

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Kabupaten Indramayu merupakan salah satu daerah penyumbang pekerja migran terbesar di Provinsi Jawa Barat. Tingginya angka migrasi tenaga kerja dipengaruhi oleh beragam aspek, seperti keterbatasan lapangan pekerjaan, rendahnya tingkat pendapatan masyarakat, serta keinginan untuk menaikkan kesejahteraan ekonomi keluarga. Kondisi tersebut menjadikan bekerja di luar negeri sebagai pilihan utama bagi sebagian masyarakat Indramayu. Berdasarkan data Dinas Tenaga Kerja Kabupaten Indramayu, hingga September 2025 dijumpai 17.753 pencari kerja, dengan sekitar 75% di antaranya memilih bekerja di luar negeri. Gejala ini memperlihatkan bahwa migrasi tenaga kerja telah menjadi bagian dari strategi ekonomi keluarga di Kabupaten Indramayu. Meskipun menyajikan manfaat berupa kenaikan pendapatan keluarga, migrasi orang tua juga menimbulkan berbagai konsekuensi psikologis bagi anggota keluarga yang ditinggalkan, terutama anak. Ketidakhadiran orang tua dalam jangka waktu yang lama mengakibatkan berkurangnya interaksi, perhatian, serta dukungan emosional yang sangat dibutuhkan selama tahapan tumbuh kembang anak. Dalam banyak kasus, pengasuhan dialihkan kepada kakek, nenek, saudara, atau kerabat lainnya. Meskipun pola pengasuhan tersebut mampu memenuhi kebutuhan dasar anak,

peran pengasuh pengganti belum tentu dapat menggantikan kehadiran emosional orang tua secara utuh.

Salah satu pengaruh psikologis yang paling sering muncul akibat kondisi tersebut adalah kecemasan. Kecemasan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan takut, khawatir, gelisah, dan tidak nyaman terhadap suatu keadaan yang dipersepsikan sebagai ancaman, baik ancaman nyata maupun yang belum tentu terjadi. Pada anak yang ditinggalkan orang tua bekerja di luar negeri, kecemasan dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti rasa takut kehilangan orang tua, kekhawatiran terhadap keselamatan orang tua di negara sasaran, perasaan kesepian, ketidakamanan emosional, hingga kekhawatiran terhadap masa depan. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan tersebut dapat berkembang menjadi persoalan psikologis yang memengaruhi kesejahteraan individu hingga memasuki masa dewasa.

Pengalaman kehilangan figur orang tua selama masa perkembangan juga dapat memberikan dampak jangka panjang. Ketika memasuki jenjang pendidikan tinggi, mahasiswa yang berasal dari keluarga pekerja migran masih dapat membawa pengalaman emosional tersebut. Kecemasan yang dialami tidak hanya berhubungan dengan kerinduan terhadap orang tua, tetapi juga meliputi kecemasan akademik, kecemasan sosial, dan kecemasan terhadap masa depan. Berbagai tuntutan sebagai mahasiswa, seperti penyelesaian tugas akademik, penyesuaian lingkungan sosial,

serta persiapan memasuki dunia kerja, dapat memperkuat kecemasan yang telah terbentuk sejak masa kanak-kanak akibat keterbatasan kehadiran orang tua.

