

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN
MENGELOLA EMOSI BAGI EKS PSIKOTIK DI RUMAH
PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA**

KUDUS



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna Memperoleh Gelar Sosial
(S.Sos)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

Khuzzaimatul Amaliyah

NIM. 1801016035

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGRI WALISONGO

SEMARAMG

2022

NOTA PEMBIMBING

PEMBIMBING

Lamp :
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth. Dekan
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang

Asslamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap naskah skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Khuzzaimatul Amaliyah
Nim : 1801016035
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
Judul Skripsi : Konseling Individu Untuk Mengenali dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut dan oleh karenanya mohon untuk segera diujukan, atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb

Semarang, 23-11-2022

Pembimbing



Komarudin, M. Ag

NIP/ 196804132000031001

ii

LEMBAR PENGESAHAN

PENGESAHAN SKRIPSI

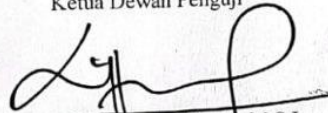
KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN MENGELOLA EMOSI EKS PSIKOTIK DIRUMAH PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA KUDUS

Oleh:
Khuzzaimatul Amaliyah
1801016035

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 19 Desember 2022 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat guna memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

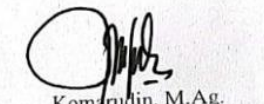
Ketua Dewan Penguji


Dr. Ena Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I.
NIP. 198203072007102001


Penguji I


Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd.
NIP. 196909012005012001


Sekretaris Dewan Penguji


Komarudin, M.Ag.
NIP. 196804132000031001

Penguji II


Yuli Nur Khasanah, M.Ag., M.Hum.
NIP. 197107291997032005

Mengetahui,
Pembimbing


Komarudin, M.Ag.
NIP. 196804132000031001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal 19 Desember 2022


Prof. Dr. H. Deswardana, M.Ag.
NIP. 197804011978121003

NILAI PEMBIMBING

NILAI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : KHUZZAIMATUL AMALIYAH
NIM : 1801016035
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Judul Skripsi : **KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN MENGELOLA EMOSI BEGI EKS PSIKOTIK DIRUMAH PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA KUDUS**

NILAI PEMBIMBING
3,9

Semarang, 1 Desember 2022

Pembimbing



Komarudin, M. Ag.

NIP. 196804132000031001

PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Khuzzaimatul Amaliyah

NIM : 1801016035

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja keras saya sendiri dengan penuh kejujuran dan pertanggung jawaban dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya, kecuali pengetahuan dan informasi yang diambil penerbitan maupun belum diterbitkan dicantumkan sebagai referensi bahan rujukan.

Semarang, 9 Oktober 2022



NIM. 1801016035

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabbarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala hidayah, karunia dan Rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *“KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN MENGELOLA EMOSI BAGI EKS PSIKOTIK DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA*

KUDUS” ini dengan lancer dan sesuai target. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta para sahaba dan keluarganya.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan mata kuliah skripsi pada program strata-1 di Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa ada dukungan, bimbingan, bantuan, semangat dan nasihat dari baerbagai pihak. Oleh karena itu dengan setulus hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. Ilyas Supena, M.Ag., selaku Dekan Faktultas Dakwah dan Komunikasi.
3. Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
4. Hj. Widayat Mintarsih, M.pd., selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
5. Komarudin, M.Ag. selaku di dosen wali dan dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dengan sabar dan teliti.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo, yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis

PERSEMBAHAN

selama masa perkuliahan.

7. Bapak dan Ibu staf dan karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo, yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada penulis selama dalam masa perkuliahan.
8. Pimpinan, karyawan dan eks psikotik yang berada di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus, penulis mengucapkan terimakasih karena telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian untuk kelancaran penulisan skripsi.
9. Keluarga KSK WADAS yang sudah menjadi rumah dan tempat belajar bagi penulis.
10. Teman angkatan di KSK WADAS, Risa, Mpin, Singgih, Una, Ida, Fuat yang sudah memberikan semangat untuk penulis.
11. Syarifuddin Affandi S.Sos yang sudah menemani penulis dengan sepenuh hati.
12. Teman-teman BPI A yang sudah memberikan semangat untuk cepat menyelesaikan skripsi penulis.
13. Teman-teman BPI angkatan 2018 yang sudah memberikan dorongan penulis untuk segera menyelesaikan tanggung jawab kuliah.
14. Semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi kedepannya. Semoga semua amal kebaikan mereka semua mendapatkan balasan dari Allah SWT Amiin.

Waslammualaikum Warrahmatullahi Wabbarakatuh

Semarang, 23 November 2022



Ku persembahkan skripsi ini untuk kedua orang, bapak Joko Susilo dan Ibu Suyati tercinta, yang telah membesarkan penulis dengan sepenuh hati serta memberikan dukungan dengan sepenuh hati, yang tidak hentinya mendoakan penulis. Untuk adek Malik yang sudah memberikan semangat kepada penulis, dan tidak lupa untuk adek Ridwan yang sudah berada di sisi Allah SWT.

Ku persembahkan skripsi ini untuk almamater jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang atas ilmu dan pengetahuan yang telah diberikan kepada penulis.

MOTTO

مَمْلُوسٌ هَاوِرٌ (هَلِ عِافٍ رَجُحٌ أَلْتُمُّ هَلْفٌ رِي خَ نَلَعٌ لَدَن)

“Barang siapa yang menunjukkan kepada suatu kebaikan, maka baginya pahala seperti orang yang melaksanakannya” HR. Muslim

ABSTRAK

Khuzzaimatul Amaliyah 1801016035 Konseling Individu Untuk Mengenali dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, jenis penelitian ini yaitu penelitian

kualitatif deskriptif. Narasumber dalam penelitian ini yaitu eks psikotik, konselor dan pekerja sosial yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh problem atau permasalahan yang terjadi pada eks psikotik di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, yaitu mengenai emosi pada eks psikotik, belum bisanya mengendalikan emosi yang ada pada dirinya sehingga menyebabkan berbagai problem diantaranya yaitu penerima manfaat yang suka marahmarah sampai melukai penerima manfaat yang lain dan dirinya sendiri, penerima manfaat yang berusaha kabur-kaburan dari panti, penerima manfaat yang merasa mendapat bisikan- bisikan yang kenyataannya tidak ada, maka dari itu perlu adanya bantuan yang diberikan konselor kepada penerima manfaat untuk mengenali dan mengelola emosi karena dua hal tersebut merupakan dasar dari kecerdasan emosional.

Hasil penelitian yang di dapatkan oleh penulis yaitu 1) Mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik yaitu salah satunya karena dasar untuk memahami diri yang selanjutnya ketika sudah bisa mengenali dan mengelola atau mengkspresikan emosi yang dirasakannya penerima manfaat bisa untuk memotivasi dirinya ketika dalam keadaan yang tidak baik, serta kalau sudah bisa untuk memahami emosi orang lain penerima manfaat juga harus bisa mengetahui dirinya sendiri, setelah itu baru ketika sudah bisa semua untuk berkomunikasi atau bersosial dengan masyarakat akan lebih mudah. 2) Mengenai proses pelaksanaan konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus yaitu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor atau pekerja sosial kepada penerima manfaat untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang di hadapinya dengan tujuan supaya penerima manfaat dapat mengenali dan mengelola emosinya lebih baik lagi. Proses pemberian bantuan yang diberikan kepada eks psikotik melalui konseling individu melalui beberapa tahapan yaitu membangun hubungan yang baik dengan eks psikotik, menganalisis masalah yang dihadapi oleh eks psikotik, menjelaskan permasalahan yang dihadapi, mengembangkan prilaku positif dan melakukan evaluasi, metode yang digunakan yaitu konseling direktif dan non-direktif. Ditemukan tujuh dari sepuluh penerima manfaat yang dapat mengenali dan mengelola emosinya setelah melakukan konseling individu beberapa kali dengan konselor.

Kata kunci: konseling individu, emosi, dan eks psikottik

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	ii
NILAI PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x

DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Metode Penelitian	10
G. Sistematika Penulisan Skripsi	18
BAB II KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN MENGELOLA EMOSI EKS PSIKOTIK.....	20
A. Eks Psikotik dan Kondisi Emosi	20
1. Eks psikotik	20
2. Pengertian Emosi	22
B. Pentingnya Mengenal dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik.....	26
a. Mengenal Emosi Diri	26
b. Mengelola Emosi	27
c. Memotivasi Diri Sendiri	28
d. Mengenal Emosi Orang Lain	29
e. Membina Hubungan	29
C. Konseling Individu untuk Mengenal dan Mengelola Emosi Eks Psikotik	30
BAB III KONSELING INDIVIDU UNTUK EKS PSIKOTIK DI RUMAH SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA KUDUS	41
A. Gambaran umum rumah pelayanan sosial disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	41
1. Sejarah rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus .	41
2. Visi, Misi, Tujuan dan Moto Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	43
3. Tujuan.....	44
4. Motto	44
5. Letak Geografis Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	44
6. Keadaan Sarana Prasarana Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	45
7. Struktur Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	

8. Indikator pencapaian eks psikotik	48
9. Keadaan Pegawai Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	48
B. Kondisi Emosi Eks Psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus	48
1. Penerima manfaat golongan kuning	50
2. Penerima manfaat golongan hijau	57
3. Emosi Eks Psikotik Menurut Pekerja Sosial dan Konselor	62
C. Pentingnya Mengenal dan Mengelola Emosi Eks Psikotik	64
D. Proses Konseling Individu untuk Membantu Eks Psikotik	67
1. Tahap awal	68
2. Tahap pertengahan/ tahap kerja	72
3. Tahap akhir/ tahap evaluasi	77
BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN	80
A. Pentingnya Mengenal dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik	80
1. Mengenal Emosi	81
2. Mengelola Emosi	83
B. Konseling Individu untuk Mengenal dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik	86
BAB V PENUTUP	107
A. Kesimpulan.....	107
B. Saran.....	108
C. Kata penutup	108
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN	115
	DAFTAR TABEL
Tabel 3. 1.....	45

Tabel 4. 1	98
------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gangguan jiwa atau psikotik dapat diartikan sebagai pola perilaku yang berhubungan dengan distress dan menyebabkan gangguan pada satu atau lebih fungsi dalam kehidupan manusia. Psikotik merupakan gangguan jiwa yang sangat serius, Orang yang mengalami gangguan psikotik biasanya ditandai dengan hilangnya fungsi dasar dari ego yang terdiri dari penilaian objektif dan pertimbangan dari luar atau tidak bisa membedakan mana yang nyata mana yang tidak nyata dengan ciri utama mengalami delusi atau tidak dapat membedakan kenyataan dan imajinasi dan halusinasi yang menyebabkan seseorang melihat, mendengar, merasa dan mencium sesuatu yang sebenarnya tidak ada.¹

Gangguan jiwa merupakan kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, Psikotik merupakan bagian dari gangguan jiwa, psikotik masuk dalam kategori gangguan pikiran atau proses berfikir. Pikiran merupakan hubungan atau bagian dari pengetahuan seseorang, berfikir merupakan suatu proses membentuk ide yang baru, untuk menarik suatu kesimpulan. Proses berfikir yang normal yaitu mengandung ide dan terarah, sedangkan psikotik merupakan ketidak mampuan membedakan kenyataan dari fantasi, kemampuan dalam menilai suatu kenyataan yang ada.²

Kasus gangguan jiwa yang berada di Indonesia mengalami peningkatan, hal tersebut dapat dilihat dari Riset kesehatan Dasar oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kementrian Kesehatan (Kemenkes)

¹ Muhammad, Budi Taftazani., prosiding penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, vol 4 no 1, 2017, hlm 129.

² Kusumawati, Farida dan Yudi Hartono., buku ajaran keperawatan jiwa, Jakarta: salemba Medika, 2010, hlm 59.

menggunakan 300.000 sampel yang mencakup 1,2 juta jiwa pada 34 provinsi, 416 kabupaten dan 98 kota di Indonesia. Dari data diatas bisa

1

diketahui apabila masih ada peningkatan menurut prevalensi rumah tangga yang mempunyai orang dengan gangguan jiwa pada tahun 2013 mengalami peningkatan dari 1,7% menjadi 7% dalam tahun 2018 yang berarti pada 1000 rumah tangga masih ada 7 rumah tangga atau kurang lebih 450 orang gangguan jiwa berat kemudian pada tahun 2019 mengalami peningkatan menjadi 5.218 berat yang dipasung.³ Data tersebut bisa diketahui apabila peningkatan permasalahan kesehatan jiwa diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan hasil laporan dari dinas kesehatan tahun 2020 presentase gangguan jiwa yang mendapatkan pelayanan sebesar 58,9% dari 16 provinsi yang melaporkan, capaian tertinggi berada di provinsi Bangka Belitung sebesar 98% dan Sulawesi Tengah sebesar 97,6%, sedangkan provinsi terendah yaitu Jawa Barat sebesar 37,6%.⁴

Rumah pelayanan disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan salah satu tempat yang memberikan rehabilitasi disabilitas mental, panti sosial yang menangani eks psikotik, rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan unit dari panti pelayanan sosial disabilitas netra pandhawa Kudus. Rumah pelayanan sosial disabilitas mental ini khusus menangani eks psikotik, penerima manfaat yang ada disana saat ini sebanyak 65 yang terdiri dari 30 perempuan dan 35 laki-laki.

Rehabilitasi yang diberikan kepada penerima manfaat selama dua tahun tetapi jika dalam jangka waktu dua tahun belum setabil kondisinya masih bisa diperpanjang lagi, akan tetapi jika dalam jangka waktu kurang dari dua tahun sudah pulih dalam semua hal atau sudah bisa menjadi

manusia pada umumnya yang bisa menggunakan fungsi sosialnya maka bisa dikembalikan kepada keluarganya.⁵ Rehabilitasi yang diberikan

³ Kementerian Kesehatan RI, profil kesehatan Indonesia, 2019, hlm 219.

⁴ Kementerian kesehatan RI, profil kesehatan Indonesia, 2020, hlm 213.

⁵ Nur, pegawai sosial, wawancara pada 28 Juli 2022.

kepada penerima manfaat di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus diantaranya yaitu penanaman, menjahit, kerajinan batik, kerajinan tangan, bimbingan agama, konseling. Semua proses rehabilitasi diberikan kepada semua penerima manfaat supaya bisa belajar kembali untuk bisa menjadi manusia pada umumnya yang menggunakan fungsi sosialnya dengan baik.

Penerima manfaat yang berada dipanti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus dibagi menjadi tiga golongan, pertama golongan merah dimana golongan ini peneriman manfaat yang kondisinya sangat buruk dimana penerima manfaat tidak bisa komunikasi, tidak bisa menjaga dirinya sendiri, dan emosionalnya tidak setabil sama sekali. Kedua golongan kuning dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah bisa merawat dirinya sendiri, bisa diajak komunikasi, emosionalnya lumayan bisa berjalan dengan baik, akan tetapi penerima manfaat pada golongan ini terkadang masih mempunyai halusinasi yang tinggi serta memungkinkan penerima manfaat marah-marah tetapi itu terjadi tidak sering. Ketiga yaitu golongan hijau dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah baik yaitu bisa diajak komunikasi dengan baik, bisa menggunakan fungsi sosialnya dengan baik, serta bisa mengendalikan emosionalnya, dan bisa membantu penerima manfaat yang lain.

Penerima manfaat yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus kebanyakan berada di golongan kuning, dimana penerima manfaat masih membutuhkan rehabilitasi yang baik. Golongan ini penerima manfaat sudah bisa diajak komunikasi ketika dalam keadaan yang setabil, akan tetapi jika dalam keadaan yang tidak setabil atau dalam

keadaan yang mengalami halusinasi tinggi atau serasa mendapatkan bisikan yang tidak baik maka tidak bisa diajak komunikasi karena pada saat kambuh atau sedang tidak setabil emosionalnya tidak setabil. Pada kondisi yang tidak setabil itulah penerima manfaat bisa melukai penerima manfaat yang lain yang nantinya akan mengakibatkan pertengkaran karena merasa diganggu. Kondisi itulah penerima manfaat mengalami emosional yang tidak setabil serta belum bisa mengenali dan mengelola emosinya dengan baik, belum bisa menempatkan kondisi dimana harus marah, dimana harus senyum, dimana harus bahagia, serta belum bisa mengkspresikan sesuai dengan kondisi hatinya. Semua itu harus dibantu oleh pekerja sosial yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Maka dari itu penerima manfaat membutuhkan bantuan dari pekerja sosial atau konselor supaya memberikan arahan kepada penerima manfaat agar bisa kembali menyeimbangkan emosionalnya.³

Pekerja sosial membantu penerima manfaat dengan cara memberikan konseling individu dengan terus menerus untuk membantu mengenali dan mengelola emosinya. Pekerja sosial membantu dengan sebisa mungkin dengan memberikan pengarahan, memberikan nasihat-nasihat yang baik supaya penerima manfaat bisa menempatkan emosinya sesuai dengan keadaannya serta dapat mengekspresikan apa yang sedang dirasakan. Seperti yang dijelaskan dalam surat Al-Ashr 1-3

سُخِّيفِلَنْ لَا أُولِمَّ عَ وَ أُوْنَمَ أَنْ يَذَلَّ لَّوَّ . رَاوْتَوْتِ أَحَلِ اصَّ ق ح ل اب اؤ ص
ع ل اؤ و اس ن ل ا ن ا ر ص
اؤ تَو ل اب اؤ ص ر ب ص

Artinya: Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar kerugian, kecuali orang yang beriman dan mengerjakan amalan saleh dan nasihat-menasihati supaya menaati kebenaran dan menasihati menasihati supaya menepati kebenaran.

³ Ling, pekerja sosial, wawancara pada tanggal 28 juli 2022.

Seperti yang dijelaskan dalam ayat diatas bahwasannya pekerja sosial atau konselor membantu klien atau penerima manfaat dengan cara memberikan nasihat-nasihat supaya penerima manfaat menjadi lebih baik lagi kedepannya dengan bisa mengenali dan mengelola emosinya serta bisa kembali menjadi makhluk sosial yang baik dengan cara memiliki emosional yang baik serta dapat mengendalikan emosionalnya.

Alasan peneliti melakukan penelitian di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus karena panti ini merupakan satu-satunya panti yang bisa untuk menampung disabilitas mental yang ada di Kudus, sehingga rehabilitasi yang diberikan kepada penerima manfaat dapat diterima dengan baik supaya penerima manfaat bisa kembali menggunakan fungsi sosial nya dengan baik, mampu menyeimbangkan emosionalnya serta dapat membedakan halusinasi dengan kenyataan serta dapat dikembalikan kepada keluarga masing-masing. Dengan cara memberikan pelayanan konseling individu kepada penerima manfaat untuk membantu mengenali dan mengelola emosinya secara baik dan dapat mengkspresikan suasana hatinya dengan benar. Kurang efektif juga pelayanan yang diberikan kepada eks psikotik yaitu bimbingan kelompok sehingga rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus sekarang memfokuskan untuk menggunakan konseling individu, supaya lebih efektif karena dilakukan secara empat mata atau secara lebih privat. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang “ **Konseling individu Untuk Mengenali dan Mengelola Emosi Bagi Eks Psikotik Di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus**”

B. Rumusan Masalah

Menurut uraian yang telah penulis paparkankan pada latar belakang masalah, penulis merumuskan masalah yang akan dikaji yaitu:

1. Bagaimana penerima manfaat untuk mengenali emosi dan mengelola emosi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus?

