meningkatkan ikhlas pada penderita psikosomatik” dalam penelitiannya yang berfokus pada masalah PPL (Penyebab Penyakit Luar) dan PPD (Penyebab Penyakit Dalam), penyakit yang disebabkan oleh emosi yang berlebihan dari dalam diri

manusia misalnya emosi marah, gembira, sedih, dan takut. Seseorang yang menderita PPD atau yang dikenal dengan istilah psikosomatik membutuhkan perlakuan yang berbeda dengan penyakit lainnya. Pada beberapa kasus gangguan psikosomatik dapat muncul reaksi konversi yang aneh tidak dapat dijelaskan oleh ilmu kedokteran. Buta mendadak, lumpuh mendadak, atau kesemutan yang sifatnya aneh umum dijumpai. Penderita ini akan menjalani berbagai pemeriksaan dengan hasil yang normal.

Kesamaan dalam penelitian ini adalah, teknik konseling individu sebagai sarana penunjang untuk penderita stress dalam mengatasi masalahnya.

## **2. Landasan Teoritis**

Layanan adalah suatu tindakan membantu seseorang yang membutuhkan. Suatu layanan dapat dilakukan oleh seorang konselor terhadap konseli yang membutuhkan bantuan dalam penyelesaian masalahnya. Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah dalam kehidupannya dengan cara wawancara atau dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu tersebut mencapai kesejahteraan hidupnya (Solihin, 2004:15-16).

Morthensen (Chodijah, 2016:18) mendefinisikan konseling sebagai suatu proses antar pribadi, dimana satu orang dibantu oleh satu orang lainnya untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan menemukan masalahnya.

Secara etimologi konseling berasal dari bahasa latin, yaitu *counsilium* (dengan atau bersama), yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Dalam

bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari *sellan*, yang berarti menyerahkan atau menyampaikan (Mashudi, 2014:16).

Konseling individu merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilaku mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya (Nurihsan, 2014:10).

Layanan konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah konselinya. Pengertian konseling individu memiliki makna yang spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan konseli secara individu, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi konseli serta konseli dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin *Stingere* yang berarti “keras” (*stricus*). Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelaahan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*, *stresce*, dan *stress*. Stres merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami ketegangan karena adanya kondisi-kondisi yang memengaruhi dirinya. Stres merupakan respons dari diri seseorang terhadap tantangan fisik maupun mental yang datang dari dalam atau luar dirinya. Keadaan ini akan selalu terjadi dalam kehidupan



manusia karena hal ini merupakan bagian dari dinamika perjalanan hidup. Oleh karena itu, selama kehidupan berlangsung, tidak mungkin manusia terhindar dari stres.

Pada abad ke-17, istilah stres diartikan sebagai kesukaran, kesusahan, kesulitan, atau penderitaan. Pada abad ke-18, istilah ini digunakan dengan lebih menunjukkan kekuatan, tekanan, ketegangan, atau usaha yang keras berpusat pada kekuatan mental manusia (Nasrudin, 2010 : 184).

Stress ialah fenomena psikofisik yang manusiawi. Artinya, stres itu bersifat inheren pada diri setiap orang dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Stres dialami oleh setiap orang dengan tidak mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan, atau status sosial-ekonomi. Stress bisa dialami oleh bayi, anak-anak, remaja, atau dewasa; pejabat atau warga masyarakat biasa; pengusaha atau karyawan; serta pria maupun wanita.

Stres dapat memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap individu. Pengaruh positif dari stres adalah mendorong individu untuk melakukan sesuatu, membangkitkan kesadaran dan menghasilkan pengalaman baru. Sedangkan pengaruh negatif dari stres ialah menimbulkan perasaan-perasaan tidak percaya diri, penolakan, marah, atau depresi, yang kemudian memicu munculnya penyakit seperti sakit kepala, sakit perut, insomnia, tekanan darah tinggi, atau stroke (Mashudi, 2014:183).