Menurut teori Attachment yang dikemukakan oleh John Bowlby (1969), hubungan emosional yang aman antara anak dan orang tua merupakan fondasi penting bagi perkembangan psikologis yang sehat. Kelekatan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak berfungsi memberikan rasa aman akibatnya individu mampu memperluas kepercayaan diri, mengelola emosi, serta membangun hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, perpisahan yang berlangsung dalam waktu lama dengan figur lekat berpotensi menimbulkan attachment insecurity yang ditandai dengan munculnya rasa tidak aman, kecemasan, kesepian, dan kesulitan mengatur emosi. Dampak tersebut dapat bertahan hingga masa remaja maupun dewasa awal. Dalam sudut pandang psikologi, kecemasan yang berlangsung secara terus-menerus dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu. Mahasiswa yang mengalami kecemasan cenderung mengalami kesulitan berkonsentrasi saat belajar, mudah merasa lelah, mengalami gangguan tidur, menurunnya motivasi akademik, serta kesulitan menjalin hubungan interpersonal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kecemasan bukan hanya berpengaruh terhadap aspek emosional, tetapi juga memengaruhi fungsi akademik, sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Dalam perspektif Islam, kecemasan dipandang sebagai salah satu kondisi jiwa yang dapat dialami setiap manusia ketika menghadapi ujian kehidupan. Islam mengajarkan bahwa ketenangan hati dapat didapatkan melalui kedekatan kepada Allah SWT, sebagaimana firman Allah dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28: dapat diperkuat dengan **Kementerian Agama RI. Al-Qur'an dan Terjemahannya**

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya:

"Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."

Ayat tersebut menunjukkan bahwa penguatan spiritual mempunyai peran penting dalam membantu individu mengelola kecemasan. Melalui ibadah, doa, dzikir, tawakal, serta penguatan keimanan, individu diharapkan mampu memperoleh ketenangan batin sehingga lebih siap menghadapi berbagai tekanan hidup.

Strategi bimbingan Islam menjadi salah satu alternatif yang sesuai dalam membantu mahasiswa mengatasi kecemasan akibat ketidakhadiran orang tua pekerja migran. Bimbingan Islam tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga menekankan pembinaan spiritual, penguatan akhlak, peningkatan kualitas ibadah, serta pembentukan sikap sabar, syukur, dan tawakal. Pendekatan ini sejalan dengan karakteristik masyarakat Kabupaten Indramayu yang memiliki budaya religius serta tradisi pendidikan Islam yang cukup kuat, sehingga nilai-nilai keagamaan relatif mudah diterima dalam proses pendampingan.

Berdasarkan temuan pengamatan dan wawancara awal yang dijalankan peneliti pada bulan November 2025 terhadap mahasiswa asal Kabupaten Indramayu yang memiliki orang tua pekerja migran, diperoleh informasi bahwa sebagian besar informan masih mengalami kecemasan akibat ketidakhadiran orang tua. Mereka mengungkapkan perasaan sedih karena harus berpisah dalam waktu yang lama,

merasakan kerinduan terhadap kehangatan keluarga, serta kehilangan kesempatan memperoleh perhatian dan dukungan secara langsung dari orang tua. Di samping itu, beberapa informan mengaku sering merasa khawatir terhadap kondisi orang tua yang bekerja di luar negeri, terutama ketika komunikasi terputus atau ketika muncul berita mengenai risiko yang dihadapi pekerja migran di negara tujuan. Kecemasan tersebut berdampak pada konsentrasi belajar, kondisi emosional, serta aktivitas akademik sehari-hari.

Dari perspektif lain, hasil observasi juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kedekatan spiritual melalui pelaksanaan ibadah, doa, dzikir, dan aktivitas keagamaan lainnya cenderung mampu mengelola kecemasan dengan lebih baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa religiusitas dapat menjadi asal kekuatan psikologis (spiritual coping) dalam menghadapi tekanan emosional akibat kondisi keluarga.

Berdasarkan fenomena tersebut, dapat dipahami bahwa kecemasan pada mahasiswa yang berasal dari keluarga pekerja migran merupakan persoalan yang perlu mendapatkan perhatian karena berdampak terhadap aspek psikologis, akademik, sosial, dan spiritual. Maka dari itu, dibutuhkan suatu pendekatan yang mampu membantu mahasiswa mengatasi kecemasan secara menyeluruh. Salah satu pendekatan yang dinilai sesuai adalah bimbingan Islam, karena mampu mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual dalam proses pendampingan. Atas dasar tersebut, peneliti tertarik untuk menjalankan riset dengan judul "**Pendekatan Bimbingan Islam dalam Mengatasi Kecemasan Akibat Orang Tua Pekerja Migran pada Mahasiswa Asal Indramayu.**"

A. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini difokuskan pada :

1. Bagaimana bentuk kecemasan yang dialami mahasiswa asal Indramayu karena orang tuanya bekerja sebagai pekerja migran.
2. Bagaimana penerapan pendekatan bimbingan Islam yang dilakukan dalam upaya mengatasi kecemasan mahasiswa tersebut secara spesifik dalam konteks keluarga.
3. Bagaimana hasil penerapan pendekatan bimbingan Islam dalam membantu mengurangi kecemasan mahasiswa akibat orang tua pekerja migran?

B. Tujuan Penelitian

1. Menjelaskan secara mendalam kondisi kecemasan yang dialami mahasiswa asal Indramayu yang orang tuanya sebagai pekerja migran.
2. Menggali penerapan bimbingan Islam yang digunakan untuk mengurangi kecemasan tersebut.
3. Mengetahui hasil penerapan pendekatan bimbingan Islam dalam membantu mengurangi kecemasan mahasiswa akibat orang tua pekerja migran.

C. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber mengenai pendekatan bimbingan Islam dalam menangani permasalahan psikologis anak, terutama kecemasan yang disebabkan oleh faktor keluarga. Selama ini, kajian tentang kecemasan lebih banyak dibahas dalam perspektif psikologi umum, sedangkan

penelitian ini mencoba mengintegrasikan pendekatan bimbingan Islam berbasis pendekatan ATTACHMENT dalam mengurangi kecemasan.

Penelitian ini juga dapat memperkuat integrasi antara teori psikologi modern dengan nilai-nilai Islam, seperti konsep sabar, tawakal, dzikir, doa, dan ketenangan jiwa (ṭuma'nīnah). Integrasi ini penting untuk menunjukkan bahwa ajaran Islam tidak hanya bersifat normatif, tetapi juga memiliki dimensi terapeutik dalam mengatasi gangguan psikologis.

2. Secara Praktis

Bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga pekerja migran, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pemahaman sekaligus panduan dalam mengelola kecemasan yang mereka alami. Mahasiswa sering menghadapi tekanan emosional akibat keterbatasan komunikasi dengan orang tua, rasa khawatir terhadap kondisi orang tua di luar negeri, maupun perasaan kesepian dan kurangnya dukungan langsung. Melalui pendekatan bimbingan Islam, diharapkan mahasiswa dapat memperkuat hubungan spiritual dengan Allah SWT dalam membangun pola pikir positif berbasis iman, serta mengembangkan sikap sabar dan tawakal dalam menghadapi kondisi keluarga.

Bagi keluarga pekerja migran, penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya dukungan emosional dan spiritual bagi anak yang ditinggalkan. Meskipun bekerja di luar negeri bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga, orang tua tetap perlu memahami dampak psikologis yang mungkin dialami anak. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi dan pedoman dalam membangun komunikasi yang lebih intens,

memberikan perhatian secara konsisten, serta menanamkan nilai-nilai religius sebagai fondasi ketahanan mental anak.

D. Tinjauan Pustaka.

1.Landasan Teoritis

a.Bimbingan Islam

Bimbingan Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami dan mengembangkan potensi dirinya sesuai dengan ajaran Islam sehingga tercapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Dalam perspektif keilmuan, bimbingan Islam tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pembinaan akhlak, penguatan iman, dan pembentukan kepribadian yang seimbang antara aspek jasmani dan rohani.

Bimbingan Islam berlandaskan pada nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadis sebagai sumber utama ajaran. Tujuan utamanya adalah membantu individu mencapai ketenangan jiwa (*tuma'ninah*), meningkatkan kualitas hubungan dengan Allah SWT (*ḥablum minallāh*), serta memperbaiki hubungan dengan sesama manusia (*ḥablum minannās*).