2. Bagaimana proses konseling individu bagi eks psikotik untuk mengenali emosi dan mengelola emosi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus?

C. Tujuan Penelitian

Pada penelitian yang akan penulis kaji, tentu memiliki adanya tujuan yang ingin dicapai. Maka dari itu tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui bagaimana penerima manfaat untuk mengenali dan mengelola emosi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus.
2. Mengetahui bagaimana proses konseling individu membantu eks psikotik untuk mengenali emosi dan mengelola emosi di Rumah pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

1. Pembaca

Untuk pembaca dapat menambah pengetahuan tentang konseling individu pada eks psikotik.

2. Bagi Penulis lain

Untuk pedoman mengetahui konseling individu yang diberikan pada eks psikotik serta hambatan dalam penerapan konseling yang diberikan, dan menambah pengetahuan serta informasi bagi penulis khususnya mengenai konseling individu pada eks psikotik.

3. Bagi Para Konselor

Adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman atau rujukan tentang konseling khususnya konseling individu yang dilakukan Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan analisis mendalam atau kritis dan sistematis atas penelitian sebelumnya dengan tujuan agar peneliti dapat menghindari adanya kesamaan penelitian dan tidak terjadi plagiasi dengan penelitian sebelumnya. Oleh karena itu penulis menemukan beberapa penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut:

Pertama Penelitian yang dilakukan oleh Ulva Almunafisah yang berjudul *Konseling Individu untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta* tahun 2020. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan bagaimana tahap-tahap pelaksanaan konseling individu untuk menangani penyandang disabilitas mental eks psikotik. Subjek pada penelitian ini adalah pekerja sosial dan penyandang disabilitas mental eks psikotik. Objek dari penelitian ini adalah bagaimana tahap-tahap konseling individu dalam menangani penyandang disabilitas mental eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah kualitatif *field research* menggunakan metode deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan deskriptif kualitatif meliputi: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pelaksanaan konseling individu untuk menangani penyandang disabilitas mental eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta, mempunyai tiga tahap yaitu: tahap awal konseling yaitu membangun hubungan konseling dengan konselor melakukan assesmen dan rencana intervensi, tahap pertengahan (tahap kerja) yaitu mengeksplorasi masalah klien dan mengembangkan potensi klien, dan tahap akhir konseling (tahap tindakan) yaitu menurunnya kecemasan klien dan perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif. Kemudian ada *CC (Case Conference)* yaitu membahas permasalahan dan kondisi klien apakah bias dipulangkan atau tidak.

Kedua penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Chulaifah dan Sri Prastyowati dengan judul *Tingkat Keberhasilan Rehabilitasi Gelandangan Eks-psikotik* tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan rehabilitasi gelandangan eks-psikotik ditinjau dari aspek penyimpangan perilaku. Lokasi penelitian di Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan Psikotik Pojoreken, Medan, Sumatera Utara. Pengumpulan data dilakukan melalui telaah dokumen terhadap 15 file dari gelandangan eks psikotik dengan kadar sakit jiwa sedang. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif, dengan mendeskripsikan tingkat keberhasilan bimbingan; realisasi diri dan sosial, integrasi sosial, kemampuan keterampilan kerja kejuruan ditinjau dari aspek penyimpangan perilaku selama masa rehabilitasi. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa kemampuan realisasi diri, relasi dan integrasi sosial hasilnya sangat kecil, kecuali pada keterampilan kerja dan kejuruan. Tingkat keseringan penyimpangan perilaku gelandangan eks-psikotik tidak serta merta dapat mengubah kemampuan realisasi diri dan sosial, integrasi sosial, kecuali pada kemampuan keterampilan kerja kejuruan. Hal ini karena adanya masalah sosial psikologis, yang ditandai dengan emosi labil yang berkelanjutan dan terejawantah dalam bentuk penyimpangan perilaku tertawa, bicara sendiri, marah-marah tanpa sebab, menarik diri, semau gue, egois, mengamuk, kebingungan, penolakan, tegang, keengganan, penyangkalan, melukai diri sendiri, bermalasmalasan, mencuri, mencari dan menyimpan barang bekas, buang air besar dan kecil di sembarang tempat, bungkam, tidak mau mandi, bicara terus menerus, menyakiti orang lain, dan mengembara. Penelitian ini merekomendasikan agar dilakukan bimbingan terus-menerus, terutama pada pascarehabilitasi dan kembali ke masyarakat. Bimbingan hendaknya dilakukan oleh orang yang memahami tentang karakteristik gelandangan psikotik. Perlu dilakukan sosialisasi kepada masyarakat tentang ciri-ciri gelandangan psikotik dan kebutuhan pelayanan yang harus dipenuhi.

Ketiga penelitian berikutnya oleh Hanif Sandya Eko Putro tahun 2019 dengan judul *Program Layanan Bimbingan Kemandirian Untuk Meningkatkan Kemandirian Pada Eks Psikotik Di Rumah Pelayanan*

Sosial Eks Psikotik “Hestining Budi” Klaten. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah empat orang yaitu pekerja sosial dan tiga orang penerima manfaat (eks psikotik) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling di rumah layanan sosial eks psikotik “Hestining Budi” Klaten. Teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dalam menguji validasi menggunakan triangulasi data. Teknik analisis data dilakukan dalam beberapa tahap mulai dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan konseling kemandirian di rumah layanan sosial eks psikotik “Hestining Budi” Klaten memiliki signifikansi dalam perubahan.

Keempat penelitian yang dilakukan oleh Arum Widyawati telah melakukan penelitian pada tahun 2018 yang berjudul *Pelaksanaan Konseling Individual untuk Pembinaan Kemandirian Penyandang Eks Psikotik di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Samekto Karti Pemalang*. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian lapangan, sifat kualitatif dengan pendekatan psikologis. Sumber data penelitian yang digunakan adalah sumber data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah Teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif model interaktif dari Miles dan Huberman. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Penyandang Eks Psikotik di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Samekto Karti Pemalang mempunyai kemandirian yang berbeda-beda, dimana kemandirian itu dilihat dari derajat kecacatan mental eks psikotik, tingkatan kemandirian penyandang eks psikotik yang pada umumnya bervariasi dan menyebar pada tingkat konformistik, saksama dan mandiri serta faktor – faktor yang mempengaruhi kemandirian penyandang eks psikotik ada tiga antara lain: keluarga, Pendidikan di panti, dan lingkungan masyarakat. Pelaksanaan konseling

individual di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Samekto Karti Pemalang sudah sesuai dengan buku pedoman konseling individual baik dari segi tujuan, materi, pendekatan, dan tahapan pelaksanaan, konseling individual yang diterapkan. Komponen – komponen tersebut dalam penerapannya menjadikan penyandang eks psikotik yang mulanya memiliki kemandirian rendah dan belum mampu mencapai tingkatan karakteristik mandiri menjadi memiliki kemandirian yang tinggi serta mampu mencapai tingkatan karakteristik mandiri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disebutkan di atas maka tidak ada indikasi penelitian dengan judul yang sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Sehingga, fokus penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah konseling individu untuk membantu eks psikotik untuk mengenali emosi dan mengelola emosi di panti layanan social pdhawa Kudus.

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian dalam proposal skripsi ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan fenomena-

fenomena yang ada, yang terjadi saat ini atau saat yang lalu.⁴ Pada penelitian kualitatif, pengumpulan data digunakan penelitian lapangan sehingga menarik data sebanyak-banyaknya dari narasumber mengenai latar belakang keadaan permasalahan yang diteliti. Pengambilan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Jenis penelitian studi kasus ini digunakan karena peneliti dapat meneliti dan mengetahui langsung bagaimana proses upaya pemberian konseling individu untuk

⁴ Fitrah, M., metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus, CV jejak (jejak publisher), 2018, hlm 36.

mengenali emosi dan mengelola emosi eks psikotik di rumah pelayanan social disabilitas mental muria jaya Kudus.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus karena menjelaskan secara detail mengenai konseling individu dan proses berjalannya konseling individu yang diberikan kepada eks psikotik. Menurut Stake yang dikutip oleh John W. Creswell pendekatan studi kasus adalah penelitian yang didalamnya peneliti menyelidiki secara cermat suatu program, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu. Kasus-kasus dibatasi oleh waktu dan aktivitas dan dalam mengumpulkan informasi secara lengkap, peneliti menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data berdasarkan waktu yang telah ditentukan.⁵⁶

2. Sumber Data

Data adalah obyek penelitian yang digunakan sebagai sumber penggalan data. Karena proses penting dalam penelitian yaitu pengumpulan data.⁷ Sumber data yang utama atau pokok disebut sumber data primer. Jenis data yang diperoleh adalah data primer. Sumber data pendukung atau tambahan disebut data sekunder, sedangkan jenis datanya adalah data sekunder. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:⁸

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian untuk menjawab masalah penelitian yang dilakukan. Secara khusus, data primer belum tersedia karena data primer harus dicari terlebih dahulu sesuai

⁵ Jhon W. Cresswell, penelitian kualitatif dan desain riset, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, ⁶), hlm 57

⁷ Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : CV Pustaka Setia, 2011), hlm 145

⁸ Dimas Agung Trisliatanto, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Penerbit ANDI, 2020). hlm 134-135.

dengan riset yang dilakukan sebab belum pernah ada riset sejenis atau riset sejenis sudah kadaluarsa.⁹

Dalam penelitian yang dilakukan, peneliti mengumpulkan data secara langsung di tempat penelitian mengenai profil lembaga, bentuk-bentuk rehabilitasi yang dilakukan pada eks psikotik serta representasi atau model konseling yang dilaksanakan baik berupa waktu dan tempat pelaksanaan, metode, materi, kondisi subjek (eks psikotik) dan data-data lain yang mendukung penelitian. Pemerolehan data tersebut didapat melalui petugas konselor, petugas rehabilitasi sosial serta staf dan penerima manfaat.

b. Sumber data sekunder

Berbeda dengan data primer, data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari objek penelitian dikarenakan data sudah ada atau data telah dikumpulkan oleh pihak lain bukan dari pihak peneliti. Biasanya, data sekunder berbentuk struktur organisasi kearsipan, dokumen, laporan-laporan serta buku-buku dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penelitian.¹⁰ Dalam penelitian ini, data sekunder akan diperoleh melalui situs internet, jurnal, buku ataupun hasil penelitian sebelumnya yang yang dapat dipertanggungjawabkan validitasnya.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tahapan yang sangat penting dalam penelitian karena tujuan utama dari penelitian yaitu mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi:

a. Wawancara

⁹ Purhantara, wahyu., metode penelitian kualitatif untuk bisnis, (graha ilmu: Yogyakarta, 2010), hlm 79.

¹⁰ Purhantara, wahyu., metode penelitian kualitatif untuk bisnis, (graha ilmu: Yogyakarta, 2010), hlm 79.

Menurut Denzim wawancara merupakan komunikasi secara langsung, yang mana salah satu pihak mencari informasi dari narasumbernya. Metode wawancara dilakukan dengan cara bertanya kepada narasumber dengan pedoman wawancara yang sudah ada.¹¹

Penggunaan wawancara dalam penelitian di rumah pelayanan social disabilitas mental Muria Jaya Kudus di tunjukan untuk dua hal yakni untuk mengetahui informasi lebih luas serta menanyakan informasi yang berkaitan dengan penelitian dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada narasumber secara lebih bebas dan leluasa untuk memperoleh data serta informasi yang diperlukan. Adapun wawancara dilakukan secara *face to face interview* atau wawancara berhadap-hadapan dengan pratisipan yang meliputi konselor, eks psikotik atau penerima manfaat yang sudah mampu berkomunikasi dengan baik, staf bagian rehabilitasi sosial serta staf terkait yang dapat memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan penelitian.

b. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dokumen yaitu mengumpulkan data melalui catatan *peristiwa* yang sudah berlalu baik berupa gambar, tulisan, atau karya-karya monumental dari seseorang. Adanya dokumen dalam penelitian berguna untuk mendukung hasil pengumpulan data observasi dan wawancara agar penelitian semakin kredibel.¹² Untuk memperoleh data penelitian, peneliti menggunakan teknik dokumentasi berupa gambar yang meliputi kumpulan data nama penerima manfaat dalam *bentuk* foto atau papan foto, papan foto data kegiatan penerima manfaat serta papan foto struktur organisasi. Selain

¹¹ Wajdi, F., Fadhilah, D & Mushlihin, M., pesantrens and multicultural value in a multiethnic society, (penamas, 33(2), 2020), hlm 1

¹² Sugiyono, metode penelitian kualitatif kuantitatif dan R&B, (Bandung: alfabeta, 2021), hlm 82-83

gambar, peneliti juga menggunakan dokumen berupa tulisan yang meliputi *file* mengenai alur pelayanan rehabilitasi, visi dan misi pelayanan serta arsip atau *file* lain yang mendukung data penelitian.

c. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan langsung oleh peneliti terhadap objek penelitian. Metode pengamatan observasi yang dilakukan oleh peneliti mengharuskan peneliti turun langsung kelapangan untuk meliput seluruh peristiwa baik berkaitan dengan ruang, tempat, pelaku, kegiatan, benda-benda, waktu, peristiwa, tujuan dan perasaan untuk mendapatkan hasil data secara rinci terkait dengan penelitian.¹³ Untuk memperoleh data, peneliti melakukan observasi secara langsung di tempat penelitian dengan berpartisipasi secara langsung dalam kegiatan proses konseling dan kegiatan rehabilitasi lainnya, sehingga dengan melaksanakan observasi peneliti dapat memperoleh data yang akurat berupa kondisi eks psikotik, kegiatan konseling individu yang meliputi waktu, tempat, materi, media serta metode yang digunakan dalam pelaksanaan konseling. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi dengan berpartisipasi dalam kegiatan rehabilitasi lainnya guna mendapatkan data yang mendukung penelitian.

4. Keabsahan Data

Uji Keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan uji kredibilitas dan triangulasi. Triangulasi sebuah konsep metodologi dalam penelitian kualitatif yang perlu dipahami oleh peneliti kualitatif berikutnya adalah teknik triangulasi. Tujuan triangulasi adalah untuk menambah kekuatan teoritis, metodologis, maupun

¹³ Purhantara, wahyu., metode penelitian kualitatif untuk bisnis, (graha ilmu: Yogyakarta, 2010), hlm 87.

interpretative dari penelitian kualitatif. Triangulasi diartikan juga sebagai kegiatan pengecekan data melalui beragam sumber, teknik dan waktu.

Triangulasi data digunakan sebagai proses meyakinkan derajat kepercayaan (kredibilitas/validitas) dan konsistensi (reliabilitas) data, serta bermanfaat juga sebagai alat bantu analisis data di lapangan. Triangulasi menurut Mantja dapat juga digunakan untuk menguatkan konsistensi metode silang, seperti pengamatan dan wawancara atau penggunaan metode yang sama, seperti wawancara dengan beberapa informan.

- a. Triangulasi sumber adalah mencari kebenaran informasi melalui berbagai sumber memperoleh data. Triangulasi sumber berarti membandingkan atau melakukan cek ulang informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda.¹⁴

Pada penelitian ini, untuk menguji kredibilitas data mengenai konseling individu, maka pengumpulan dan pengujian data yang telah dilakukan pada konselor yang memberikan konseling pada eks psikotik, Bimbingan dan

Rehabsos atau pengurus, serta eks psikotik terlantar yang mampu diajak komunikasi dengan baik. Data dari ke tiga sumber tersebut, tidak bisa dirata-ratakan seperti penelitian kuantitatif, tetapi dideskripsikan, dikategorisasikan, mana pandangan yang sama mana pandangan yang berbeda dan mana yang lebih spesifik antara tiga sumber data tersebut. Data yang telah diperoleh dianalisis peneliti kemudian menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (*member check*) dengan tiga sumber data tersebut.

- b. Triangulasi teknik dapat dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama, namun tekniknya berbeda yaitu

¹⁴ Gunawan, I., metode penelitian kualitatif, (Jakarta: bumi aksara, 2013), hlm 219-220

wawancara dan observasi, contohnya adalah seperti terdapat data yang diperoleh melalui wawancara kemudian diperiksa dengan menggunakan observasi, dokumentasi atau angket. Jika ketiga teknik pengujian kredibilitas data menghasilkan data yang berbeda, maka peneliti harus melakukan diskusi lebih lanjut dengan sumber data yang relevan atau orang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar dan mungkin semuanya benar karena sudut pandang yang berbeda.

- c. Triangulasi waktu dilakukan dengan melakukan cek ulang pada data kepada sumber dan tetap menggunakan teknik yang sama, namun dengan waktu atau situasi yang berbeda.¹⁵ Misalnya, mengumpulkan data pada pagi menggunakan tehnik wawancara dengan narasumber akan menghasilkan data yang lebih valid dikarenakan narasumber masih semangat, *fresh* dan belum memiliki banyak masalah sehingga data valid dan kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi, atau tehnik lain dalam waktu dan situasi yang berbeda. Bila data yang dihasilkan berbed, maka peneliti dapat melakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah data menjadi kesatuan yang dapat dikelola, menemukan apa yang penting. Analisis data penelitian mengikuti model analisa Miles dan Huberman dalam yang terbagi dalam beberapa tahap, yaitu:¹⁶

¹⁵ Mekarisce, A. A. teknik pemeriksaan kebsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat, (jurnal ilmiah kesehatan masyarakat: media komunikasi komunitas kesehatan masyarakat, vol 12 no 3, 2020) hlm 150

¹⁶ Sugiyono, metode penelitian kombinasi (mix methods), (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm 330

- a. *Data Reduktion* artinya data yang diperoleh dari lapangan yang cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci, makin lama penelitian ke lapangan, maka jumlah data makin banyak, kompleks dan rumit. Diperlukan proses pemilihan hal-hal yang pokok, menajamkan informasi, fokus terhadap permasalahan penelitian dan membuang yang tidak perlu. Hasilnya data yang diperoleh memberikan gambaran yang jelas. Tahap awal ini, penelitian akan berusaha mendapatkan data yang sebanyak- banyaknya berdasarkan tujuan penelitian yaitu berkaitan dengan konseling individu untuk membantu eks psikotik untuk mengenali emosi dan mengelola emosi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.
- b. *Data Display* merupakan penyajian data yang disusun secara sistematis sehingga mudah untuk dipahami yang kemungkinan menghasilkan kesimpulan. Penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam kategori uraian singkat, bagan, hubungan kategori, *flowchart*, dan sejenisnya, namun yang paling banyak digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Tahap ini peneliti mampu menyajikan data berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti yaitu konseling individu membantu eks psikotik untuk mengenali dan mengelola emosi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.
- c. *Conclusion drawing* atau *verification* merupakan tahap akhir dalam teknik analisis data kualitatif. Tahap ini adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan kredibel. Tahap ini diharapkan mampu menjawab rumusan masalah penelitian yang lebih jelas tentang konseling individu untuk membantu eks psikotik untuk

mengenali dan mengelola emosi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

G. Sistematika Penulisan Skripsi

Penulis menyusun dengan sistematika yang mengacu pada sistematika penulisan penulisan yang berlaku pada penulisan skripsi di UIN Walisongo Semarang untuk mempermudah pemahaman dalam mengkaji materi penelitian ini

Bab I : pendahuluan

Berisi latar belakang masalah yang dibahas di dalam skripsi, rumusan masalah yang akan dicari jawabannya di dalam penelitian ini, tujuan dan manfaat penelitian yang di ambil dalam skripsi ini yang akan dijelaskan, tinjauan pustaka yang memuat penelitian terdahulu yang relevan dengan pembahasan penelitiann ini, selanjutnya yaitu metode peneitian berisi tentang langkah- langkah yang harus dilakukan pada saat penelitian, dan sistematika penulisan yaitu uraian isi dan tahapan dalam skripsi ini.