Stres itu sendiri dapat berdampak positif dan negatif. Bagi orang tertentu dengan kondisi tertentu stress dapat menghasilkan suatu dinamika perilaku yang produktif dan sukses karena ia dapat mengelola dan memajemen stres tersebut

dengan baik, stres yang bersifat positif ini disebut dengan *eustres*. Sementara itu, pada orang tertentu dan dengan kondisi tertentu pula stres dapat berdampak negatif yaitu dengan menimbulkan hambatan dan gangguan tertentu baik berupa fisik maupun mental, dan stres yang bersifat negatif ini disebut dengan *distres*.

Stres yang dialami oleh orang dewasa pada umumnya bersumber dari beberapa faktor. Diantaranya adalah karena kegagalan perkawinan, ketidakharmonisan hubungan dalam keluarga, masalah nafkah hidup atau kehilangan pekerjaan (seperti di-PHK), ketidakpuasan dalam hubungan seks, penyimpangan seksual pada suami atau istri, keadaan hamil, menopause, gangguan kesehatan fisik, anak yang nakal, dan lain sebagainya (Mashudi, 2014:192).

Masalah keluarga merupakan kondisi kehidupan keluarga yang dalam keadaan kacau, tidak terarah. Menurut Sofyan Willis krisis keluarga adalah suatu kondisi yang sangat labil di keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam keadaan demokratis sudah tidak ada (Satriah, 2015:115).

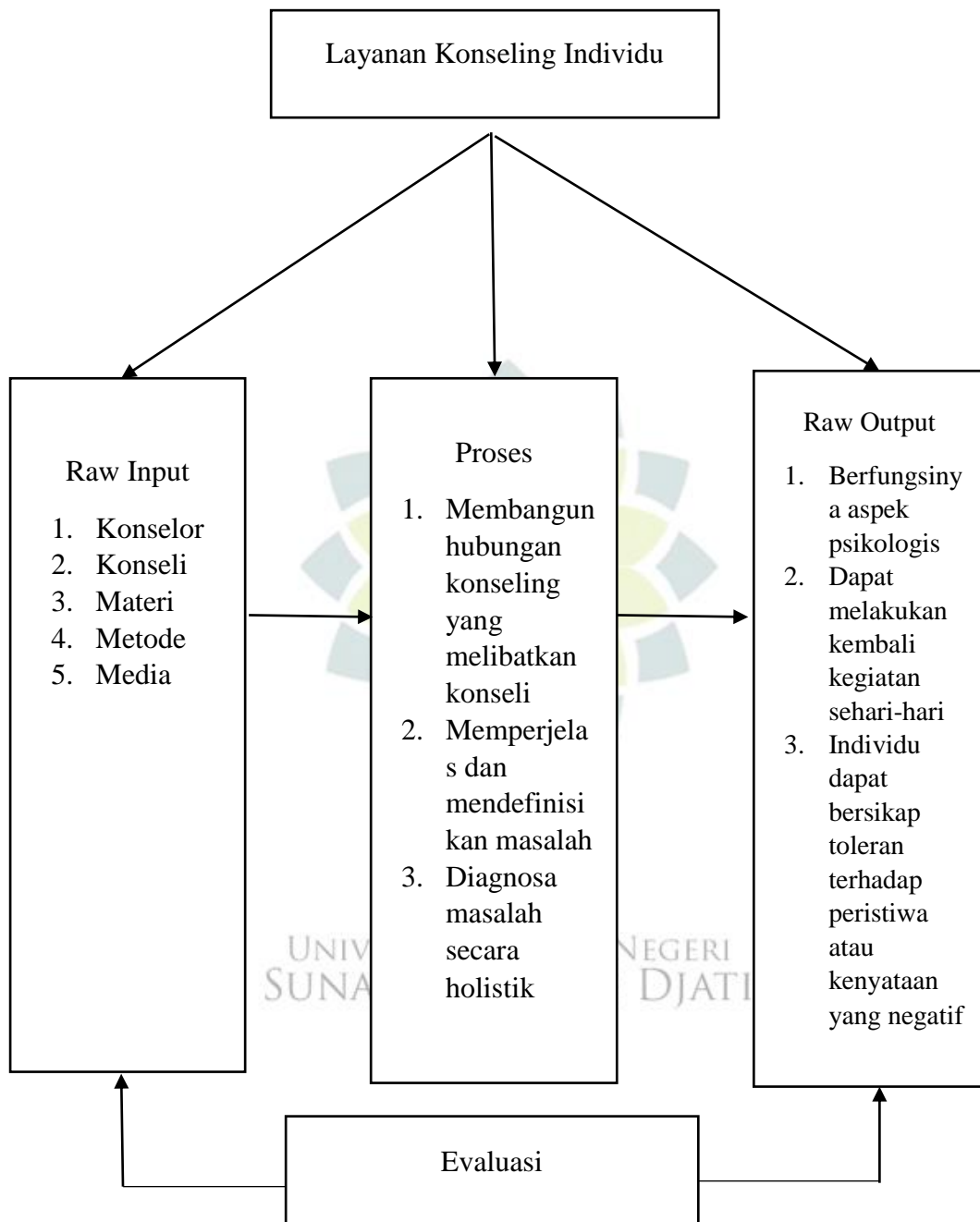
Masalah yang selalu menjadi perseteruan dalam keluarga ialah masalah ekonomi yang tidak sehat. Dalam kondisi seperti ini, masalah ekonomi sangat berpengaruh pada kesehatan mental seseorang dan seringkali masalah ekonomi ini merupakan faktor yang memicu seseorang mengalami stres karena tidak memiliki pertahanan dalam tubuhnya saat mendapat benturan keras dari luar.