Landasan utama bimbingan Islam adalah ajaran yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Sunnah. Prinsip-prinsip seperti sabar, tawakal, syukur, ikhlas, dan dzikir menjadi fondasi dalam proses bimbingan. Nilai-nilai tersebut tidak hanya bersifat normatif, tetapi memiliki dimensi psikologis yang berperan dalam menciptakan ketenangan batin dan ketahanan mental.

Dalam konteks mengatasi kecemasan, konsep tawakal dan dzikir memiliki relevansi yang kuat. Dzikir, misalnya, dalam perspektif psikologi Islam berfungsi sebagai teknik relaksasi spiritual yang dapat menurunkan ketegangan emosional dan menumbuhkan rasa aman.

Tujuan bimbingan Islam adalah membentuk individu yang sadar akan hakikat dirinya sebagai makhluk Allah, mampu menyelesaikan masalah secara Islami, mengembangkan potensi diri secara optimal, serta mencapai keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, dan sosial. Dengan demikian, bimbingan Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian masalah, tetapi juga sebagai proses pembinaan kepribadian yang holistik dan berlandaskan nilai-nilai tauhid. Tujuan ini menjadi landasan penting dalam membantu individu mencapai ketenangan jiwa dan kualitas hidup yang lebih baik.

- a. Menurut **John Bowlby (1969)** dalam *Attachment Theory*, anak memiliki kebutuhan mendasar untuk membentuk ikatan emosional yang kuat dengan figur pengasuh utama. Kelekatan yang aman (secure attachment) menjadi fondasi bagi perkembangan kepercayaan diri dan stabilitas emosi. Apabila terjadi perpisahan jangka panjang dengan orang tua, anak berpotensi mengalami kecemasan, rasa kehilangan, dan ketidakamanan emosional.

Pendapat ini diperkuat oleh **Mary Ainsworth (1978)** yang menyatakan bahwa kualitas kelekatan sangat dipengaruhi oleh kedekatan fisik dan responsivitas orang tua. Ketidakhadiran orang tua dalam waktu lama dapat

mengurangi kualitas interaksi emosional, sehingga meningkatkan risiko kecemasan dan ketidakstabilan perasaan.

b. Orang Tua sebagai Figur Utama Perkembangan Psikologis

Menurut Santrock (2011) dalam teori perkembangan masa hidup (*life-span development*), masa remaja akhir dan dewasa awal merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri dan kemandirian. Pada fase ini, dukungan emosional dari orang tua tetap menjadi faktor protektif terhadap stres dan tekanan sosial. Mahasiswa yang tidak memperoleh dukungan emosional secara optimal dari orang tua berisiko mengalami kecemasan, kebingungan identitas, dan penurunan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, Hurlock (1999) menyatakan bahwa perasaan aman dan diterima dalam keluarga menjadi dasar bagi perkembangan emosi yang stabil. Ketika salah satu atau kedua orang tua bekerja di luar negeri, anak dapat mengalami perasaan kehilangan figur pengasuhan, yang kemudian memunculkan rasa kesepian dan kekhawatiran berlebihan terhadap kondisi orang tua.

c. Peran Orang Tua Asuh (Caregiver) sebagai Pengganti

Dalam keluarga pekerja migran, pengasuhan sering dialihkan kepada kakek-nenek atau anggota keluarga lain. Secara teoritis, Bronfenbrenner (1979) melalui *Ecological Systems Theory* menjelaskan bahwa perkembangan individu dipengaruhi oleh lingkungan terdekatnya (microsystem), termasuk keluarga pengganti. Artinya, kualitas hubungan dengan orang tua asuh sangat menentukan kondisi psikologis anak.

Apabila orang tua asuh mampu memberikan kasih sayang, perhatian, serta pengawasan yang konsisten, maka dampak negatif dari ketidakhadiran orang tua kandung dapat diminimalisasi. Namun, apabila pengasuhan kurang responsif atau cenderung otoriter, anak berpotensi mengalami ketidakstabilan emosi.