Bab II : Landasan Teori

Bab ini berisi kerangka teori yang membuat kajian tentang konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus.

Bab III: Berisi Tentang Gambaran Umum hasil Penelitian

Berisi tentang gambaran umum tentang rumah pelayanan sosial disabilitas mental muria jaya kudus diantaranya sejarah berdirinya, persyaratan masuk, Standart Oprasional Prosedur (SOP), sumberdaya panti, indikator keberhasilan panti dan struktur organisasi. Proses pelaksanaan layanan konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik di rumah pelayanan social disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

Bab IV: Analisis Hasil Penelitian

Berisi tentang analisis konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik di rumah pelayanan social disabilitas mental Muria Jaya Kudus dari awal sampe akhir , serta melihat ketrampilan yang dimiliki oleh konselor yang memberikan konseling terhadap eks psikotik yang mempunyai masalah, serta melihat bagaimana metode yang di gunakan untuk membantu menyelesaikan.

Bab V: Penutup

Bab ini berisi tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan penulis , saran-saran dan kata penutup

BAB II

KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENALI DAN MENGELOLA EMOSI EKS PSIKOTIK

A. Eks Psikotik dan Kondisi Emosi

1. Eks psikotik

Psikotik merupakan gangguan jiwa yang ditandai dengan adanya halusinasi, perilaku, perilaku kacau, pembicaraan kacau yang pada umumnya disertai tilikan yang buruk. Waham atau delusi adalah kepercayaan yang salah, berdasarkan simpulan yang salah tentang kenyataan eksternal, yang dipegang teguh meskipun apa yang diyakini semua orang merupakan bukti-bukti yang jelas dan tak terbantahkan.¹⁷ Dalam perspektif psikologi, sakit jiwa (psikotik) dibedakan menjadi dua:

a. Psikosis Organik

Penyandang psikosis organik pada umumnya disebabkan oleh gangguan fungsi jaringan otak yang menyebabkan berkurang atau rusaknya fungsi-fungsi pengenalan, ingatan, intelektual, perasaan dan kemauan, beratnya gangguan dan kekalutan mental tersebut tergantung pada parahnya kerusakan organik pada otak. Sementara penyandang psikosis fungsional disebabkan oleh faktor-faktor non-organik, ditandai oleh disintegrasi dengan dunia realitas, disintegrasi pribadi dan kekalutan mental yang progresif, seringkali dibayangi oleh macam-macam halusinasi, ilusi, dan delusi, sering mengalami stupor (tidak bisa merasakan sesuatupun, keadaannya seperti terbius).¹⁸

¹⁷ Priscill a,E Lumingkewas., Taufiq F. Pasiak., dll. Indikator yang membedakan gejala eks psikotik dengan pengalaman spiritual dalam prspektif neurosains, (vol 5 no 2 2017), hlm 1-2

¹⁸ Karnadi, & Kundarto., model rehabilitasi social gelandangan psikotik berbasis masyarakat (studi kasus di ponpes/panti REHSOS Nurusslam Sayung Demak), jurnal At- Taqaddum, 2014, hlm 244.

Permasalahan mengenai gangguan jiwa atau psikotik di

20

Indonesia cukup tinggi, hal tersebut dapat terlihat dari data psikotik yang terus mengalami peningkatan. Salah satu permasalahan mengenai psikotik di Indonesia adalah eks psikotik terlantar atau gelandangan. Eks Psikotik Terlantar dapat diartikan sebagai seorang Pengindap Sakit Jiwa yang tidak diketahui sanak keluarganya dan keluyuran dijalanan dalam Kota Kuala Kapuas sehingga mengganggu Ketertiban dan Keamanan masyarakat, kemudian dibawa dan mendapatkan perawatan di Rumah Sakit Jiwa.

Menurut buku Pedoman Pelayanan Dan Rehabilitasi Sosial Penyandang Cacat Mental Eks Psikotik Dalam Panti, 2009 makna dari Eks Psikotik dapat diartikan sebagai seseorang yang mengalami cacat mental atau gangguan jiwa (telah dirawat di rumah sakit jiwa dan direkomendasikan dalam kondisi tenang), sehingga merupakan rintang-an atau hambatan baginya untuk melakukan fungsi sosialnya, yaitu pemenuhan kebutuhan, pemecahan masalah dan kegiatan sehari-hari.¹⁹

b. Psikotik Terlantar

Psikotik terlantar secara awam dipahami sebagai seorang gelandangan yang mempunyai ciri-ciri khusus dengan perilaku aneh atau abnormal yang berbeda dengan norma perilaku manusia pada umumnya. Psikotik terlantar selain hidup menggelandang, juga mengalami gangguan jiwa yang

¹⁹ Chulaifah dan prastyowati, pedoman pelayanan dan rehabilitasi social penyandang cacat mental eks psikotik, vol 15 no 1, 2016, hlm 38

menyebabkan kehilangan fungsi sosial-nya. Fungsi sosial dapat berjalan dengan baik apabila seseorang mampu menjalankan fungsi sebagai makhluk sosial, hidup bersama dengan masyarakat mampu berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain yang pada akhirnya mampu mengaktualisasi diri untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Dengan kondisi kejiwaan yang abnormal gelandangan psikotik telah kehilangan berbagai kemampuan, sehingga hidupnya dalam kondisi kurang sejahtera.²²

Eks psikotik adalah seseorang yang pernah mengalami gangguan pada fungsi kejiwaan, sebagai proses berfikir, emosi, kecemasan dan psikomotirik. Menurut *Dirjen Bima* eks psikotik adalah orang yang pernah mengalami suatu keadaan jiwa yang disebabkan oleh faktor organik biologis maupun fungsional yang mengakibatkan perubahan alam pikiran, alam perasaan dan perubahan seseorang.²³

2. Pengertian Emosi

Emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Daniel Goleman mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis.²⁴

Chaplin merumuskan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku. Maramis dalam bukunya “Ilmu Kedokteran Jiwa” mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang kompleks yang berlangsung tidak lama yang mempunyai komponen pada badan dan pada jiwa individu

²²Priscilla, E Lumingkewas., Taufiq F. Pasiak., dll. Indikator yang membedakan gejala eks psikotik dengan pengalaman spiritual dalam perspektif neurosains, (vol 5 no 2 2017), hlm 36.

²³Kartini Kartono, psikologi umum, mandar maju 2003, hlm 1999

²⁴Daniel Goleman. *Emotional Intelligence*. (Jakarta. Gramedia Pustaka Utama, 2009), hlm45.

tersebut. ²⁰ Emosi menurut Rakhmat menunjukkan perubahan organisme yang disertai oleh gejala-gejala kesadaran, berperilaku dan proses fisiologis. Kesadaran apabila seseorang mengetahui makna situasi yang sedang terjadi. Jantung berdetak lebih cepat, kulit memberikan respon dengan mengeluarkan keringat dan napas terengah-engah termasuk dalam proses fisiologis dan terakhir apabila orang tersebut melakukan suatu tindakan sebagai suatu akibat yang terjadi.²¹

Menurut Sarwono mendefinisikan emosi merupakan sebagai reaksi penilaian negatif dan positif yang kompleks dari system syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar (benda, manusia, cuaca, situasi) atau dari dalam dirinya sendiri.²² Chaplin mengemukakan bahwasannya emosi merupakan suatu keadaan yang merangsang perubahan-perubahan yang disadari seperti perubahan perilaku. Watson dalam buku konseling dan psikoterapi Gunarsa²⁸ menyatakan bahwa emosi dasar yang dimiliki individu adalah fbar (takut/cemas), rage (marah), Love (cinta/simpaty).

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa emosi adalah pengalaman sadar, kompleks dan meliputi unsur perasaan, yang mengikuti keadaan-keadaan psikologis dan mental yang muncul serta penyesuaian batiniah dan mengekspresikan dirinya dalam tingkah laku yang nampak.

²⁰ Chaplin, J.P, *Kamus lengkap psikologi (Alih bahasa: DR. Kartini Kartono)*. (Jakarta: Raja Grafindo Perkasa, 2002). Hlm. 29.

²¹ Jalaludin Rakhmat. *Psikologi komunikasi*. (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya, 2001), hlm. 15.

²² Sarwono, Sarlito, pengantar psikologi umum, (Jakarta: rajawali press, 2013), hlm 124

²⁸ Gunarsa, S. D., konseling dan psikotrapi, Gunung Mulia, 1996

Macam-macam emosi menurut Safari dan Saputra emosi dibagi menjadi dua hal yaitu emosi positif dan emosi negatif a. Emosi positif

Emosi positif merupakan emosi yang memberikan dampak menyenangkan dan menenangkan. Contohnya emosi positif yaitu tenang, santai, rileks, gembira, lucu haru dan senang. Menurut Frijda²³, seseorang yang mengalami emosi positif apabila terdapat kecocokan antara stimulus dengan situasi yang diharapkan, dalam arti tercapainya tujuan, harapan (goals), pemenuhan motif-motif dan adanya insentif. Sedangkan emosi negatif merupakan hasil dari adanya ketidakcocokan antara stimulus dengan situasi yang diharapkan tersebut.

b. Emosi negatif

Emosi negatif merupakan emosi yang memberikan dampak tidak menyenangkan dan menyusahkan, macam-

macam emosi negatif diantaranya yaitu sedih, kecewa, putus asa, depresi, frustrasi, marah, sedih, dendam.²⁴ Emosi dasar negatif yaitu marah emosi yang ada pada individu dengan maksud untuk memperlakukan apa yang diinginkan dan dipastikan dengan berbagai cara sesuai dengan tingkatan usianya, keadaan ini juga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain. Marah juga termasuk reaksi dari frustrasi sewaktu mengejar sasaran penting atau ancaman (secara langsung terhadap fisik atau secara simbolik terhadap harga diri atau martabat) dan situasi yang dapat menimbulkan rasa sakit. Menurut Goleman, marah berkembang menjadi fury (sangat marah), outrage (kejaran), resentment (dendam), wrath (gusar), exasperation (jengkel), indignation (dongkol), acrimony (fengkel), hostility (bermusuhan), pathological hatred (benci yang patologis), violence (keras).²⁵ Dampak merasakan emosi

²³ Frijda, N. H., *The Emotions*, Cambridge: Cambridge University Press, 1986.

²⁴ Safari, T dan Saputra, NE, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: 2009, Bumi Aksara), hlm 13

²⁵ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: mengapa EI lebih penting dari pada EQ*, terjemahan, (Jakarta: Gramedia 1996), hlm

negatif yaitu semua yang dirasakan menjadi negatif, tidak menyenangkan, dan menyusahkan serta emosi negatif mempengaruhi perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain.²⁶

Kondisi emosi negatif menurut Saanim dengan ciri-ciri yaitu emosinya tidak dapat diprediksikan, tidak dapat dikendalikan atau sulit untuk dikendalikan, sensitive berlebihan, tidak ada ketetapan dalam mengambil keputusan, serta tidak paten dalam mempersepsi diri dan lingkungannya.²⁷ Ciri-ciri kondisi emosi negatif menurut Helmi ada empat yaitu psikologis aspek ini biasanya dikaitkan pada aspek emosi seperti mudah marah, sedih, egois, acuh tak acuh, mudah tersinggung, selanjutnya yaitu fisiologis bentuk keluhan fisik seperti pusing, nyeri tengkuk, tekanan darah naik, lambung dll, yang ketiga yaitu proses berfikir yaitu sulit berkonsentrasi, semangat belajar menurun, mudah lupa, sulit mengambil keputusan, yang terakhir yaitu pada tingkah laku dimana ketika seseorang mengalami emosi negatif aitu perilaku-perilaku menyimpang seperti menghindar dari orang, suka melukai orang lain, suka mabuk, ngepil dll.²⁸

Daniel Goleman mengemukakan ada beberapa ahli yang mengelompokkan emosi menjadi beberapa golongan yaitu:

- 1) Amarah: beringas, mengamuk, benci, kesal, tersinggung, bermusuhan, tindakan kekerasan.
- 2) Kesedihan: pedih, sedih, muram, kesepian, ditolak, putus asa, depresi.
- 3) Rasa takut: cemas, takut, khawatir, gugup, waspada, tidak tenang, phobia.
- 4) Kenikmatan: bahagia, gembira, riang, puas, senang, takjub, terpesona.

²⁶ Triantoro safaria, *Manajemen Emosi*,(Jakarta:Bumi Aksara, 2009), hlm 13

²⁷ Ibid,hlm 30

²⁸ Helmi, Arvin., gaya kelekatan dan konsep diri (Jurnal psikologi, 2000, no 1, 9-17)

- 5) Cinta: penerimaan, persahabatan, kebaikan, kepercayaan, hormat, bakti.
- 6) Terkejut: terkesiap, terkesima, rasa dekat.
- 7) Jengkel: hina, jijik, muak, benci, tidak suka.
- 8) Malu: rasa salah, kesal hati, sesal, hina.²⁹

Gangguan emosi seseorang akan disebut mengalami gangguan emosi jika emosi yang dialaminya menimbulkan gangguan pada dirinya, alasan emosi terganggu yaitu ketika seseorang mengalami emosi tertentu seperti depresi, kecemasan, dan kemarahan yang terlalu sering atau terlalu kuat. Kemudian seseorang yang mengalami emosi tertentu terlalu jarang atau terlalu lemah, mereka tidak mampu menunjukkan rasa sayang, kepercayaan, marah atau penolakan. Selanjutnya gangguan seseorang merasa kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain, selanjutnya yaitu gangguan emosi beberapa konflik karena dua emosi atau lebih misalnya benci dan cinta, marah dan takut. Seseorang ketika mengalami gangguan emosi atau stress pasti mengalami perubahan pada dirinya terutama pada perubahan fisik yaitu perubahan selera makan, kesusahan untuk tidur, sakit kepala, jantung berdebar kencang, dada terasa sesak, otot tegang, mudah lelah dan lesu, susah beristirahat, perasaan yang tidak enak yang berkepanjangan.³⁰

B. Mengenal dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik

Dasar kemampuan dalam teori kecerdasan menurut Daniel Goleman. Dasar kemampuan ini dibagi menjadi lima dasar yang terjadi dalam diri manusia diantaranya yaitu:

a. Mengenal Emosi Diri

Mengenal emosi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Kesadaran diri membuat diri lebih berhati-hati dengan suasana hati atau pikiran, bila kurang hati-hati individu bisa larut dalam emosi dan dikuasai oleh emosi yang tidak baik. Kesadaran

²⁹ Daniel Goleman, *emotional Intelligence kecerdasan emosional*, (Jakarta: 1996, PT Gramedia Pustaka Utama) hlm 411

³⁰ Asti Mustam, *berdamai dengan emosi*, (Jakarta, 2018), hlm 3

diri belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu persyaratan penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

Mengenali emosi diri berkaitan dengan kemampuan mengenali perasaan diri sendiri ketika perasaan itu tumbuh dan merupakan hal yang penting mengenai pemahaman kejiwaan. Ada beberapa kemampuan yang merupakan ciri-ciri mengenali emosinya, yaitu:

- a. kesadaran emosi yaitu dapat mengenali emosi dan dapat mengetahui pengaruh emosi itu.
- b. penilaian diri sendiri teliti yaitu mengetahui kelebihan serta kekurangan yang ada didalam diri serta dapat mengontrolnya.
- c. percaya diri yaitu keberanian serta keyakinan terhadap ada yang dimiliki oleh diri misalnya kemampuannya.

b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang dalam menangani perasaan supaya bisa mengekspresikan sesuai dengan suasana hatinya, dan menjadi seimbang dalam diri. Menjaga emosi yang merisaukan salah satu kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan yang dibiarkan larut dalam diri lama sehingga menyebabkan kegelisahan itu tidak baik buat diri seseorang. Menurut Fatimah mengartikan mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menangani emosi agar terungkap dengan tepat, orang dikatakan berhasil mengelola emosi yaitu orang yang dapat menghibur diri ketika sedang berada dalam kondisi kesedihan, dapat melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat.³¹ Menurut Safaria dan Saputra orang yang memiliki kemampuan mengelola emosi akan lebih cakap menangani ketegangan emosi, sebaliknya individu dengan

³¹ Enung, Fatimah., psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik (Bandung: pustaka setia, 2006) hlm 116

kemampuan mengelola emosi rendah akan cenderung mudah stress, marah, tersinggung, dan mudah kehilangan semangat.³²

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwasannya mengelola emosi merupakan kemampuan untuk mengendalikan diri, menunjukkan sifat dapat dipercaya, menunjukkan sikap bersungguh-sungguh, dan menunjukkan sikap supaya dapat diterima sosial, serta mengelola emosi contohnya yaitu muka merah ketika sedang marah yaitu merupakan mengekspresikan diri dengan apa yang sedang dirasakan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Motivasi yaitu yang mendorong suatu tindakan, mengarahkan tindakan tersebut pada pencapaian tujuan yang diinginkan.³³ Menjadi diri yang lebih baik atau mendapatkan penghargaan dari sesuatu yang sudah dirai oleh diri membutuhkan motivasi diri, yang berarti diri memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan pengendalian dorongan hati, serta mempunyai perasaan memotivasi diri yang positif, yaitu gairah optimis, dan keyakinan terhadap diri sendiri. Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki kekuatan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan memotivasi diri yang tinggi.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga dengan empati menurut Goleman kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli dengan orang lain, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Seseorang yang memiliki rasa empati yang tinggi dia bisa merasakan apa yang sedang dirasakan oleh lawan bicaranya dia lebih bisa diajak bicara oleh orang tersebut.