Pada dasarnya setiap individu pasti akan mengalami fase dimana dirinya merasakan stres, begitupun dalam hal ekonomi keluarga. Keadaan saat ini kebutuhan hidup semakin meningkat dengan kondisi ekonomi yang tidak stabil

ataupun pengeluaran lebih besar daripada penghasilan yang di dapat. Maka siapapun itu pasti akan mengalami stres jika disudutkan pada kondisi seperti ini. Saat individu tersebut tidak bisa mengendalikan stres itu menjadi *eustress* atau keadaan stres yang menjadi positif contohnya dengan lebih giat dalam mencari uang, ataupun bisa dengan menginfestasikan sebagian penghasilan yang ia dapat dalam setiap bulannya, tidak lupa dibarengi dengan doa karena usaha tanpa doa merupakan hal yang sia-sia.



### 3. Kerangka Konseptual



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

## **F. Langkah – langkah Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan langkah – langkah penelitian sebagai berikut :

### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sehat Abiyyu Jl. Puspa Kencana No.22, Cimekar, Cileunyi, Bandung, Jawa Barat 40623. Adapun alasan melakukan penelitian ditempat ini dikarenakan adanya keterkaitan dengan tema penelitian yang diambil serta menunjang dalam ketersediaan sumber data yang dibutuhkan.

### **2. Paradigma dan Pendekatan**

Paradigma memiliki banyak pengertian diantaranya adalah cara melihat sesuatu dan ada juga yang memahami sebagai hukum, teori, aliran, kerangka berpikir dan sebagainya.

Diantara paradigma yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma konstruktifisme. Paradigma konstruktifisme merupakan sebuah kerja kognitif individu atau kelompok dalam menerangkan keadaan dunia realitas yang ada karena terjalin sebuah relasi sosial antara individu dengan lingkungan atau orang sehingga disebutlah kontruksi sosial.

Mengenai pendekatan yang akan peneliti gunakan dalam proses penelitian adalah pendekatan sosiologis fungsionalisme yang mengandung makna bahwa setiap manusia dalam segala sesuatu hal itu harus dilatih atau didik secara optimal agar dapat memahami nilai-nilai yang dijadikan sebuah patokan tertentu.

Sehingga, apabila pendidikan terganggu atau tidak berhasil maka kehidupan bermasyarakatnya pun akan terganggu (Hamidi, 2004:71).

### **3. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif pendekatan kualitatif. Dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana layanan konseling individu yang dilakukan di tempat yang akan diteliti sehingga secara objektif dapat ditemukan yang mana nantinya akan mengolah data lapangan menjadi narasi. Dalam hal metode kualitatif, penelitian berkenaan dengan data yang bukan angka, mengumpulkan dan menganalisis data yang bersifat naratif. Metode penelitian kualitatif terutama digunakan untuk memperoleh data yang kaya, informasi yang mendalam mengenai isu atau masalah yang akan dipecahkan. Metode penelitian kualitatif menggunakan fokus kelompok, wawancara secara mendalam dan observasi berperan serta dalam mengumpulkan data (Sugiyono, 2017:3).