1. Kerangka Konseptual

Dalam kerangka konsep terdapat beberapa faktor yang akan berkenaan di dalamnya sesuai dengan judul yakni “Layanan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan *Attachment* Untuk Meminimalisir Perilaku Emosional akibat ketidakhadiran orang tua sebagai pekerja migran.”



Dari kerangka konsep di atas dapat meminimalkan dampak keemasan akibat ketidakhadiran orang tua migran melalui pendekatan Bimbingan Islam dengan teknik *Attachment*, dukungan teman sebaya, dan kondisi lingkungan keluarga. Dengan alur identifikasi masalah → intervensi terpadu → evaluasi dampak, program ini berpotensi meningkatkan kesejahteraan kecemasan dan prestasi akademik mahasiswa secara berkelanjutan.

a. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Indramayu, Provinsi Jawa Barat, yang merupakan salah satu daerah dengan jumlah pekerja migran Indonesia (PMI) yang cukup tinggi. Lokasi penelitian difokuskan pada lingkungan tempat tinggal mahasiswa yang menjadi subjek penelitian, yaitu mahasiswa yang mempunyai orang tua bekerja sebagai pekerja migran di luar negeri. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa Indramayu merupakan daerah yang banyak mengalami gejala migrasi tenaga kerja, akibatnya dijumpai cukup banyak mahasiswa yang hidup terpisah dari orang tua dalam jangka waktu yang lama. Selain itu, lokasi penelitian dipilih karena dinilai dapat menyajikan data dan informasi yang sesuai dengan fokus penelitian mengenai kecemasan mahasiswa akibat orang tua pekerja migran serta penerapan bimbingan Islam dalam membantu mengatasi kecemasan tersebut. Melalui penelitian yang dijalankan di lingkungan tempat tinggal mahasiswa, peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai kondisi psikologis, pengalaman hidup, serta bentuk dukungan yang diterima mahasiswa selama orang tua mereka bekerja di luar negeri.

Pemilihan Kabupaten Indramayu sebagai lokasi penelitian juga didasarkan pada kemudahan akses peneliti dalam menjalin komunikasi dengan informan, menjalankan observasi, serta mengumpulkan data melalui wawancara secara langsung. Oleh sebab itu, lokasi penelitian diharapkan mampu memberikan data

yang akurat, mendalam, dan sesuai dengan kebutuhan penelitian sehingga dapat menopang tercapainya sasaran penelitian secara terbaik.

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini memakai paradigma konstruktivisme interpretif dengan strategi Islami. Paradigma konstruktivisme interpretif memandang bahwa realitas sosial tidak bersifat tunggal dan objektif, melainkan dibentuk melalui pengalaman, interaksi sosial, serta tahapan penafsiran yang dijalankan oleh setiap individu. Oleh sebab itu, pemahaman terhadap suatu gejala tidak hanya didasarkan pada fakta yang tampak, tetapi juga pada makna yang diberikan individu terhadap pengalaman yang dialaminya. Dalam penelitian ini, kecemasan yang dialami mahasiswa akibat orang tua bekerja sebagai pekerja migran dipahami sebagai pengalaman subjektif yang mempunyai makna berbeda pada setiap individu sesuai dengan latar belakang, kondisi keluarga, serta pengalaman hidup yang mereka miliki.