³² Safaria, T dan Saputra, NE., manajemen emosi, (Jakarta: Bumi aksara, 2009) hlm 14

³³ Fahrurrozi dan Damayanti R, “ the effort of counseling guidance teacher in developing student learning motivation” (JAGC UIN Walisongo vol 2 no 1 2021), hlm 74

e. Membina Hubungan

Kemampuan seseorang dalam membina hubungan yaitu suatu ketrampilan yang menunjang popularitas kepemimpinan dan keberhasilan antar sesama manusia.³⁴ Penelitian ini memfokuskan pada bagian mengenali emosi dan mengelola emosi, karena menurut penelitian yang dilakukan di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus permasalahan yang banyak terjadi disana yaitu mengenai mengenali emosi dan cara mengelola emosi. Permasalahan yang harus di tangani yaitu mengenai bagaimana penerima manfaat bisa mengenali dan mengelola emosinya dengan baik sehingga bisa membuat semuanya atau bisa membantu sosialnya penerima manfaat menjadi lebih baik. Mengenali dan mengelola emosi merupakan bagian dasar dari kecerdasan emosional, ketika seseorang sudah mampu untuk mengenali dan mengelola emosi yang ada pada dirinya sendiri terlebih dahulu seseorang nantinya akan bisa untuk memotivasi dirinya ketika dirinya sedang berada dalam kondisi yang tidak stabil, selanjutnya yaitu untuk bisa memahami emosi orang lain seseorang harus bisa mengenali emosinya sendiri terlebih dahulu, baru ketika semuanya sudah bisa kembali ke masyarakat atau berinteraksi dengan masyarakat akan lebih mudah.

58

C. Konseling Individu untuk Mengenali dan Mengelola Emosi Eks Psikotik

Konseling adalah sebuah keterampilan dan sebuah proses yang harus dibedakan dari sekedar memberikan nasihat, memberikan pengarahan, bahkan mungkin mendengarkan secara simpatik atau ketertarikan besar kepada problem yang dialami konseli.³⁵³⁶ Konseling merupakan proses bantuan dari konselor kepada klien yang dilakukan secara professional

³⁴ Daniel, Goleman., *emotional intelligence*, (Jakarta: gramedia Pustaka utama 2009), hlm

³⁵ Akhmad Fajar Prasetya, "Model Cybercounseling: Telaah Konseling Individu Online Chat-Asynchronous Berbasis Aplikasi Android". *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*. Vol.

³⁶ No. 1, 2017, hlm. 32

dimana konselor memberikan bantuan kepada konseli yang sedang memiliki masalah.³⁷ Konseling menurut Mortensen dan Schuller konseling merupakan jantungnya bimbingan. Sedangkan menurut Rogers konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu konseling dengan tujuan memberikan bantuan kepadanya agar dapat mengubah sikap dan perilakunya.³⁸ Konseling individu adalah kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang (konselor dan klien) untuk menangani masalah klien, yang didukung oleh keahlian dan dalam suasana yang laras dan integrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi klien.³⁹

Konseling individu menurut *Tohirin* adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat hubungan empat mata, yang dilakukan antara konselor dengan klien. Menurut *Tolbert* konseling individu adalah hubungan tatap muka antara konselor dan konseli, dimana konselor sebagai seorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli sebagai seorang yang normal, membantu konseli mengenali diri, situasi yang akan dihadapi dimasa depan, sehingga konseli dapat mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial.⁴⁰ Menurut *Hellen* konseling individu merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh ahli kepada individu yang mengalami suatu masalah, yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya. Layanan konseling ketika sudah memberikan layanannya maka masalah konseli akan teratasi secara efektif.⁴¹

Menurut *Sofyan S. Willis* konseling individu yaitu pertemuan konselor dengan klien secara individu, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk

³⁷ Ulin Nihayah, "peran komunikasi interpersonal untuk mewujudkan kesehatan mental bagi konseli", (islamic communication journal vol 01, mei-oktober 2016)

³⁸ Hartono dan boy seodarmadji, psikologi konseling, Jakarta: kencana prenada media group 2012, hlm 26-27.

³⁹ *Tohirin*, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi), (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), hlm 25.

⁴⁰ Syamsu Yusuf, konseling individu, Refika Aditaman 2016, hlm 49.

⁴¹ Hallen, A., Bimbingan dan konseling, (Ciputat: Quantum Teaching, 2005) hlm 23

pengembangan pribadi klien serta dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi klien. Konseling individu adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli. Konseli mengalami kesukaran pribadi yang tidak dapat ia pecahkan sendiri. Kemudian ia meminta bantuan konselor sebagai petugas yang professional dalam jabatannya dengan individu yang normal, yang menghadapi kesukaran dalam masalah pendidikan, pekerjaan, dan social dimana ia tidak dapat memilih dan memutuskan sendiri. Oleh karena itu, konseling hanya ditujukan kepada individu-individu yang sudah menyadari kehidupan pribadinya.⁴²

Berdasarkan penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwasannya konseling individu yaitu proses pemberian bantuan konselor kepada klien untuk membantu memecahkan permasalahannya supaya menjadi yang lebih baik kedepannya, serta dapat mengembangkan dirinya. Konseling individu yang diberikan kepada penerima manfaat yang bertujuan untuk membantu permasalahan mental berupa emosionalnya, supaya penerima manfaat dapat mengenali dan mengelola emosinya dengan baik, karena permasalahan emosional menjadi salah satu hal yang banyak terjadi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Konseling individu termasuk dakwah yaitu dakwah irsyad pada eks psikotik yaitu bisa membantu untuk mengarahkan kearah yang lebih baik, di tetapkan dalam peraturan menteri sosial RI bahwasannya rehabilitasi sosial dilaksanakan dalam bentuk motivasi, perawatan, bimbingan mental, bimbingan fisik, bimbingan sosial, bimbingan lanjut.⁴³ Bimbingan mental dalam bentuk konseling individu yaitu berupa pemberian bantuan konselor kepada klien atau penrima manfaat untuk membantumemecahkan suatu permasalahan yang dihadapinya.

Tujuan konseling adalah agar tercapai perkembangan yang optimal pada individu yang dibimbing, dengan perkataan lain agar individu dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan potensi atau

⁴² Dudung Hamdun, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, 2013), hlm. 5.

⁴³ Menteri sosial RI, peraturan menteri sosial RI, no 7 2017, hlm 10

kapasitasnya dan agar individu dapat berkembang sesuai lingkungannya. Dikatakan membantu karena pada hakikatnya individunya yang akan mengambil keputusan sendiri untuk hidupnya, karena konselor sifatnya membantu. Pada akhirnya individu memperoleh kebahagiaan dunia dan akhiratnya.⁴⁴ Secara lebih rinci, tujuan konseling individu adalah sebagai berikut :

- a. Mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya ke arah tingkat perkembangan yang optimal.
- b. Mampu memecahkan masalah yang di hadapinya.
- c. Mempunyai wawasan yang lebih realistis serta penerimaan yang objektif tentang dirinya
- d. Dapat menyesuaikan diri secara lebih efektif baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungannya sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya.⁴⁵

Berdasarkan uraian diatas dapat di Tarik kesimpulan tujuan dari konseling individu yaitu memperoleh pemahaman terhadap dirinya, mengarahkan potensi dalam dirinya, mampu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi sehingga dapat menjadi yang lebih baik.

Fungsi yang hendak dipenuhi dalam pelaksanaan konseling individu menurut *Hartono dan Soedarmadji* fungsi konseling individu yaitu:

1. Fungsi pemahaman dalam fungsi pemahaman, terdapat beberapa hal yang perlu dipahami yaitu, pemahaman tentang masalah klien. Dalam pengenalan, bukan saja hanya mengenal diri klien, melainkan lebih dari itu, yaitu pemahaman yang menyangkut latar belakang pribadi klien, kekuatan dan kelemahannya, serta kondisi lingkungan klien.
2. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala yang baik yang ada pada diri individu,

⁴⁴ Widayat Mintarsih, pendampingan kelas ibu hamil melalui layanan bimbingan dan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan proses persalinan, (jurnal SAWWA, vol 12 no 2, 2017), hlm 7

⁴⁵ Tohirin, Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah, hlm. 36-37.

baik hal yang merupakan pembawaan, maupun dari hasil pengembangan yang dicapai selama ini. Dalam bimbingan dan konseling, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui berbagai peraturan, kegiatan dan program.⁴⁶

3. Fungsi pencegahan fungsi pencegahan ini bertujuan agar klien tidak terjerumus ke dalam hal-hal yang membahayakan. Hal ini karena tindakan pencegahan lebih baik dari pada mengobati seseorang yang sudah terjerumus ke dalam hal-hal yang berbahaya tersebut.⁴⁷

Metode konseling individu menurut Prayitno yang bisa di gunakan untuk melakukan konseling individu yaitu :

- a. **Konseling direktif Pendekatan ini dipelopori oleh E.G Williamson dan J.G Derley yang berasumsi bahwa klien tidak mampu mengatsi sendiri masalah yang dihadapinya. Konseling direktif berarti konseling yang dilakukan secara langsung. Cara pendekatan ini mengikat konselor untuk selalu memegang inisiatif dan bertanggung jawab untuk memberikan diagnosis dan pemecahan masalah. Dengan kata lain dalam prosesnya konselor yang paling berperan dan dalam prakteknya konselor berusaha mengarahkan klien sesuai dengan masalahnya. Langkah-langkah konseling direktif yaitu analisis data dari klien, menggambarkan kelemahan dan kekuatan klien, diagnose masalah, prognosis tentang perkembangan masalah, pemecahan masalah, tindak lanjut dan mengevaluasi hasil dari konseling.⁴⁸**
- b. **Konseling non-direktif Konseling non-direktif sering juga disebut “Client Centered Therapy”. Konseling non-direktif merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada klien. Melalui pendekatan ini, klien diberi kesempatan**

⁴⁶ Maryatul Kibtiyah, pendekatan bimbingan konseling islam bagi korban pengguna narkoba,(jurnal ilmu dakwah, vol 35 no 1, 2015), hlm 66

⁴⁷ Makmun Khairani, Psikologi Konseling, (Yogyakarta: Aswaja, 2014), hlm. 19.

⁴⁸ Prayitno dan Emran Amti, Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hlm. 299.

mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikiran secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Tetapi oleh karena suatu hambatan, potensi dan kemampuannya itu tidak dapat berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya. Untuk mengembangkan dan memfungsikannya kembali kemampuannya itu klien memerlukan bantuan. Bertitik tolak dari anggapan dan pandangan tersebut, maka dalam konseling, inisiatif dan peranan utama pemecahan masalah diletakkan dipundak klien sendiri. Sedangkan kewajiban dan peranan utama konselor adalah menyiapkan suasana agar potensi dan kemampuan yang ada pada dasarnya ada pada diri klien itu berkembang secara optimal, dengan jalan menciptakan hubungan konseling yang hangat dan permisif. Suasana seperti itu akan memungkinkan klien mampu memecahkan sendiri masalahnya.⁴⁹

- c. Konseling elektik konseling elektrik adalah penggabungan metode konseling direktif dan non-direktif. Konseling direktif dan konseling non-direktif merupakan dua pendekatan yang amat berbeda, yang satu lebih menekankan peranan konselor, sedangkan yang lain menekankan peranan klien. Disadari bahwa dalam dalam pernyataan pratek konseling menunjukkan bahwa tidak semua masalah dapat dientaskan secara baik hanya dengan satu pendekatan atau teori saja.⁵⁰

Pendekatan atau teori mana yang cocok digunakan saat melakukan proses konseling yaitu melihat sifat masalah yang dihadapi oleh klien (misalnya tingkat kompleks dan kesulitannya), kemampuan klien dalam memainkan peran pada saat konseling, dan kemampuan konselor sendiri,

⁴⁹ Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hlm. 300.

⁵⁰ Abror Sodik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), hlm. 116.

baik pengetahuan maupun ketrampilan dalam menggunakan masing-masing pendekatan dan teori konseling. Sebaiknya metode ini ditetapkan sebelum proses konseling berjalan.⁵¹

Teknik konseling individu merupakan cara yang harus dilakukan dalam proses konseling. Seorang konselor harus menguasai teknik untuk menuju keberhasilan dalam proses konseling, beberapa teknik yang nantinya akan digunakan dalam proses konseling yang di kemukakan oleh Sofyan S. Willis dalam buku konseling individu yaitu:⁵²

1. **Attending (melayani)** Carkhuff menyatakan bahwa melayani klien secara pribadi merupakan upaya yang dilakukan konselor dalam memberikan secara total kepada klien. Attending merupakan suatu proses melayani klien dengan baik dari mulai datang sampai melaksanakan proses konseling, sehingga klien merasa lebih dihargai orang lain dan merasa lebih nyaman untuk berbicara dengan orang yang menghargai klien. Perilaku attending yaitu kontak mata, gesture, Bahasa verbal.
2. **Empati** merupakan gabungan yang sangat penting dengan attending. Secara umum empati merupakan kemampuan konselor untuk dapat merasakan dan menempatkan dirinya keposisi klien. Inti dari empati yaitu bisa merasakan apa yang sedang dirasakan oleh klien sekarang. Empati merupakan suatu kemampuan konselor untuk dapat merasakan apa yang dirasakan klien dengan menggunakan respon yang baik ketika klien sedang memaparkan permasalahannya atau sedang dalam proses konseling. Tujuan dari empati ini yaitu supaya klien bisa berbicara lebih terbuka.
3. **Menjernihkan** ketika klien menyampaikan perasaan dengan kurang jelas atau samar-samar bahkan dengan keraguan, maka tugas konselor adalah melakukan klarifikasi untuk memperjelas

⁵¹ Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hlm. 301

⁵² Sofyan Willis, *konseling individu teori dan praktik*, Bandung:Alfabeta, 2017, hlm52-53

apa yang sebenarnya ingin disampaikan oleh klien. Konselor harus melakukan dengan bahasa dan alasan yang rasional sehingga mudah dipahami oleh klien.

4. Memberi nasihat ini bertujuan untuk pengembangan potensi klien dan membantu dia agar mampu mengatasi masalah dalam dirinya. Memberi nasihat ini juga seorang konselor dilarang untuk menggurui karena nanti akan menimbulkan ketidaknyamanan klien terhadap konseling.

أُولِمَ عَ وَ أُوْنَمَ أَنْ يَذَلَّ لَّ َوَّ اِ . رِ سِنْ خُ يَفِ لَ نَ اسَ نَ لَ اَنَّ اِ . رِ
عَلَّ اَوْ صَ

اَوْتَوْتِ اِحَ لِ اصَّ اَوْتَوَقِ حَ لَ ابِ اَوْ صَ لَابِ اَوْ صَ رِبُ صَّ
لا

Artinya: Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar kerugian, kecuali orang yang beriman dan mengerjakan amalan saleh dan nasihat-menasihati supaya menaati kebenaran dan menasihati menasihati supaya menepati kebenaran.

5. Open question yaitu suatu bentuk pertanyaan yang mana harus dijawab klien dengan menggunakan penjelasan. Pertanyaan ini digunakan ketika mendapatkan klien yang tertutup atau susah bercerita kepada orang lain, sehingga nanti open question ini bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai permasalahan yang dihadapi klien.
6. Memberi informasi dalam informasi yang diminta klien, sama halnya dengan pemberian nasihat. Konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur katakan bahwa konselor tidak mengetahui.
7. Merencanakan yaitu membicarakan kepada klien hal-hal yang akan menjadi program atau aksi yang akan dilakukan kedepannya. Perencanaan yang dimaksud yaitu membantu klien untuk membuat perencanaan tindakan-tindakan apa saja yang akan dilakukan untuk kemajuan klien.

8. Menyimpulkan merupakan suatu teknik yang terdapat pada akhir sesi konseling individu. Dalam teknik ini konselor membantu klien untuk menyimpulkan hasil pembicaraan selama proses konseling, dan memantapkan perencanaan yang sudah disepakati.⁵³

Dalam pelaksanaan layanan konseling individu hendaknya diperlukan langkah-langkah dalam memberikan layanan terhadap klien, adapun langkah-langkahnya konseling individu yaitu:

- a. Langkah identifikasi masalah yaitu untuk melakukan pengenalan terhadap kasus yang dihadapi klien beserta beberapa gejala yang terlihat.
- b. Langkah diagnosa dalam langkah ini dilakukan pengumpulan data dengan tujuan untuk menentukan masalah yang dihadapi klien dengan disertai latar belakangnya.
- c. Langkah prognosa langkah ini dilakukan dengan cara menentukan bentuk bantuan yang akan diberikan kepada klien, yang akan didasarkan pada penetapan masalah yang dilakukan pada tahap diagnose.
- d. Langkah pemberian bantuan atau terapi dalam langkah ini konselor melakukan perencanaan dalam memberikan bantuan terhadap klien, maka langkah selanjutnya yaitu realisasi pemberian bantuan yang didasarkan pada masalah dan latar belakangnya.
- e. Langkah evaluasi dan tindak lanjut langkah ini yaitu melakukan penilaian atau pengetahuan terhadap seberapa jauh pencapaian hasil dari konseling. Kemudian dilakukan langkah tindak lanjut melihat perkembangan dari hasil konselingnya.⁵⁴

Proses layanan konseling individu menurut Willis S. Sofyan yaitu:

⁵³ Sofyan S. Willis, konseling individu, (Bandung: alfabeta 2014), hlm 160

⁵⁴ Djumhur Ulama, bimbingan dan penyuluhan disekolah, (Bandung: Ilmu, 1975), hlm 104

1. Tahap awal konseling tahapan ini terjadi sejak klien bertemu dengan konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien, kepedulian atau masalah klien. Proses tahap awal yaitu membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, maksudnya yaitu klien terlibat dalam diskusi dengan konselor, pada tahapan ini yaitu klien mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapi dan akan diselesaikannya. Tahapan ini akan berpengaruh pada tahap selanjutnya, klien sebisa mungkin mengungkapkan permasalahannya secara jujur dengan

105

konselor. Tahapan selanjutnya yaitu memperjelas dan mendefinisikan masalah yaitu tugas konselor untuk membantu klien memperjelas permasalahan yang sedang dihadapinya. Selanjutnya yaitu menafsirkan dan penjabaran yaitu mengembangkan permasalahan dan merancang bantuan yang mungkin nanti akan diberikan konselor kepada klien. Terakhir dalam tahap awal yaitu menegosiasi kontrak, perjanjian antara konselor dengan klien.

2. Tahap pertengahan (tahap kerja) tahapan pertengahan ini yaitu menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien dan kepedulian klien lebih lanjut, tahapan ini konselor mengajak klien untuk mencari alternatif baru terhadap permasalahan yang dihadapinya. Tahapan selanjutnya yaitu menjaga agar konseling selalu terpelihara, antara konselor dan klien di tuntut untuk saling memelihara keramahan, serta memberikan dukungan sosial karena dari itu klien bisa lebih percaya⁵⁵. Konseling juga di

⁵⁵ Elfi Rimayati, Sri Sayekti, "gambaran keterampilan coping narapidana penjara wanita di Semarang, (JAGC vol 2 no 1 2021), hlm 68

upaya berjalan sesuai dengan kontrak yang sudah disetujui diawal.⁵⁶

3. Tahap akhir konseling (tahap tindakan) Pada tahapan ini ditandai beberapa hal yaitu perubahan sikap klien kearah yang lebih positif, mulai dapat mengoreksi diri serta mengurangi sikap atau perilaku yang suka menyalahkan orang lain.