Dengan demikian metode penelitian kualitatif ini sebagai acuan tolak ukur berbagai tahapan berpikir ilmiah, yang mana peneliti mulai berpikir secara induktif dan mendeskripsikan data apa yang sudah peneliti temukan di lapangan menggunakan metode penelitian dengan wawancara, observasi, dan menganalisis kasus yang terjadi di Rumah Sehat Abiyyu.

### **4. Jenis Data dan Sumber Data**

#### **a. Jenis Data**

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif deskriptif merupakan penelitian

yang menggambarkan keadaan fenomena yang terjadi dilapangan secara sistematis dan rasional (Hamidi, 2004:76).

Adapun jenis data ini terdiri dari informasi – informasi yang menjelaskan tentang program layanan konseling individu, dan pelaksanaan konseling individu yang dilakukan. Yang pada akhirnya penelitian ini mendeskripsikan pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi stres masalah ekonomi keluarga.

#### b. Sumber Data

Data adalah segala bahan yang menjadi keterangan atau fakta yang sudah tercatat dan dapat di observasi. Seperti halnya dokumen, daftar konseli dan sebagainya (Hanafi, 2011:123)

Dari pengertian diatas menunjukkan bahwa data merupakan suatu dokumen yang penting dalam melaksanakan penelitian untuk dijadikan bahan dasar analisis bagi peneliti. Adapun sumber data yang digunakan yaitu:

- 1) Sumber Data Primer, merupakan data dari hasil wawancara dengan konselor maupun informasi yang didapatkan dari staf Rumah Sehat Abiyyu terkait dengan program layanan konseling individu yang diterapkan dan pelaksanaan konseling individu.
- 2) Sumber Data Sekunder, merupakan data dari hasil karya ilmiah baik berupa buku yang menunjang, artikel, skripsi dan informasi lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

## 5. Penentuan Informan dan Unit Penelitian

### a. Informan dan Unit Analisis

Dalam penelitian kualitatif, situasi sosial yang terdiri dari tempat, pelaku dan aktivitas yang bersinergi satu sama lain. Maka dari itu peneliti dapat mengamati secara mendalam aktivitas orang-orang atau informan yang berada di tempat penelitian (Sugiyono, 2008:49).

Dari penjelasan diatas, peneliti menentukan konselor sebagai informan pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi stres masalah ekonomi keluarga. Serta Rumah Sehat Abiyyu sebagai tempat penelitian yang sekaligus menjadi unit analisis atau batas satuan objek penelitian.

### b. Teknik Penentuan Informan

Teknik penentuan informan yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah *Snowball Sampling*. *Snowball sampling* adalah suatu proses pengambilan informan yang akan dijadikan sumber data yang awalnya berjumlah sedikit kemudian menjadi besar. Dengan melalui pencarian orang lain yang bisa dijadikan sebagai informan atau sumber data (Sugiyono, 2008:54).

Informasi yang di dapat pada mulanya hanya bermuara pada hasil wawancara dengan konselor sebagai informan utama, namun untuk lebih memperkuat data-data yang dirasa kurang maka peneliti kemudian mewawancarai admin nya, juga mencari informasi lain lewat websait.



## 6. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ialah harus memperoleh data. Tanpa mengetahui teknik dari pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data.

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting, berbagai sumber dan berbagai cara. Jika dilihat dari *setting* nya, data dapat dikumpulkan pada setting alamiah (*natural setting*). Jika dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer dan sekunder. Kemudian, dari segi cara maka teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan observasi, wawancara, angket, dokumentasi dan gabungan dari keempatnya (Sugiyono, 2017:104-105).

### a. Observasi

Observasi merupakan penelitian secara langsung dan sistematis dalam penelitian, mengamati fakta yang ada di lapangan yang mengenai fenomena sosial, dan gejala-gejala psikis. (Kartono, 1980:142)

Teknik pengumpulan data ini dilakukan dalam penelitian secara langsung, dengan cara peneliti terjun ke lapangan dengan tujuan untuk mengamati langsung layanan konseling individu yang dilaksanakan langsung oleh konselor kepada konselinya.