Pendekatan Islami dalam paradigma ini dipakai untuk menyajikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai manusia sebagai makhluk yang memiliki dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang saling berkaitan. Dalam sudut pandang Islam, manusia merupakan makhluk yang dimuliakan oleh Allah SWT sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Isra ayat 70. Maka dari itu, berbagai permasalahan psikologis yang dialami individu tidak hanya dipandang dari aspek emosional dan sosial, tetapi juga dikaitkan dengan kondisi spiritual serta hubungan individu dengan Allah SWT. Melalui paradigma konstruktivisme interpretif yang dipadukan dengan pendekatan Islami, penelitian ini berupaya

memahami bagaimana mahasiswa memaknai pengalaman keterpisahan dengan orang tua yang bekerja di luar negeri, bagaimana kecemasan terbentuk dalam kehidupan mereka, serta bagaimana proses bimbingan Islam membantu mereka menghadapi kondisi tersebut. Nilai-nilai Islam seperti sabar, ikhlas, tawakal, syukur, doa, dan dzikrullah dipandang sebagai asal makna dan kekuatan spiritual yang dapat membantu mahasiswa mengelola kecemasan serta membangun ketahanan psikologis dalam menghadapi beragam tantangan kehidupan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan cara studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman subjektif, perasaan, pemikiran, dan perilaku mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Melalui metode studi kasus, peneliti dapat menggali secara rinci fenomena kecemasan yang dialami mahasiswa akibat orang tua sebagai pekerja migran dalam konteks kehidupan yang nyata. Di samping itu, pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi proses penerapan bimbingan Islam, bentuk-bentuk pendampingan yang diberikan, serta perubahan yang terjadi pada mahasiswa setelah mengikuti proses bimbingan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu membuahkan pemahaman yang utuh mengenai peran bimbingan Islam dalam membantu meminimalisir kecemasan mahasiswa anak pekerja migran.

2. Metode penelitian

Metode studi kasus dengan desain studi kasus yang dipilih dalam penelitian ini untuk memberikan pemahaman yang komprehensif terhadap kondisi

psikologis mahasiswa asal Indramayu yang mengalami kecemasan akibat orang tua sebagai pekerja migran. Metode ini memungkinkan peneliti mengeksplorasi secara mendalam setiap kasus individu sekaligus melihat pola-pola yang muncul lintas kasus. Melalui pengumpulan data yang mendalam dari berbagai sumber seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi, studi ini dapat mengidentifikasi kecemasan yang muncul pada mahasiswa dan melihat bagaimana pendekatan bimbingan Islam secara komprehensif dapat menerapkan intervensi untuk mengurangi dan mengatasi kecemasan tersebut. Studi kasus kolektif ini mendukung pemahaman holistik yang mencakup aspek psikologis, sosial, dan spiritual dalam konteks migrasi orang tua dan kehidupan mahasiswa.

3. Jenis dan sumber data

a. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini ialah data kualitatif, data kualitatif ini tidak menggunakan statistik, tetapi melalui pengumpulan data, analisi kemudian diinterpretasikan. Adapun jenis yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah informasi hasil penelitian tentang :

- 1) Data tentang bimbingan Islam yang menangani mahasiswa dengan dampak kecemasan akibat ketidakhadiran orang tua pekerja migran, dimana teori *attachment* digunakan untuk menganalisis dan memperkuat ikatan kecemasan yang terganggu.

2) Data hasil pelaksanaan bimbingan islam dengan pendekatan keterikatan yang fokus dalam memperkuat hubungan kecemasan melalui iman, untuk meminimalkan dampak negatif ketidakhadiran orang tua.

b. Sumber Data

1) Data primer

Data primer diperoleh langsung dari sumber utama, yaitu mahasiswa yang mengalami dampak kecemasan akibat orang tua sebagai pekerja migran. Data ini dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi untuk menggali pengalaman subjektif dan kondisi psikologis mereka.

2) Data sekunder

Data sekunder berasal dari sumber-sumber yang mendukung dan memperkuat konteks penelitian, seperti kajian literatur ilmiah terkait teori lampiran Bowlby, prinsip-prinsip bimbingan konseling Islam, dan penelitian terdahulu yang relevan dengan kondisi mahasiswa anak pekerja migran.