Proses layanan konseling individu menurut Prayitno yaitu:

1. Tahap pengantaran, didalamnya menurima klien, keterbukaan, penerimaan positif dan penghargaan, kontak mata, ajakn terbuka untuk berbicara dan penstrukturan.
2. Tahap penjajakan, didalamnya terdapat pertanyaan terbuka, suasana diam, kontak psikologis.
3. Tahap penafsiran, tahapan ini yaitu memberikan penafsiran atau pengertian tentang suatu keadaan. Dalam hal ini bertujuan supaya klien dapat memahami kejadian-kejadian dengan memberikan beberapa pandangan yang mungkin berkenaan dengan masalah.
4. Tahap pembinaan, didalamnya memberikan contoh, memberikan informasi, memberikan nasihat, relaksasi.
5. Tahap penilaian, termasuk didalamnya penilaian segera, penilaian jangka pendek, penilaian jangka panjang.⁵⁷

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam mengatasi permasalahan seorang klien dan seorang pembimbing harus menetapkan langkah-langkah yang sesuai dengan tujuan agar permasalahan klien dapat teratasi dengan baik dan tujuan dari konseling itu tercapai. Tahapan konseling individu pada umumnya yaitu melakukan *assessment* yaitu tahap pengumpulan data mengenai segala hal yang berkaitan dengan eks psikotik, serta menciptakan hubungan yang baik dengan eks psikotik atau menciptakan *rappot*, selanjutnya menetapkan permasalahan yang dihadapi oleh eks psikotik, dilanjutkan dengan

⁵⁶ Willis S.Sofyan, konseling individu teori dan praktek (Bandung: CV Alfabeta, 2014), hlm

⁵⁷ Prayitno, seri layanan konseling,(Padang, 2004), hlm 25

merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam proses konseling, selanjutnya yaitu tahap kerja atau tahap dimana konselor mengeksplorasi permasalahan yang dihadapi oleh eks psikotik yaitu dengan cara mendengar, merespon dan memahami, tahap terakhir yaitu tahap evaluasi dimana proses konseling yang dilakukan apakah mendapatkan hasil atau tujuan yang akan dicapai oleh eks psikotik.

BAB III
KONSELING INDIVIDU UNTUK EKS PSIKOTIK DI
RUMAH SOSIAL DISABILITAS MENTAL MURIA JAYA
KUDUS

A. Gambaran umum rumah pelayanan sosial disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

1. Sejarah rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus

Pembangunan bidang kesejahteraan sosial pada hakekatnya merupakan cita cita luhur kemerdekaan yg tertuang dalam pembukaan UUD 1945, yaitu untuk memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Tak terkecuali, Disabilitas Sensorik Netra dan Disabilitas Mental (eks sakit jiwa) yg merupakan bagian integral warga NKRI. Namun demikian taraf kesejahteraan sosial para penyandang disabilitas masih belum maksimal.

Salah satu upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat agar berperan aktif dalam proses pelayanan resos khususnya di panti Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra (PPSDSN) Pendowo Kudus, Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (RPSDM) adalah menyajikan aspek panti rehabilitasi sosial. Pada tanggal 17 nopember 1953 pengembangan jangkauan Rehabilitasi dr pusat pendidikan dan pengajaran kegunaan tuna netra (P3KT) Disastra Pematang. 20 Desember 1963 Dibuka di kota cepu dengan nama perwakilan pusat pendidikan dan pengajaran kegunaan tuna netra (P4KT). 2 Februari 1970 Nama P4KT berubah menjadi P3KT Tingkat Dasar dr cepu pindah ke Kab Kudus (jln Menara Krajan No 40). Tahun 1975 Prakarsa ibu Soepardjo Roestam dan pemerintah daerah Tk . II Kab Kudus, bersama 4 pengusaha rokok yaitu PR Djarum, PR Jambu Bol, PR Nojorono, PR Sukun, P3KT dibangun gedung di Desa Mlati Lor Jln Pendowo no 10. Pada tanggal 1 nopember

1979 Sesuai SK Mensos RI No 41/HUK/XI/1979.⁵⁸

41

Nama P3KT berubah menjadi sasana Rehabilitasi Penderita Cacat Netra (SRPCN). Tahun 1994 Berdasarkan SK Mensos RI no 14 Tahun 1994 berubah nama menjadi Panti Bina Netra (PSBN) Pendowo. Tahun 2002 Berdasarkan Peraturan daerah provinsi Jawa Tengah no 1 Tahun 2002 Berubah nama menjadi Panti Tuna Netra dan Tuna Rungu Wicara "Pendowo" Kudus (PTN & TRW) yg merupakan Unit Pelaksana Teknis Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Jawa Tengah. Tahun 2010 Berdasarkan Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 111/2010 tentang Organisasi dan Tata kerja Unit Pelaksana teknis pd dinas sosial prov jawa tengah , PTN & TRW berubah menjadi Balai Rehabilitasi Sosial Pendowo, mempunyai 2 unit yaitu :

a. Unit Rehabilitasi Sosial "Muria Jaya" Kudus

b. Unit Rehabilitasi Sosial " Sono Rumecko" Purwodadi Grobogan.

Tahun 2013 Berdasarkan Peraturan Gubernur jawa tengah nomor 53/2013 tentang organisasi dan tata kerja unit pelaksana teknis pada dinas sosial provinsi jawa tengah, Balai rehabilitasi sosial pendowo berubah menjadi balai rehabilitasi Sosial disabilitas Netra Pendowo. Tahun 2016 Berdasarkan Peraturan Gubernur Nomor 109 tahun 2016 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, Balai Rehabilitasi Sosial "

Pendowo" Kudus berubah menjadi Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Netra Pendowo. Tahun 2018-Sekarang Berdasarkan Peraturan Gubernur nomor 31 Tahun 2018 tentang Organisasi dan Tata Kerja unit Pelaksana Teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Netra Pendowo, berubah Menjadi Panti

⁵⁸ Dokumen profil rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, dikutip

Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra Pendowo yang berlokasi di jl Nganguk, Mlati Lor kec Kota Kudus Kabupaten Kudus Jawa Tengah 59319.⁶⁴

tanggal 7 September 2022

⁶⁴ Dokumen profil rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, dikutip

2. Visi, Misi, Tujuan dan Moto Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

Menghasilkan kualitas pelayanan sosial yang baik, maka dapat melaksanakan kegiatan sosial sesuai dengan visi, misi dan tujuan serta motto lembaga yang ada. Adapun visi, misi dan tujuan serta motto dari Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya

Kudus adalah sebagai berikut:⁶⁵

a. Visi

“Terwujudnya penyandang masalah kesejahteraan sosial di Jawa Tengah yang semakin mandiri dan sejahtera”. Visi tersebut diwujudkan dengan berbagai kegiatan yang diberikan kepada penerima manfaat supaya penerima manfaat dapat mandiri yaitu bisa mengurus dirinya sendiri terutama, serta memberikan berbagai ketrampilan supaya penerima manfaat nantinya mempunyai kemampuan untuk bisa mencari penghasilan dengan cara menggunakan ketrampilan yang telah dimilikinya.

b. Misi

- 1) Meningkatkan jangkauan, kualitas dan profesionalisme dalam penyelenggaraan pelayanan kesejahteraan sosial terhadap penyandang masalah kesejahteraan sosial.
- 2) Mengembangkan, memperkuat system kelembagaan yang mendukung penyelenggaraan pelayanan kesejahteraan sosial
- 3) Meningkatkan kerja sama lintas sektoral dalam menyelenggarakan pelayanan Kesejahteraan Sosial terhadap PMKS.

4) Meningkatkan harkat dan martabat serta kualitas hidup PMKS.

5) Meningkatkan peran serta masyarakat dalam

tanggal 7 September 2022

⁶⁵ Dokumen profil rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, dikutip tanggal 7 September 2022

penyelenggaraan Usaha Kesejahteraan Sosial.

3. Tujuan

- e. Melaksanakan pelayanan sosial Eks Psikotik/Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODJG) dengan menyusun program pelayanan, kontroling, proses evaluasi dan pelaporan
- f. Terpenuhinya kebutuhan dasar PMKS Eks Psikotik meliputi kesehatan, sandang, pangan dan papan
- g. Mengembalikan kemampuan untuk melaksanakan fungsi sosialnya secara wajar dalam keluarga dan masyarakat
- h. Meningkatkan peran aktif keluarga dan masyarakat dalam upaya pemecahan masalah penerima manfaat Eks Psikotik/ODJG.

4. Motto

“Peduli dan melayani menumbuhkembangkan keselarasan penuh”. Rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus menerapkan kepedulian terhadap semua penerima manfaat dan pekerja sosial yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya, supaya mempunyai rasa peduli yang tinggi sesama manusia, serta pekerja sosial melayani penuh semua yang dibutuhkan oleh penerima manfaat untuk menunjang keberhasilan atau kesembuhan penerima manfaat.

5. Letak Geografis Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya merupakan lembaga soaial dibawah naungan Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah. Panti ini terletak di Desa Ngembalrejo tepatnya di Jalan

Conge Ngembalrejo Bae Kudus. Letaknya sangat strategis dan mudah dijangkau oleh masyarakat karena berdekatan dengan salah satu kampus di Kabupaten Kudus yaitu IAIN Kudus.

Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya didirikan di atas tanah milik pemerintah. Adapun batasbatasnya adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan BLK Kabupaten Kudus
 - b. Sebelah Selatan berbatasan dengan perumahan penduduk.
 - c. Sebelah Timur Jalan Raya Conge Ngembalrejo
 - d. Sebelah Barat berbatasan dengan perumahan penduduk⁵⁹
6. Keadaan Sarana Prasarana Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

Sarana dan prasarana yang dimiliki Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Table keadaan sarana prasarana Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas

Tabel 3. 1

Mental Muria Jaya Kudus

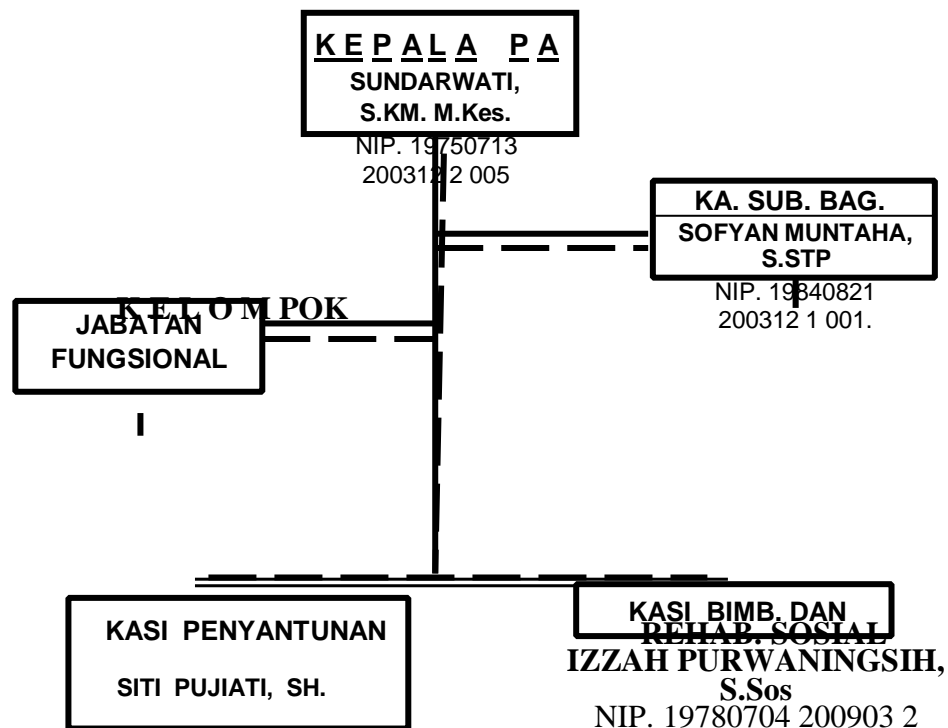
No	Keterangan	Banyak	Keterangan
1	Ambulance	1 unit	Baik
2	Motor	1 unit	Baik
3	Tosa	1 unit	Baik
4	Computer	3 unit	Baik
5	Laptop	1 unit	Baik
6	Printer	3 unit	Baik
7	Asrama putri	10 ruangan	Baik
8	Asrama putra	10 ruangan	Baik
9	Ruang isolasi	1 ruangan	Baik

⁵⁹ Observasi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, hari rabu 7 September 2022.

10	Ruang makan	1 ruangan	Baik
11	Ruang karaoke	1 ruangan	Baik
12	Musholla	1 ruangan	Baik
13	Ruang ktrampilan	1 ruangan	Baik

Salah satu hal yang sangat mendasar dan memegang peranan penting bagi kelangsungan kegiatan sosial adalah ketersediaan sarana dan prasarana (berupa gedung, buku, serta fasilitas sosial lainnya) yang menunjang dalam pelaksanaannya sehingga hasil yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal. Sejak didirikan hingga saat ini Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya telah memiliki fasilitas saran dan prasarana yang cukup memadai dalam menunjang kelancaran pelaksanaan kegiatan sosial. Hal ini terlihat banyaknya bantuan yang diperoleh dari pemerintah dan pihak-pihak lainnya, baik dalam bentuk fisik berupa gedung maupun non fisik berupa bantuan dana untuk membiayai kelangsungan kegiatan sosial dan untuk memelihara sarana dan prasarana yang ada. Di dalam dunia panti sosial, tidak bisa dipungkiri bahwa banyak fasilitas yang diperlukan guna mendukung kegiatan sosial, hal ini menandakan bahwa banyak sarana dan prasarana yang harus ada agar kegiatan sosial bisa terlaksana sebagaimana mestinya.

7. Struktur Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus
Struktur Organisasi Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria
Jaya Kudus



Struktur rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus terbentuk berdasarkan peraturan Gubernur Nomor 31 tahun 2018 tentang organisasi dan tata kerja unit pelaksanaan teknik dinas sosial provinsi Jawa Tengah. Kepala panti Sundarwati, S.KM. M.Kes. dibawah kepala yaitu Kasubag Tata Usaha ketua Sofyan Muntaha, S.STP yang berkewajiban untuk mengurus semua bidang pengadministrasi, selanjutnya yaitu jabatan fungsional yang didalamnya yaaitu pekerja sosia, konselor dan penyuluh, selanjutnya yaitu kasi penyantunan dan rujukan ketua Siti Pujiati, SH. yang bertugas untuk menjaga asrama, pengelolaan asrama, selanjutnya yaitu kasi bimbingan dan rehabilitasi ketua Izzah Purwaningsih,

S.Sos yang bertujuan untuk semua yang bersangkutan dengan bimbingan dan rehabilitasi.

8. Indikator pencapaian eks psikotik
 - a. Penerima manfaat telah memperoleh bimbingan, konseling, resosialisasi, bimbingan lanjut dan terminasi
 - b. Dapat mengurus kebutuhan diri sendiri
 - c. Dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan
 - d. Memiliki ketrampilan
9. Keadaan Pegawai Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus
 - a. Sumber daya manusia
 - 1) Jumlah PNS di Panti dan 1 RPS : 20 Orang.

a) Pejabat Struktural eselon III	: 1 Orang
b) Pejabat Struktural eselon IV	: 3 Orang
c) Fungsional khusus	: 6 Orang
d) Fungsional Umum	: 10 Orang
 - 2) Tingkat Pendidikan PNS/ASN

a) SD	: - Orang
b) SLTP	: 1 Orang
c) SLTA	: 10 Orang
d) Sarjana (S1)	: 4 Orang
e) Diploma IV (D.IV)	: 4 Orang
f) Pasca Sarjana (S2)	: 1 Orang
 - 2) Jumlah Pegawai Non ASN : 13 Orang

a) SLTP	: 1 Orang
b) SLTA	: 9 Orang
c) Sarjana (S1)	: 3 Orang

B. Kondisi Emosi Eks Psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria Jaya Kudus

Rumah pelayanan disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan salah satu tempat yang memberikan rehabilitasi disabilitas mental, panti sosial yang menangani eks psikotik, rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan unit dari panti pelayanan sosial

disabilitas netra pandhawa Kudus. Rumah pelayanan sosial disabilitas mental ini khusus menangani eks psikotik, penerima manfaat yang ada disana saat ini sebanyak 65 yang terdiri dari 30 perempuan dan 35 laki-laki.⁶⁰

Rehabilitasi yang diberikan kepada penerima manfaat selama dua tahun tetapi jika dalam jangka waktu dua tahun belum setabil kondisinya masih bisa diperpanjang lagi, akan tetapi jika dalam jangka waktu kurang dari dua tahun sudah pulih dalam semua hal atau sudah bisa menjadi manusia pada umumnya yang bisa menggunakan fungsi sosialnya maka bisa dikembalikan kepada keluarganya.

Penerima manfaat yang berada dipanti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus dibagi menjadi tiga golongan, pertama golongan merah dimana golongan ini peneriman manfaat yang kondisinya sangat buruk dimana penerima manfaat tidak bisa komunikasi, tidak bisa menjaga dirinya sendiri, dan emosionalnya tidak setabil sama sekali. Kedua golongan kuning dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah bisa merawat dirinya sendiri, bisa diajak komunikasi, emosionalnya lumayan bisa berjalan dengan baik, akan tetapi penerima manfaat pada golongan ini terkadang masih mempunyai halusinasi yang tinggi serta memungkinkan penerima manfaat marah-marah tetapi itu terjadi tidak sering. Ketiga yaitu golongan hijau dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah baik yaitu bisa diajak komunikasi dengan baik, bisa menggunakan fungsi sosialnya dengan baik, serta bisa mengendalikan emosionalnya, dan bisa membantu penerima manfaat yang lain.⁶²

Penerima manfaat yang berada dipanti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus dibagi menjadi tiga golongan, pertama golongan merah dimana golongan ini peneriman manfaat yang kondisinya sangat buruk dimana penerima manfaat tidak bisa komunikasi, tidak bisa menjaga dirinya sendiri, dan emosionalnya tidak setabil sama sekali. Kedua

⁶⁰ Peneliti, observasi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya, 12 september, 61

⁶² In, pekerja sosial, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

golongan kuning dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah bisa merawat dirinya sendiri, bisa diajak komunikasi, emosionalnya lumayan bisa berjalan dengan baik, akan tetapi penerima manfaat pada golongan ini terkadang masih mempunyai halusinasi yang tinggi serta memungkinkan penerima manfaat marah-marah tetapi itu terjadi tidak sering. Ketiga yaitu golongan hijau dimana penerima manfaat pada golongan ini sudah baik yaitu bisa diajak komunikasi dengan baik, bisa menggunakan fungsi sosialnya dengan baik, serta bisa mengendalikan emosionalnya, dan bisa membantu penerima manfaat yang lain.⁶³

1. Penerima manfaat golongan kuning

Menurut hasil wawancara di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya penerima manfaat yang masuk dalam kategori kuning yaitu Umu, Ratih, Fitri, Seni, Rastam, Suryadi, Erik, yang masih dalam masa pengawasan dari pekerja sosial karena masih dalam keadaan yang kurang baik karena terkadang mengalami halusinasi, marah-marah yang sampe melukai penerima manfaat yang lain, bahkan ada juga yang marah-marah melukai dirinya sendiri, dan masih belum bisa untuk merawat dirinya sendiri sepenuhnya.

a. Mengenali dan mengelola emosi bahagia

Menurut sarwono emosi merupakan sebagai reaksi penilaian negatif atau positif yang kompleks dari system syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar (benda, manusia, cuaca) atau dari dalam diri sendiri. Chaplin juga mengemukakan bahwasannya emosi merupakan suatu keadaan yang merangsang perubahan-perubahan suatu keadaan yang merangsang perubahan-perubahan yang disadari seperti perubahan perilaku. Menurut KBBI emosi merupakan luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat. Contoh emosi yaitu marah, senang, sedih, takut dan marah. Seperti yang akan dibahas dalam point ini yaitu emosi bahagia.