### b. Wawancara

Wawancara merupakan interaksi percakapan antara dua orang yaitu pewawancara (peneliti) dan yang di wawancarai (informan) yang

diarahkan langsung pada suatu masalah tertentu dan proses tanya jawab langsung antara informan dan peneliti. Seperti apa yang telah dijelaskan diatas bahwasannya pengumpulan data ini dominan dengan menggunakan wawancara. Teknik wawancara kemungkinan akan ada sesi diskusi antar pribadi, adapun tujuan dari wawancara yaitu, menggali lebih dalam informasi data yang dibutuhkan peneliti.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu dalam berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. (Sugiyono, 2012 : 82)

Dokumentasi yang berbentuk tulisan seperti catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, kebijakan. Studi merupakan pelengkap dari metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. (Jamaludin, 2016:110)

Dari pemaparan di atas, pengumpulan data yang berbentuk tulisan, arsip-arsip sangatlah membantu dalam penelitian kualitatif deskriptif. Dalam hal ini peneliti mengambil data-data yang berkaitan dengan layanan konseling individu dalam mengatasi stress masalah ekonomi keluarga.

## **7. Teknik Penentuan Keabsahan Data**

Dalam penelitian kualitatif, temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Tetapi perlu diketahui bahwa kebenaran realitas data menurut penelitian kualitatif tidak bersifat tunggal, tetapi

jamak dan tergantung pada konstruksi manusia, dibentuk dalam diri seseorang sebagai hasil proses mental tiap individu dengan berbagai latar belakangnya. Dalam pengujian keabsahan data, metode penelitian kualitatif menggunakan istilah yang berbeda dengan metode kuantitatif. Uji keabsahan dalam penelitian kualitatif meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas) dan *confirmability* (obyektivitas).

a. Uji Kredibilitas

Uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan dalam penelitian, triangulasi, diskusi dengan teman sejawat, analisis kasus negatif, dan *member check*.

b. Pengujian *Transferability*

*Transferability* ini merupakan validitas eksternal dalam penelitian kuantitatif. Validitas eksternal menunjukkan derajat ketetapan atau dapat diterapkannya hasil penelitian ke populasi dimana sampel tersebut diambil. Nilai transfer ini berkenaan dengan pertanyaan, hingga hasil penelitian dapat diterapkan atau digunakan dalam situasi lain.

Oleh karena itu, agar orang lain dapat memahami hasil penelitian kualitatif sehingga ada kemungkinan untuk menerapkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti dalam membuat laporan harus memberikan uraian yang rinci, jelas, sistematis, dan dapat dipercaya. Dengan demikian, pembaca menjadi jelas atas hasil penelitian tersebut sehingga dapat

memutuskan dapat atau tidaknya untuk mengaplikasikan hasil penelitian tersebut di tempat lain.

c. Pengujian *Depanbility*

Dalam penelitian kualitatif, uji *depenabilty* dilakukan dengan melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Caranya dilakukan oleh auditor yang independen atau pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian. Bagaimana peneliti mulai menentukan masalah atau fokus, memasuki lapangan, menentukan sumber data, melakukan analisis data, melakukan uji keabsahan data, sampai membuat kesimpulan harus dapat ditunjukkan oleh peneliti. Jika peneliti tidak mempunyai dan tidak dapat menunjukkan jejak aktivitas lapangannya, maka dependabilitas penelitiannya patut diragukan.

d. Pengujian *Comfirmability*

Dalam penelitian kualitatif, uji *confirmability* mirip dengan uji *dependability*, sehingga pengujiannya dapat dilakukan secara bersamaan. Menguji konfirmabilitas berarti menguji hasil penelitian, dikaitkan dengan proses yang dilakukan. Jika hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar konfirmabilitasnya. dalam penelitian, jangan sampai proses tidak ada tetapi hasilnya ada (Sugiyono, 2017:183-195).

## 8. Teknik Analisis Data

Dalam hal analisis data kualitatif, Bogdan menyatakan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Dalam hal ini, analisis telah dimulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah sebelum terjun ke lapangan dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian (Sugiyono, 2017:130-131).