4. Informasi atau unit penelitian

a. Informan dan Unit Analisis

Informan diperlukan untuk mendapatkan informasi dari orang yang dapat memberikan informasi mengenai situasi kondisi yang akan diteliti. Informan yang akan dijadikan pada penelitian ini adalah:

1) Orang tua asuh mahasiswa

2) Mahasiswa yang memiliki dampak kecemasan akibat orang tua sebagai pekerja migran

Unit analisis pada penelitian ini akan berfokus pada pembahasan mengenai layanan individual dengan pendekatan Attachment dalam meminimalisir dampak kecemasan pada mahasiswa.

b. Teknik Penentuan Informan

Informan yang akan dijadikan pada penelitian ini merupakan orang tua asuh dari mahasiswa serta mahasiswa yang mengalami masalah kecemasan. Pemilihan informan tersebut dilakukan agar data yang diperoleh benar-benar relevan dan sesuai dengan fokus penelitian, yaitu mengenai efektivitas bimbingan individual dengan pendekatan Attachment dalam meminimalisir kecemasan dan stres mahasiswa.

5. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan pada penelitian ini menggunakan tiga metode, yakni dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Observasi

Secara langsung dengan menggunakan panca indera peneliti untuk memperoleh informasi yang diperlukan dalam penelitian. Observasi ini bertujuan untuk menggambarkan permasalahan serta situasi nyata yang berkaitan dengan dampak kecemasan pada mahasiswa akibat orang tua pekerja migran. Melalui observasi. Observasi dalam penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa asal indramayu yang mengalami dampak kecemasan tersebut.

b. Wawancara

Kegiatan wawancara ini berupa tanya jawab antara dua pihak yakni dengan pewawancara dan juga narasumber untuk memperoleh data. Wawancara tidak

hanya dilakukan dengan secara langsung saja tetapi bisa juga dilakukan secara online. Dalam penelitian ini akan dilakukan wawancara bersama orang tua asuh dan juga mewawancarai mahasiswa yang pernah mengalami permasalahan kecemasan akibat orang tua sebagai pekerja migran.

c. Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini berperan sebagai sumber data pendukung yang memperkaya proses analisis dan validitas temuan. Peneliti mengumpulkan berbagai jenis dokumen yang relevan dengan topik bimbingan Islam dan kecemasan pada mahasiswa. Dokumen pribadi, seperti catatan harian mahasiswa yang berisi refleksi pengalaman dan perasaan mereka, serta surat dari orang tua yang memberikan pesan dan dukungan emosional, jika ada dan diizinkan penuh dari pemiliknya karena untuk menjaga etika penelitian dan privasi.

6. Penentuan Keabsahan Data

Agar menjamin keabsahan data yang sudah peneliti amati apakah sudah sesuai atau relevan dengan kenyataan yang terjadi dilapangan, pada penelitian ini peneliti menggunakan cara triangulasi dengan pengujian terhadap berbagai sumber, seperti:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara
- b. Membandingkan hasil wawancara dengan dokumentasi yang saling berkaitan.

7. Teknik analisis data

Teknik analisis data diterapkan untuk memahami data, mengekstrak wawasan yang bermakna, dan membantu proses pengambilan keputusan yang

dibutuhkan oleh penulis. Adapun proses analisis data dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data dilakukan agar peneliti dapat merangkum atau memfokuskan pada hal-hal penting dan membuang hal-hal yang dirasa tidak dibutuhkan. Jadi, reduksi data ini perlu dilakukan untuk dibutuhkan. Jadi, reduksi menghasilkan catatan inti dari data yang diperoleh dari hasil pengalihan data.

b. Penyajian atau Display Data

Tahap selanjutnya dalam mengolah data yang dilaksanakan oleh peneliti adalah menyajikan data. Hal tersebut dilakukan karena data yang diperoleh selama penelitian kualitatif biasanya berbentuk naratif sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.

c. Kesimpulan atau Verifikasi

Pada tahap ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data yang sudah didapatkan. Tahapan ini memiliki tujuan untuk mencari makna data yang telah dikumpulkan dengan mencari hubungan, persamaan, maupun perbedaan.