⁶³ Ing, pekerja sosial, wawancara 28 juli 2022, pukul 09.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

Hasil wawancara dengan Rastam salah satu penerima manfaat:

“saya merasa senang kalau dijenguk keluarga, saya nonton televise juga seneng mb karena cantic-cantik yang di televise seperti mantan pacar saya dulu, saya juga seneng kalau dikasih jajan sama pegawai”⁶⁴

Rastam berusia 31 tahun, asli orang Demak, setatus pernikahan yaitu belum pernah menikah sama sekali. Riwayat pendidikan terakhir yaitu SMP. Sudah di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya selama 3 tahun kurang lebih. Penyebab dia berada di panti yaitu karena dia suka marahmarah, alasan dia suka marah yaitu karena ditoka cinta, maka dari itu Rastam suka melihat televise karena lihat cewek cantic yang dia anggap sebagai mantan pacarnya dulu.

Hal yang senada juga disampaikan oleh Erik dalam wawancara bahwa:

“saya seneng kalau diberi makan, saya juga seneng kalau di tungguin pegawai disini apa lagi kalau saya dikasih rokok saya bahagia sekali karena saya tidak bisa beli rokok sendiri disini”⁶⁵

Erik usia Erik yaitu 39 tahun, asli dari Kudus yang memiliki riwayat pendidikan terakhir yaitu SMA, selain itu dia juga dulunya sebagai kurir dan draiver, setatus pernikahannya yaitu sudah menikah, dia berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu termasuk baru yaitu 2-3 bulan. Menurut Erik dia merasa senang kalau diberi makan dan ada yang menemani yaitu pekerja sosial karena dia suka kalau ada yang diajak untuk komunikasi.

Menurut hasil wawancara dengan beberapa penerima manfaat yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya penerima manfaat mengalami bahagia atau merasa senang jika dijenguk oleh keluarganya, melakukan aktivitas

⁶⁴ Rastam, penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 14.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

⁶⁵ Erik, penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 15.00 di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya.

yang ada di panti karena penerima manfaat merasa ada banyak teman dan merasa diperhatikan oleh pekerja sosial, menonton televisi juga merasa bahagia karena salah satu hiburan yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu salah satunya televisi, dan ada juga yang suka ketika di tunggu oleh pegawai karena merasa ada yang diajak untuk komunikasi.

b. Mengenali dan mengelola emosi sedih

Menurut Sarwono emosi merupakan sebagai reaksi penilaian negative atau positif yang kompleks dari system syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar (benda, manusia, cuaca) atau dari dalam diri sendiri. Chaplin juga mengemukakan bahwasannya emosi merupakan suatu keadaan yang merangsang perubahan-perubahan suatu keadaan yang merangsang perubahan-perubahan yang disadari seperti perubahan perilaku. Menurut KBBI emosi merupakan luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat. Contoh emosi yaitu marah, senang, sedih, takut dan marah. Seperti yang akan dibahas dalam point ini yaitu emosi sedih.

Hasil wawancara dengan Umu yang menjadi salah satu penerima manfaat sebagai berikut:

“Saya sedih kalau tidak di jenguk keluarga saya, tidak di jenguk anak saya. Saya itu ingin ketemu sama keluarga saya pngen bisa kumpul sama anak saya dirumah. Saya juga sedih sekali kalau mengingat masalah yang membuat saya bisa sampe disini. Saya merasa salah sekali karena saya menengglkan anak saya disini.”⁶⁶

Umu berusia 41 tahun, berada di panti baru 4 bulan, yang mempunyai latar belakang pendidikan sarjana ekonomi di salah satu perguruan tinggi di Kudus. Dia mengalami gangguan kejiwaan karena permasalahan keluarga yaitu karena perpisahan dengan suaminya yang menyebabkan terpisahnya dengan anak-

⁶⁶ Umu , penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

anaknyanya. Hal tersebut juga disampaikan oleh Ratih dalam wawancara sebagai berikut:

“ saya terpisah dengan keluarga saya, saya jarang sekali dijenguk keluarga saya, saya juga sedih sekali kalau saya disini tidak ada teman buat bicara saya sering merasa kesepian sendiri disini, meningat keluarga saya dirumah. Saya ingin pulang dari sini, saya kalau disini tidak ada kegiatan saya sedih karena saya kesepian sendiri ”⁶⁷

Ratih berusia 35 tahun. Memiliki latar belakang pernah bekerja di perusahaan, berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental sudah 2 tahun, tetapi Ratih sering berusaha untuk kabur dari rumah pelayanan disabilitas mental Muria Jaya Kudus tetapi pasti kembali lagi dikembalikan oleh keluarganya lagi. Ratih memiliki permasalahan tentang asmara yang menyebabkan dia menjadi goyah masalah kejiwaannya.

Dapat ditarik kesimpulan bahwasannya penerima manfaat merasa sedih ketika tidak di jenguk keluarga, penrima manfaat merasa tidak dipedulikan dengan keluarganya merasa

⁶⁷ Ratih , penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

tidak dianggap oleh keluarganya, karena tidak ada inisiatif untuk menjenguk penrima manfaat. Penrima manfaat juga merasa sedih jika teringat dengan masalah yang bisa mengakibatkan penerimaan manfaat mengalami gangguan pada pikirannya.

c. Mengenal dan mengelola emosi takut

Menurut James Lange emosi merupakan persepsi tentang perubahan tubuh, menerima situasi yang akan menghasilkan reaksi, dari reaksi itu dasar untuk emosi yang kita alami. Menurut Neurologi emosi merupakan mengandung dua keadaan yaitu cara bertindak (ekspresi) dan cara merasa. Menurut KBBI emosi merupakan luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat. Contoh emosi yaitu marah, senang, sedih, takut dan marah. Seperti yang akan dibahas dalam point ini yaitu emosi takut.⁶⁸ Hasil wawancara dengan Fitri sebagai berikut:

“saya takut dilupakan keluarga saya, keluarga saya tidak peduli sama sekali dengan saya, tidak pernah menjenguk saya sama sekali, apa lagi mertua saya itu membujuk suami saya untuk tidak menjenguk saya disini. Saya itu takut kalau keluarga saya melupakan saya karena saya seperti ini”⁶⁹

Fitri berusia 36 tahun. Sudah berada di panti selama 3 tahun. Memiliki latar belakang sekolah SD yang dulunya hanya bekerja sebagai ibu rumah tangga . bisa berada disini karena depresi dengan keadaan keluarganya yaitu karena masalah perekonomian keluarga. Hal yang senada juga disampaikan oleh Seni dalam wawancara sebagai berikut:

“Saya merasa takut kalau berantem sama teman saya disini, biasanya ada yang marah- marah dan melukai teman yang lain saya takut sekali, saya juga takut kalau sendirian tidak ada temannya.

⁶⁸ Ratih F Syarif, Hubungan antara dukungan, fakultas psikologi UMP, 2016, hlm 3-4

⁶⁹ Fitri , penerima sosial disabilitas mental Muria Jaya. manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti

Saya itu tidak suka sendiri tapi saya banyak di

jauhi oleh kelurag saya dirumah karena saya juga seing marah marah teriak teriak kalau di rumah”

Seni berusia 40 tahun. Berada di panti sudah 3 tahun.

Asli dari solo yang belom menikah. Seni merupakan salah satu penerima manfaat yang sukanya marah-marah dan mengganggu penerima manfaat yang lain ketika marah soalnya ketika marah dia suka teriak-teriak kalau tidak teriak dia tibatiba menangis dengan nada yang keras sekali.

Dapat ditarik kesimpulan bahwasannya penerima manfaat mengalami ketakutan terhadap keadaan yang terjadi, bahwasannya penerima manfaat takut kalau dijauhi keluarganya karena keadaan yang terjadi dengan dirinya. Penerima mnfaat juga takut ketika berada dalam kesendirian karena penrima manfaat tidak suka kalau tidak memiliki teman untuk ngobrol, tetapi kalau penerima manfaat diajak ngbrol terkadang juga suka marah-marah sendiri, kalau tidak begitu suka berbicara sendiri seakan-akan ada teman yang diajak bicara.

d. Mengenali dan mengelola emosi marah

Menurut James Lange emosi merupakan prsepsi tentang perubahan tubuh, menerima situasi yang akan menghasilkan reaksi, dari reaksi itu dasar untuk emosi yang kita alami. Menurut Neurologi emosi merupakan mengandung dua keadaan yaitu cara bertindak (ekspresi) dan cara merasa. Menurut KBBI emosi merupakan luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat. Contoh emosi yaitu marah, senang, sedih, takut dan marah. Seperti yang akan dibahas dalam point ini yaitu emosi marah. Hasil wawancara dengan Rastam sebagai berikut:

“ yang bikin sayamarah-marah itu karena saya teringat masalalu saya yang menyebabkan saya

berada disini, saya juga marah karena saya ditolak sama orang yang saya sukai, serta saya juga sering marah marah disini kalau pengen pulang kerumah tetapi tidak boleh pulang sama petugas yang ada disini”⁷⁰

Rastam berusia 31 tahun, asli orang Demak, setatus pernikahan yaitu belum pernah menikah sama sekali. Riwayat pendidikan terakhir yaitu SMP. Sudah di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya selama 3 tahun kurang lebih. Penyebab dia berada di panti yaitu karena dia suka marahmarah, alasan dia suka marah yaitu karena ditoka cinta, karena ingin pulang dari panti dia juga suka teriak-teriak dan marah marah yang biasanya bisa melukai temannya yang ada disekitarnya karena dia belum bisa menyeimbangkan emosionalnya. Hal senada disampaikan juga oleh Erik sebagai berikut:

“ Saya itu marah kalau ingat orang tua saya karena saya dulu masuk di rumasakit jiwa orang tua saya tidak mau ngurus data diri saya, kalau saya marah saya itu berdiam diri saja tidak mau di ganggu siapa-siapa tidak mau berbicara dengan siapapun, saya apa-apa itu lebih suka berdiam diri saja.”⁷¹

Erik usia 39 tahun, asli dari Kudus yang memiliki riwayat pendidikan terakhir yaitu SMA, selain itu dia juga dulunya sebagai kurir dan draiver, setatus pernikahannya yaitu sudah menikah, dia berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu termasuk baru yaitu 2-3 bulan. Menurut pekerja sosial yang ada disana Erik orang nya itu lebih suka berdiam diri, tetapi kalau dia sudah marah dia akan susah untuk dikendalikan, dan Erik juga selalu berusaha untuk menyakiti

⁷⁰ Rastam , penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

⁷¹ Erik , penerima sosial disabilitas mental Muria Jaya. manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti

dirinya sendiri seperti melukai dirinya, memukul dirinya sendiri.⁷⁴

Hasil wawancara dengan Suryadi sebagai berikut:

“saya dulu itu tidak suka marah marah tetapi karena saya tidak dihargai saya di masukkan keluarga saya di rumasakit jiwa dari itu saya merasa kecewa saya tidak mau apa-apa lagi dirumah dan saya suka marah-maraha dengan membawa senjata tajam di rumah karena saya tidak dihagai sama sekali, saya juga sering merasa ada bisikan yang saya dengar, saya juga melihat ada orang berntem, ada orang ngaji, ada macan ada orang perang juga di langit jadi saya jadi tidak nyaman dan saya marah-maraha buat ngusir orang-orang tersebut”⁷²

Suryadi asli dari Kudus, setatus menikah yaitu belum pernah menikah, berada di panti sosial disabilitas mental muria jaya yaitu sudah 2 setengah tahun , sebelum di panti yaitu berada dirumasakit jiwa, Suryadi sering marah-maraha karena merasa kecewa dengan keluarganya dan ketika dirumah dia marah- marah dengan membawa senjata tajam, selain itu juga dia juga sering merasa mendapat bisikan dan melihat sesuatuhal di langit, seperti melihat macan, melihat orang bertengkar, melihat orang ngaji, hal seperti itu juga yang membuat Suryadi menjadi halusinasi dengan pikirannya sendiri.⁷³

2. Penerima manfaat golongan hijau

Menurut hasil wawancara dengan pekerja sosial penerima manfaat yang berada dalam golongan hijau yaitu Fifin, Stiawan dan Ahmadi yang mereka dulunya juga merupakan eks psikotik atau penerima manfaat yang berada dalam kategori kuning, tetapi seiring berjalannya waktu dengan berbagai pendampingan dan proses

⁷² Suryadi, penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya

⁷³ Iin, pekerja sosial, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya

penyembuhan yang dilakukan oleh pekerja sosial akhirnya penerima manfaat tersebut sekarang sudah di golongan penerima manfaat hijau yaitu dimana penerima manfaat sudah bisa merawat dirinya sendiri secara penuh, sudah bisa menyeimbangkan fungsi sosialnya, sudah tidak mengalami halusinasi dan tidak mengalami mendapatkan bisikan-bisikan.

a. Mengenali dan mengelola emosi bahagia

Hasil wawancara dengan penerima manfaat yang bernama Fifin sebagai berikut:

“saya senang sekali kalau dijenguk keluarga, kalau dijenguk anak saya. Biasanya kalau keluarga kesini itu bawain jajan, ngasih uang saya juga, kemarin juga dari sini saya dibawakan bakso. Saya juga senang kalau melakukan aktifitas disini seperti membatik, bikin telur asin, pertanian karena saya tidak jenuh dan bisa kumpul juga sama teman yang lain di luar sana jadi saya tidak merasa kesepian”⁷⁴

Fifin Oktavian Ningsih berusia 38 tahun, asli kelahiran dari Kudus, mempunyai riwayat pendidikan yang lumayan karena sekolah SD, SMP, dan SMA. Fifin merupakan penerima manfaat yang bisa dikatakan lumayan baru berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya karena Fifin baru 6 bulan berada disana, setatus pernikahan Fifin yaitu bercerai dengan suami tetapi sudah memiliki anak dari pernikahan tersebut. Penyebab Fifin berada di rumah pelayanan disabilitas mental Muria Jaya Kudus yaitu karena perceraian dalam pernikahan, yang menyebabkan Fifin mengalami kekecewaan yang mendalam terhadap keadaan yang terjadi dalam dirinya sehingga Fifin marah- marah terhadap suaminya karena tidak terima akan perceraian yang terjadi. Hal yang serupa juga disampaikan oleh Setiawan dalam wawancara sebagai berikut:

“saya merasa senang kalau saya dijenguk dengan keluarga saya dijenguk orang tua saya, saya bahagia sekali karena saya rindu sekali sama keluarga dirumah. Saya disini jauh sama keluarga tidak bisa ketemu sama keluarga tetapi saya disini juga bahagia ada teman banyak ada teman buat ngobrol, bisa juga melakukan kegiatan yang disini bersama-sama teman yang lain misalnya olahraga pagi, membatik, bercocok tanam.”⁷⁵

Setiawan riwayat pendidikan yaitu sekolah terakhir SMA, setatus pernikahan Setiawan yaitu belum menikah. Setiawan sudah 1 tahun lebih berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya, Setiawan berada dirumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya karena suka marah-marah dirumah dan tidak mau bekerja sama sekali oleh karena itu dari pihak keluarga menitipkan Setiawan di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya supaya mendapatkan arahan dan mendapatkan arahan untuk menjadi pribadi yang bisa menunggunakn fungsi sosialnya dengan baik.

Hasil wawancara dengan Ahmad yang menjadi salah satu penerima manfaat sebagai berikut:

“saya suka sekali kalau permasalahan saya yang dulu segera selesai, saya juga suka kalau tidak dilarang-larang oleh keluarga dan pegawai yang ada disini, saya juga suka kalau saya bisa ketemu sama anak saya. Saya disini juga suka karena pegawainya baik teman-teman yang lain juga baik sekali saling menghargai dan saling mengingatkan untuk keperluan kelompok atau keperluan pribadi”⁷⁶

Ahmad berusia 40 tahun, yang memiliki riwayat pendidikan yang sangat bagus yaitu pernah kuliah di STIKOM Semarang, memiliki pengalaman menjadi Wartawan di salah

⁷⁵ Setiawan, penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial mental jaya disabilitasmental Muria Jaya.

⁷⁶ Ahmad , penerima manfaat, wawancara 12 september 2022, pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

satu surat kabar yang besar. Ahmad merupakan penerima manfaat yang sudah lama di rumah

pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu selama 3 tahun, sebelum Ahmat berada disini, sudah 15 tahun hidup di panti sosial yang selalu berpindah-pindah dan yang terakhir ini di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Ahmad masuk ke panti karena dia mengalami depresi atau ada masalah dipekerjaannya yang menyebabkan terjadinya gangguan kejiwaan kepada dirinya.

Hasil dari wawancara yang dilakukan dengan beberapa penerima manfaat dapat ditarik kesimpulan bahwasannya penerima manfaat bisa bahagia karena yang pertama mendapat dukungan dari keluarga yaitu semisal dijenguk di panti, diberikan perhatian kecil dari keluarga, melakukan kegiatan yang ada di panti juga bisa membuat penerima manfaat menjadi bahagia, misalnya penerima manfaat melakukan kegiatan membuat yang bisa membuat penerima manfaat melatih kerja kelompok, membuat penerima manfaat menjadi gotong royong dengan teman yang lainnya. Oleh karena itu penerima manfaat mengelola atau mengksespresikannya yaitu ketika bahagia dengan cara tersenyum.

b. Mengenali dan mengelola emosi sedih

Hasil wawancara dengan Fifin sebagai berikut:

“saya merasa sedih kalau teringat anak saya dirumah masih kecil-kecil tapi sudah saya tinggal disini, saya juga sedih kalau orang tua saya tidak menjenguk saya kesini karena saya bisa bertemu dengan anak saya juga ketika orang tua saya menjenguk kesini. Ketika saya sedih yang saya lakukan yaitu berdiam diri saya juga berdoa kepada Allah supaya diberikan jalan keluar dari semua permasalahan yang saya hadapi”⁷⁷ Hal yang senada juga disampaikan oleh Ahmadi dalam wawancara sebagai berikut:

“saya merasa sedih ketika saya menyadari saya

salah mengambil keputusan”⁷⁸

Menurut hasil dari wawancara dengan penerima manfaat yang sudah masuk dalam kategori hijau penerima manfaat mengalami sedih ketika ketingat dengan keluarganya dirumah,

⁷⁷ Fifin, penerima manfaat, wawancara 13 september 2022, dipanti sosial disabilitas mental.

⁷⁸ Ahmadi, penerima manfaat, wawancara 13 september 2022, dipanti sosial disabilitas mental.

ketika salah dalam mengambil keputusan, dalam hal tersebut penerima manfaat mengelola atau mengkspresikan keadaan sedihnya yaitu dengan cara berdiam diri, menangis dan berdoa kepada Allah supaya diberikan ketabahan dalam menghadapi permasalahan yang dilaluinya.

c. Mengenali dan mengelola emosi takut

Hasil wawancara dengan Stiawan salah satu penerima manfaat yang mengalami emosi takut sabagai berikut:

“saya merasa takut jika saya dilupakan oleh keluarga, saya juga merasa takut jika keadaan saya tidak dapat membantu orang lain tetapi malah menyusahkan orang lain”⁷⁹

Menurut penerima manfaat dapat merasa takut yaitu ketika dilupakan oleh keluarga, keadaannya dapat menyusahkan orang lain, dalam keadaan seperti itu penerima manfaat mengalami ketakutan dalam dirinya, maka dari itu penerima manfaat ketika dalam keadaan takut yaitu meminta tolong kepada pekerja sosial untuk membantu memebrikan saran kepada dirinya untuk permasalahan yang dihadapinya, serta mengkspresikan keadaannya yaitu cemas.

d. Mengenali dan mengelola emosi marah

Menurut hasil wawancara penerima manfaat tidak mengalami marah-maraha atau penerima manfaat sudah bisa menerima dirinya jauh lebih ikhlas, maka tidak ada data yang diperoleh dalam kategori mengenali dan mengelola emosi marah untuk eks psikotik. Hasil wawancara dengan pekerja sosial

3. Emosi Eks Psikotik Menurut Pekerja Sosial dan Konselor

Hasil wawancara dengan Sulistiowati salah satu pekerja sosial di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus sebagai berikut:

“penerima manfaat yang bernama Rastam, dia penerima manfaat yang pernah dikarantina dia disni sudah 3 tahun, dia bisa dimasukkan disini keluarganya dulu itu karena marah-maraha, pertama karena dia suka

⁷⁹ Setiawan, penerima manfaat, wawancara 13 september 2022, dipanti sosial disabilitas

sama perempuan tapi dia ditolak, dia juga sering teriak-teriak minta pulang, katika dia marah-maraha dia memukuli temannya yang ada disampingnya mbak, ya tahu sendiri lah mbak orang seperti itu kalau lihat temannya bertengkar ya malah dilihatan bukan dipisah, bahkan rastam juga pernah marah sampai memecahkan kaca yang ada disini sampai dibawa ke rumasakit karena tanganya terluka terkena pecahan kaca”⁸⁶

Rastam merupakan salah satu penerima manfaat yang ada dirumahpelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya, sudah 3 tahun berada di panti, penyebab berada dipanti kanrena sering mengalami marah-maraha yang bisa melukai orang lain yang ada disekitarnya dan sering teriak-teriak karena minta untuk pulang. Hasil wawancara dengan pekerja sosial bapak Kusno, yang membicarakan mengenai Erik sebagai berikut:

“Erik merupakan penerima manfaat yang paling diem disini, dia suka menyendiri tidak banyak omong orangnya, dia termasuk penerima manfaat yang baru soalnya baru 2-3 bulan, dia merupakan salah satu penerima manfaat yang sedang dalam pantauan pekerja sosial karena dirasa dia belum bisa jujur, dia mempunyai latar belkang yang mempunyai permasalahan dengan kelurganya yaitu mertuanya mengenai masalah harta dan dia juga mempunyai masalah dengan istrinya masalah agama, dia merupakan seseorang yang sering menyendiri dibandingkan dengan penerima manfaat yang lain

⁸⁶ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara tanggal 13 september 2022, dirumah pelayanan sosialdisabilitas mental

tetapi dia ketika sudah marah dia sering melukai dirinya sendiri yaitu sering memukuli dirinaya sendiri, dia juga sering merasakan bisikan-bisikan untuk melakukan tindakan yang melkuai dirinya”⁸⁰

⁸⁰ Kusno, pekerja sosial, wawancara tanggal 13 september 2022, dirumah pelayanan sosial disabilitas mental.

Erik merupakan salah satu penerima manfaat yang bisa dikatakan baruberada dirumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu baru 2-3 bulan, Erik salah satu penerima manfaat yang sedang dalam masa pantauan penerima manfaat, Erik merupakan penerima manfaat yang paling suka untuk menyendiri, tidak banyak bicara, mengalami bisikan-bisikan, dan ketika marahmarah suka menyakiti dirinya sendiri.

Hal serupa juga dikemukakan dalam wawancara dengan Iing salah satu pekerja sosial yang berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

“Suryadi merupakan salah satu penerima manfaat yang berada dalam masa pengawasan, berusia 49 tahun, dia sering marah-marah karena tidak terima dengan keadaan yang sekarang, dulunya kata keluarganya dia kalau marah-marah dirumah menggunakan senjata tajam sehingga tidak ada yang berani untuk dekat-dekat”⁸¹

Suryadi merupakan salah satu penrima manfaat yang ada dirumah pelayanan sosial disabilitas mental, sudah 2 tahun salah satu penerima manfaat yang ada dalam masa pengawasan karena suka marah-marah karena tidak menerima keadaan yang terjadi, serta merasa kecewa dengan keluarganya karena pernah dimasukkan kedalam rumasakit jiwa, serta dia juga sering mendapatkan bisikanbisikan yang kenyatannya itu tidak ada.

Hasil wawancara ibu Iing sebagai berikut:

“Seni merupakan salah satu penerima manfaat yang ada disini yang sering teriak-teriak karena dia merasa mendapatkan bisikan-bisikan yang menurut dia menakutkan, ketika dia diajak konseling dia mengemukakan bahwasannya dia sering mendengarkan bisikan-bisikan yaitu suara orang yang membicarakan keadaan saya dia disini, orang- orang yang mengancam keadaan keluraganya dirumah yang menurut dia itu membuat tidak nyaman sama sekali”⁸²

Seni merupakan salah satu penerima manfaat yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, penerima manfaat yang sering sekali teriak-teriak karena

⁸¹ Iing, pekerja sosial, wawancara tanggal 13 september 2022, dirumah pelayanan disabilitas mental

⁸² Iing, pekerja sosial, wawancara 13 september 2022, dirumah pelayanan sosial disabilitas mental.

mengeluahkan keadaannya, suka marah-marrah karena merasa tidak nyaman dengan keadaannya, dan penerima manfaat yang sering sekali merasa mendapatkan bisikan- bisikan yang tidak jelas.

C. Mengenal dan Mengelola Emosi Eks Psikotik

Mengenal emosi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Kesadaran diri membuat diri lebih berhati-hati dengan suasana hati atau pikiran, bila kurang hati-hati individu bisa larut dalam emosi dan dikuasai oleh emosi yang tidak baik. Kesadaran diri belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu persyaratan penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi. Mengenal emosi diri berkaitan dengan kemampuan mengenali perasaan diri sendiri ketika perasaan itu tumbuh dan merupakan hal yang penting mengenai pemahaman kejiwaan ada beberapa kemampuan yang merupakan ciri-ciri mengenali emosinya. Kondisi emosi yang terjadi pada eks psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria yaitu belum bisanya untuk mengenali emosi yang terjadi dalam dirinya sendiri, kesadaran emosi yang terjadi dalam dirinya, penilaian terhadap dirinya, serta belum bisanya untuk percaya terhadap dirinya sendiri. Seperti kutipan wawancara kepada pekerja sosial yang ada di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental

“ masalah yang terbesar disini yaitu mengenai emosi yang

ada pada diri eks psikoti, belum bisanya untuk mengenali emosi yang terjadi dalam dirinya, terkadang bisa mengenali tetapi terkadang juga belum bisa untuk mengenali emosi yang ada dalam dirinya sehingga membawa dampak yang sangat besar dalam kehidupan sehari-harinya, misalnya eks psikotik tidak mengetahui kekurangan serta kelebihan terhadap dirinya, terkadang juga tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya yang menyebabkan tidak ada ketrampilan yang bisa dimilikinya karena tidak pernah bisa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya”⁸³

⁸³ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti sosial disabilitas mental, 16 september 2022, pukul 10.00

Mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang dalam menangani perasaan supaya bisa mengekspresikan sesuai dengan suasana hatinya, dan menjadi seimbang dalam diri. Menjaga emosi yang merisaukan salah satu kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan yang dibiarkan larut dalam diri lama sehingga menyebabkan kegelisahan itu tidak baik buat diri seseorang. Menurut Fatimah mengartikan mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menangani emosi agar terungkap dengan tepat, orang dikatakan berhasil mengelola emosi yaitu orang yang dapat menghibur diri ketika sedang berada dalam kondisi kesedihan, dapat melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat.⁸⁴ Menurut Safaria dan Saputra orang yang memiliki kemampuan mengelola emosi akan lebih cakap menangani ketegangan emosi, sebaliknya individu dengan kemampuan mengelola emosi rendah akan cenderung mudah stress, marah, tersinggung, dan mudah kehilangan semangat.⁸⁵ Kondisi emosi yang terjadi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Muria masih adanya eks psikotik yang belum bisa untuk mengelola emosinya yaitu belum mampu untuk mengekspresikan emosi yang sedang dirasakannya.

Seperti yang dijelaskan dalam wawancara dengan pekerja sosial.

“ penerima manfaat yang ada disini terkadang masih ada

yang belum bisa untuk mengelola emosinya sendiri, tetapi itu juga tidak sering terjadi tetapi ketika itu terjadi bisa membahayakan dirinya sendiri, eks psikotik terkadang tidak bisa untuk mengekspresikan apa yang sedang dirasakannya sehingga membuat emosi yang di rasakannya menjadi emosi yang tidak bisa dikontrol oleh dirinya sendiri”⁸⁶

“ kondisi emosi yang ada pada eks psikotik disini mereka terkadang belum bisa untuk mengelola emosi yang dirasakannya dengan baik belum bisa untuk mengekspresikan serta mengungkapkan emosi yang sedang di alaminya misalnya ketika mereka dalam keadaan teringan dengan masalah yang menyebabkan bisa sampai ke eks psikotik akan marah-marah serta teriak-teriak

⁸⁴ Enung, Fatimah., psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik (Bandung: pustaka setia, 2006) hlm 116

⁸⁵ Safaria, T dan Saputra, NE., manajemen emosi, (Jakarta: Bumi aksara, 2009) hlm 14

⁸⁶ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti sosial disabilitas mental, 17 september 2022, pukul 13.00

karena belum bisa mengenali rangsangan yang ada dalam dirinya⁸⁷⁸⁸

Kondisi eks psikotik di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria masih belum setabilnya emosi yang ada pada diri penerima manfaat, belum bisanya untuk mengelola emosi, mengenali emosi yang ada dalam dirinya sehingga masih belum terkendalinya emosi yang dihadapi oleh eks psikotik, serta belum bisa untuk mengelola emsoi yang ada pada dirinya karena penerima manfaat belum bisa untuk mengenali emosi yang ada dalam dirinya sehingga tidak mampu untuk mengeks presikan apa yang sedang dialaminya didalam diri, dari permasalahan yang di alami oleh penerima manfaat yaitu belum mampu untuk mengenali serta mengelola emosi yang ada dalam dirinya dengan baik maka perlu bantuan dari pekerja sosial untuk mengetahui pentingnya mengenali serta mengelola emosi pada diri penerima manfaat. Pada dasarnya mengenali serta mengelola emosi merupakan kunci dasar untuk mengetahui diri sendiri sebelum untkk mengetahui orang lain, karena ketika seseorang sudah mampu untuk mengenali dirinya pasti akan lebih mudah untuk mengenali serta mengerti orang lain, tetapi sebaliknya ketika belum mengenali diri sendiri pasti susah untuk mengenali orang lain secara baik.

Pentingnya mengenali dan mengelola emosi untuk eks psikotik yaitu untuk mengenali dirinya sendiri lebih dalam mengenai mengetahui emosi yang terjadi dalam diri, serta ketika sudah mengetahui emosinya sudah bisa untuk mengenali dan mengelola emosi bisa untuk memotivasi diri, mengenali emosi orang lain serta bermasyarakat dengan baik, karena tujuan eks psikotik di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental yaitu untuk dikembalikan ke keluarga dan di msyarakat, maka pentinya untuk mengenali dan mengelola emosi dalam diri.

D. Proses Konseling Individu untuk Membantu Eks Psikotik

Konseling merupakan proses pemberian bantuan kepada klien yang mempunyai permasalahan yang akan di bantu untuk menyelesaikan

⁸⁷ Ing, pekerja sosial, wawancara di rumah pelayanan sosial disabilitas mental, 17 september

⁸⁸ 3.00

permasalahan yang di hadapinya. Sedangkan konseling individu yaitu proses pemberian bantuan yang akan dilakukan oleh konselor kepada klien yang memiliki permasalahan yang dilakukan secara empat mata. Dalam pelaksanaan layanan konseling individu hendaknya diperlukan langkah- langkah dalam memberikan layanan terhadap klien, adapun langkah- langkahnya konseling individu yaitu dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap awal, tahap tengah atau tahap kerja dan tahap akhir atau tahap evaluasi secara umum langkah-langkah konseling seperti itu. Hasil wawancara dengan ibu Sulistiowali mengenai konseling sebagai berikut:

“tujuan kita disini melaksanakan proses konseling individu yaitu untuk membantu penerima manfaat untuk memahami dirinya sendiri, memecahkan permasalahan yang dihadapinya, mengarahkan penerima manfaat sesuai dengan potensi yang dimilikinya, serta membantu penerima manfaat untuk bisa menyeimbangkan emosinya serta mengkspresikan emosi yang dirasakannya, kenapa kita melaksanakan konseling individu yaitu karena konseling individu ini lebih efektif dibanding dengan konseling yang lain karena lebih empat mata atau lebih privat, karena penerima manfaat ketika diajak komunikasi itu lebih suka sama ketangan dibandingkan ketika melaksanakan kegiatan seperti biasanya”⁸⁹

Ibu Sulistiowati mengatakan bahwasannya tujuan dari konseling individu yang dilakukan yaitu untuk membantu penerima manfaat memahami dirinya, memecahkan permasalahan yang dihadapinya, mengarahkan penerima manfaat sesuai dengan potensi diri yang dimilikinya, serta membantu penerima mnfaat menyeimbangkan emosinya serta mengkspresikan emosi yang sedang dirasakannya, serta merasa bahwasannya konseling individu lebih efektif dibandingkan dengan konseling yang laiinya karena dirasa konseling individu sifatnya lebih privat atau empat mata yaitu lebih membantu penerima manfaat untuk lebih focus melaksanakan konseling.

1. Tahap awal

Tahapan ini terjadi sejak klien bertemu dengan konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien, kepedulian atau masalah klien. Proses tahap awal yaitu membangun hubungan konseling yang

⁸⁹ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022,

melibatkan klien, maksudnya yaitu klien terlibat dalam diskusi dengan konselor, pada tahapan ini yaitu klien mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapi dan akan diselesaikannya.

Tahap awal yang terjadi di lapangan atau di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, mengikuti dimana tempat yang menurut penerima manfaat nyaman untuk melakukan proses konseling, menggali permasalahan yang terjadi pada penerima manfaat, dan mengajak penerima manfaat untuk berfikir mengenai permasalahan yang terjadi.

Wawancara yang dikemukakan oleh ibu Sulistiowati, konseling yang dilakukan disini ketika penerima manfaat mengalami permasalahan sebagai berikut:

“misalnya ketika penerima manfaat kabur dari panti, ketika penerima manfaat marah-marah, jadi selain

pukul 09.00

penerima manfaat mengemukakan permasalahannya saya dan teman-teman sebagai pekerja sosial juga mengamati perkembangan penerima manfaat dikarenakan kita yang selalu mendampingi penerima manfaat setiap harinya makanya tau bagaimana perubahan yang terjadi kepada penerima manfaat. Jadi tahap awal yang dilakukan yaitu kita memanggil penerima manfaat untuk di lakukan konseling individu, jadi masalah tempat saya yang mengikuti penerima manfaat nyamannya dimana, selanjutnya saya ajak untuk berbicara secara empat mata menanyakan mengenai permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat.”⁹⁰

Sulistiowati merupakan salah satu pekerja sosial yang paling lama bekerja di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, bahkan ibu Sulis sudah hafal dengan karakter-karakter yang ada pada penerima manfaat yang ada di panti karena sudah lama dan

⁹⁰ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul 09.00

mengetahui perkembangan setiap harinya pada penerima manfaat. Menurut ibu Sutistiowati konseling yang dilakukan pada tahap awal di lapangan atau di rumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu membangun hubungan yang baik dengan klien atau penerima manfaat, selanjutnya yaitu menggali permasalahan yang di hadapi oleh klien, mengajak penerima manfaat untuk mengemukakan apa yang dirasakan. Hal serupa juga dikemukakan oleh bapak Kusno dalam wawancara sebagai berikut:

“Disini kalau ada permasalahan yang dihadapi penerima manfaat, pekerja sosial itu sudah tau soalnya kalau penerima manfaat kambuh itu pasti ada tanda-tandanya, biasanya penerima manfaat kalau mau kambuh biasanya mata memerah, suka menyendiri, mukanya penuh dengan kemarahan, biasanya kalau sudah seperti itu saya panggil kalau cowok biasanya saya kasih rokok trus saya ajak untuk berbicara menanyakan apa yang sedang dipikirkan, apa yang menjadikan kondisinya tidak setabil, apa yang dipikirkan supaya agar lebih baik.

Soalnya kebanyakan penerima manfaat itu suka ketika diajak berbicara soalnya merasa ada yang diajak untuk bercerita mengenai permasalahannya.”⁸⁸

Kusno merupakan salah satu pekerja sosial yang bekerja di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya, bapak Kusno sering mendapatkan piket jaga sore kalau tidak malem kerena bapak Kusno ini dirasa bisa untuk menjaga sendirian penerima manfaat sendiri, bapak ini sudah sering melihat penerima manfaat yang kambuh marah- marah. Menurut pak Kusno tahap awal yang dilakukan yaitu mengajak penerima manfaat untuk duduk bersama untuk menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat, dan berusaha empati serta melayani penerima manfaat dan mendengarkan semua permasalahan yang dikemukakan oleh penerima manfaat.


“sebenarnya konseling yang dilakukan disini itu sama seperti konseling pada umumnya tetapi pekerja sosial melihat penerima manfaat dahulu ketika ingin memberikan konseling, apakah penerima manfaat dalam keadan yang bisa diajak komunikasi atau tidak. Tahapannya juga sama pekerja sosial pertamamata menggali permasalahan yang dihadapi penerima manfaat”⁹⁷

Menurut Ing konseling yang dilakukan oleh penerima manfaat sama seperti konseling yang dilakukan pada umumnya,

bedanya hanya terletak pada klien atau penerima manfaat karena ketika melakukan proses konseling sebagai konselor harus melihat kondisi penerima manfaat, bisa diajak komunikasi atau tidak dan tempat untuk melakukan konseling harus mengikuti penerima manfaat yaitu tempat yang menurut penerima manfaat itu nyaman.

Hasil dari wawancara yang dilakukan kepada pekerja sosial bahwasannya langkah-langkah konseling individu pada tahap awal yaitu mengajak penerima manfaat untuk ngbrol atau komunikasi,

.30 ⁹⁷ Iing, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul
memilih tempat sesuai dengan keinginan penerima manfaat, setelah itu menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat.

Tahap Konseling Awal	Tujuan	Gambar
Memilih tempat konseling	Membuat klien merasanyaman dalam proses konseling	

<p>Membangun Rapport</p>	<p>Membangun hubungan yang baik supaya klien merasanyaman karena eks psikotik butuh kenyamanan yang lebih dibandingkan dengan orang pada umumnya. Dalam hal ini konselor berusaha mendekati klien supaya klien merasa nyaman berada di samping konselor, atau konselor mengikuti semua kegiatan yang sehari-hari dilakukan oleh klien seblum melakukan proses konseling. Pada saat melaksanakan proses konseling konselor juga membangun rppot yang baik dengan klien dengan cara yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) memberi salam yang ramah, 2) menggunakan kontak mata, 3) menggunakan ekspresi wajah yang merespon klien, 	
	<p>serta penggunaan nada bicara.</p>	

Diagnosa Masalah	Menggali permasalahan yang dihadapi oleh klien, dari klien sendiri dan dari pekerja sosial yang ada disana serta dari pengamatan konselor sendiri. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi konselor mengonfirmasikan kepada klien apakah benar klien telah melakukan kesalahan serta mengajak untuk berfikir mengenai permasalahan yang dihadapinya.	
------------------	--	--

2. Tahap pertengahan/ tahap kerja

Tahapan pertengahan ini yaitu menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien dan kepedulian klien lebih lanjut, tahapan ini konselor mengajak klien untuk mencari alternative baru terhadap permasalahan, memberikan informasi, memberikan nasihat, relaksasi. Serta memberikan bantuan untuk permasalahan yang dihadapi klien. Hasil wawancara dengan Sulistiowati mengenai tahap kerja sebagai berikut:

“Setelah mengetahui permasalahan yang dihapai oleh penerima manfaat selanjutnya yaitu memberikan bantuan untuk penerima manfaat supaya lebih baik kedepannya. Permasalahn yang biasanya dihadapi oleh penerima mnfaat yaitu lari dari panti, biasanya kalau penrima manfaat lari dari panti yang pekerja sosial lakukan yaitu pertama menghubungi keluarga untuk ikut membantu mencari penerima manfaat, setelah berhasil ditemukan melakukan konseling dengan penerima manfaat yaitu biasanya menanyakan bagaimana bisa kabur, lewat mana, mau kemana ko bisa kabur, selanjutnya diajak berfikir apakah yang dilakukan itu hal yang benar apa tidak. Saya biasanya

menggunakan metode konseling direktif dan konseling non-direktif yaitu bergantian mengemukakan permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat”⁹¹

Menurut ibu Sulistiowati pada tahapan pertengahan konseling yaitu tahap pemberian bantuan kepada klien atau penerima manfaat, bantuan yang diberikan kepada klien sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh klien, diberikan contoh ibu Sulistio ketika menghadapi klien atau penerima manfaat yang kabur atau lari dari panti menghadapinya yaitu dengan cara menanyakan lewat mana kaburnya, caranya seperti apa, tujuannya apa, serta mengajak berfikir apakah yang dihadapi itu benar atau salah. Hal serupa dikemukakan dalam wawancara dengan bapak Kusno sebagai berikut:

“Tahap pertengahan setelah saya menggali permasalahan yang dihadapi penerima manfaat yaitu saya mengajak penerima manfaat untuk berfikir mengenai apa yang sudah dilakukannya, yang sering saya temui yaitu pertikaian karena saya sering jaga malam sendirian saya sering sekali menangani penerima manfaat yang suka marah- marah, ketika marah marah yaitu biasanya bisa melukai penerima manfaat yang lain. seringkali yang terjadi marahmarah yaitu pada penerima manfaat yang laki-laki. Biasanya saya ajak bicara berdua saya karis rokok dulu kalau memang dia merokok supaya bisa diajak komunikasi dengan baik, setelah itu saya tanya kenapa ko marah-marah, biasanya yang menyebabkan marah-marah karena merasa ada bisikan, merasa ada yang menyuruh untuk melakukan hal yang tidak baik, kalau tidak karena emosi yang tidak bisa ditahan karena mengingat hal yang merasa penerima manfaat emosi. Solusi yang saya berikan biasanya saya minta penerima manfaat untuk berzikir mengingat kepada Allah ketika tidak melakukan kegiatan apa-apa supaya pikirannya tidak kosong, sabar dengan keadaan yang diberikan supaya bisa cepet sembuh, saya juga memberikan nasihat bahwasannya hal yang dilakukan itu merugikan dirinya sendiri, saya juga membrikan bantuan kalau semisal ada apa-apa yang dirasakan nanti bisa ketemu dengan saya bisa cerita dengan saya.”⁹⁹

Menurut bapak Kusno setelah melakukan penggalan permasalahan kepada penerima manfaat yaitu memberikan bantuan atau nasihat kepada penerima manfaat, permasalahan yang sering dihadapi

⁹¹ Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul 09.00

bapak Kusno yaitu pertengkaran sesama penerima manfaat karena adanya bisikan-bisikanyang dirasakan oleh penerima manfaat, kalau tidak bisikan yaitu karena menahan emosi yang dirasakan karena mengingat kejadian dulu yang membuat penerima mnfaat ingin melukai orang lain untuk meluapkan emosi yang dihadapinya, bantuan yang diberikan bapak Kusno yaitu biasanya memberikan bantuan berupa dinasihati daiajak berfikir mengenai apa yang telah dilakukan itu merugikan sekali untuk dirinya, diajak komunikasi secara pelan-pelan diberikan nasihat juga supaya selalu berziqir agar hatinya tenang tidak mudah di rasuki oleh halusinasi yang berlebihan.

Hasil wawancara dengan ibu Iing, yaitu :

“Setelah menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat yaitu memberikan bantuan kepada penerima manfaat sesuai permasalahannya. Biasanya saya banyak menemui penerima manfaat yang suka marah-marah biasanya saya memberikan bantuan dengan menggunakan metode elektrik yaitu metode yang menggabungkan direktif dan non-direktif yaitu menekankan kepada konselor dan kepada klien atau penerima manfaat jadi keduanya memiliki peran yang sangat penting. Biasanya saya memberikan pemahaman mengenai apa yang telah dilakukannya”¹⁰⁰

Menurut pekerja sosial Iing pada tahapan ini yaitu

⁹⁹ Kusno, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul .00

¹⁰⁰ Iing, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul .00
 memebrikan bantuan kepada penrima manfaat sesuai dengan permasalahan yang dihadapinya, biasanya menggunakan metode konseling elektrik yaitu penggabungan antara metode direktif dan non-direktif, peramasalahan yang sering ditemukan yaitu karena penerima manfaat suka marah-marah penyelesaian yang diberikan kepada penerima manfaat yaitu diajak untuk berfikir mengenai permasalahan yang dihadapinya kalau marah-marah bisa merugikan yang lain dan dirinya atau tidak.

Hasil dari beberapa wawancara dengan pekrja sosial yang biasanya menangani penerima manfaat ketika mendapatkan masalah yaitu pada tahap pertengahan atau tahap kerja yaitu setelah menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat selanjutnya memberikan nasihat atau bantuan biasanya menggunakan metode direktif, non-direktif dan elektrik, sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat dan memberikan nasihat mengenai apa yang telah dilakukan oleh penerima manfaat apakah itu baik atau merugikan orang lain ketika dilakukan.

Tahap Kerja	Permasalahan klien	Metode atau solusi
Prognosa atau tahap pemberian bantuan kepada klien untuk permasalahan yang sedang dihadapi.	Emosi eks psikotik tidak stabil suka marahmarah karena kecewa terhadap hidupnya, kecewa dengan keluarganya, serta tidak menerima hidupnya yang sekarang sehingga eks psikotik terkadang marah-marah yang bisa melukai dirinya sendiri bahkan orang lain.	1. Metode konseling yang digunakan untuk membantu menyelesaikan yaitu konseling eklektik yaitu penggabungan metode konseling direktif dan non direktif jadi klien dan konseling sama-sama mempunyai peran penting untuk

		<p>menyelesaikan permasalahan.</p> <p>2. Selain itu juga klien juga di tuntut untuk mengikuti semua kegiatan yang ada di panti supaya tidak merasa bosan dan pikirannya lebih fress karena digunakan untuk berfikir sesuatu hal yang positif.</p> <p>3. Pertanyaan terbuka dan tertutup juga terkadang dikemukakan oleh klien untuk menanyakan hal yang penting.</p> <p>4. Konselor juga mengajarkan atau memberi arahan untuk mengenali emosi yang ada dalam dirinya serta mengelola atau bisa untuk mengekspresikan emosi yang ada dalam dirinya dengan benar</p>
	Kabur-kaburan dari panti	Metode konseling yang digunakan yaitu konseling direktif yaitu konseling yang dilakukan secara

		langsung dan konselor yang memegang kendali penuh dalam proses konseling.
	Suka menyendiri	Metode konseling yang digunakan yaitu metode konseling non-direktif yaitu klien yang berperan lebih banyak untuk memutuskan apa yang akan diambil untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang di hadapinya.

3. Tahap akhir/ tahap evaluasi

Langkah ini yaitu melakukan penilaian atau pengetahuan terhadap seberapa jauh pencapaian hasil dari konseling. Kemudian dilakukan langkah tindak lanjut melihat perkembangan dari hasil konselingnya, Pada tahapan ini ditandai beberapa hal yaitu perubahan sikap klien kearah yang lebih positif. Hasil wawancara dengan Sulistiowali mengenai tahap akhir dalam konseling yaitu:

“tahap akhir yaitu biasanya setelah memberikan nasihat dan arahan kepada penerima manfaat biasanya dalam masa pengawasan atau masa karantina untuk melihat perkembangan dan hasil dari konseling yang dilakukan apakah ada perubahan atau tidak, tetapi biasanya kita memebrikan konseling selama satu minggu 3 kali supa apa yang diberikan di ingat oleh penerima manfaat supaya tidak melakukan kesalahan lagi”⁹²

Menurut ibu Sulistiowati pada tahapan akhir ini yaitu tahap evaluasi, mengevaluasi hasil dari proses konseling apakah berhasil atau tidak proses yang dilaksanakannya. Biasanya setelah prses

⁹² Sulistiowati, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul 09.0

konseling pekerja sosial mengawasi penerima manfaat melihat tingkah laku setelah melaksanakan proses konseling apakah mengalami perubahan kearah yang lebih baik atau tidak. Hal serupa juga dikemukakan dalam wawancara dengan bapak Kusno sebagai berikut:

“Biasanya setelah saya kasih konseling tahap akhirnya saya selalu mengamati tingkah laku dan setiap harinya saya ajak komunikasi apakah ada dampak yang baik atau masih mengalami hal yang sama, kalau semisal masih mengalami hal yang sama saya ulang lagi konselingnya soalnya saya menyadari komunikasi dengan eks psikotik tidak bisa cuman hanya sekali saja”¹⁰²

Menurut bapak Kusno tahap yang terakhir yaitu tahap evaluasi apakah penerima manfaat bisa menerima konseling yang dilakukan atau tidak, ketika tidak bisa proses konseling yang dilakukan harus diulangi kembali, karena bapak Kusno juga sadar bahwasannya melakukan konseling dengan eks psikotik juga tidak bisa dilakukan cuman sekali saja, berbicara saja dengan eks psikotik untuk menghasilkan jawaban yang benar saja harus dilakukan berulang. Menurut ibu Iing dalam wawancara tahap akhir dalam konseling yaitu:

“ Tahap yang terakhir yaitu tahap evaluasi, mengevaluasi konseling yang telah dilakukan melihat perubahan yang ada pada penerima manfaat, ketika penerima manfaat sudah ada perubahan kearah yang lebih baik perlu adanya pengawasan supaya tetap seimbang dan tidak mengulangi kesalahan yang dilakukannya, tetapi jika penerima manfaat tetap saja marah-amarah atau kabur dari panti tetap akan adanya konseling lagi karena sebagai pekerja sosial harus sabar menghadapi penerima manfaat

¹⁰² Kusno, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul .00

yang tidak bisa diberikan bantuan cuman hanya sekali saja, harus dilakukan konseling berulang- ulang kali”¹⁰³

Menurut ibu Iing yaitu tahap yang terakhir yaitu evaluasi, mengevaluasi dari tahap yang pertama sampai hasil dari proses konseling yang telah dilakukan, jika hasilnya masih belum bisa untuk merubah penerima manfaat harus ada lagi proses konseling yang dilakukan, karena harus berulang-ulang kali berbicara dengan eks

psikotik untuk menghasilkan jawaban yang benar atau bisa merubah eks psikotik kearah yang lebih baik.

Menurut hasil wawancara dengan beberapa pekerja sosial yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, pada tahap akhir atau tahap evaluasi yaitu pekerja sosial mengevaluasi mengenai hasil kpnseling yang dilakukan dengan cara menegaskan apakah penerima manfaat memahami inti hasil dari proses konseling yang dilakukan, selanjutnya yaitu melihat perubahan penerima manfaat dengan cara melihat kesehariannya apakah ada perubahan kearah yang lebih baik atau tidak, semisal masih tidak ada perubahan maka ada lagi konseling yang harus dilakukan kepada penerima manfaat supaya lebih jelas lagi, karena pekerja sosial juga menyadari bahwasannya sekali saja tidak akan merubah sikap penerima manfaat apalagi kalau penerima manfaat yang belum begitu mengetahui emosionalnya.

.00 ¹⁰³ Ing, pekerja sosial, wawancara di panti disabilitas mental, 14 september 2022, pukul

BAB IV

ANALISIS HASIL PENELITIAN

A. Mengenal dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik

Seseorang yang sedang mengalami gangguan pada kejiwaannya seringkali mengalami permasalahan pada emosi yang ada pada dirinya, Sarwono mendefinisikan emosi merupakan sebagai reaksi penilaian negatif dan positif yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar (benda, manusia, cuaca, situasi) atau dari dalam dirinya sendiri. Sedangkan menurut Danil Goleman emosi merujuk pada suatu keadaan biologis dan psikologis pada seseorang untuk melakukan

tindakan.⁹³ Emosi dibagi menjadi dua yaitu emosi yang menghasilkan suatu tindakan yang baik dan emosi yang menghasilkan suatu tindakan yang tidak baik.

Data dari bab III merupakan data untuk melakukan pembahasan hasil penelitian. Melihat masalah emosi yang ada pada penerima manfaat di rumah sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan salah satu tempat untuk menampung eks psikotik yang ada di Kudus, yang dinaungi oleh Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah. Rumah pelayanan sosial disabilitas mental menampung 65 penerima manfaat yang terdiri dari 30 perempuan dan 35 laki-laki. Rehabilitasi yang diberikan kepada penerima manfaat selama dua tahun tetapi jika dalam jangka waktu dua tahun belum stabil kondisinya masih bisa diperpanjang lagi, akan tetapi jika dalam jangka waktu kurang dari dua tahun sudah pulih dalam semua hal atau sudah bisa menjadi manusia pada umumnya yang bisa menggunakan fungsi sosialnya maka bisa dikembalikan kepada keluarganya.⁹⁴ Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis adanya beberapa permasalahan yang terjadi di rumah sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, salah satunya yaitu mengenai emosi yang terjadi pada eks psikotik dimana eks psikotik masih belum bisa menggunakan emosinya kearah yang baik atau masih belum bisa untuk mengontrol emosi yang ada pada dirinya, eks psikotik belum bisa untuk mengenali emosi yang ada pada dirinya serta mengelola emosi yang ada pada dirinya untuk mengekspresikan kedalam tingkah laku setiap harinya.

Menurut hasil penelitian yang terjadi di rumah sosial disabilitas mental muria Jaya Kudus, permasalahan yang terjadi pada penerima manfaat yaitu masih adanya penerima manfaat yang belum bisa untuk menggunakan emosinya dengan positif, masih adanya penerima manfaat yang menggunakan emosi negatif, eks psikotik mengalami gangguan

⁹³ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta. Gramedia pustaka utama, 2009), hlm 45

⁹⁴ Dokumen profil rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, dikutip tanggal 7 September 2022.

emosi yang terjadi pada dirinya yaitu berupa marah-marah, stress, depresi, tidak bisanya berhubungan dengan orang lain, atau tercampurnya kedua emosi yang menyebabkan eks psikotik tidak bisa menyeimbangkan keadaan emosi yang dialaminya, maka dari itu perlu adanya mengenali dan mengelola emosi karena hal tersebut kunci utama untuk kecerdasan emosional, supaya bisa menggunakan emosinya secara positif. Maka dari permasalahan tersebut perlu adanya tindakan lebih lanjut untuk membantu penerima manfaat mengenali dan mengelola emosinya supaya bisa mengarahkan emosinya kearah yang lebih positif.

1. Mengenali Emosi

Menurut Daniel Goleman mengenali emosi merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Kesadaran diri membuat diri lebih berhati-hati dengan suasana hati atau pikiran, bila kurang hati-hati individu bisa larut dalam emosi dan dikuasai oleh emosi yang tidak baik. Kesadaran diri belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu persyaratan penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

Menurut Desmita mengenali emosi merupakan mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu mengambil keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat

Mengenali emosi diri berkaitan dengan kemampuan mengenali perasaan diri sendiri ketika perasaan itu tumbuh dan merupakan hal yang penting mengenai pemahaman kejiwaan.ada beberapa kemampuan yang merupakan ciri-ciri mengenali emosinya, yaitu :

- a) Kesadaran emosi yaitu dapat mengenali emosi dan dapat mengetahui pengaruh emosi itu.
- b) Penilaian diri sendiri teliti yaitu mengetahui kelebihan serta kekurangan yang ada didalam diri serta dapat mengontrolnya.
- c) Percaya diri yaitu keberanian serta keyakinan terhadap apa yang dimiliki oleh diri misalnya kemampuannya.

Menurut data yang diperoleh penulis dilapangan yaitu di rumah pelayanan sosial disabilitas mental , bahwasannya eks psikotik belum mampu untuk mengenali emosinya, eks psikotik belum mampu untuk mengenali perasaan yang sedang dirasakannya. Belum bisa mengetahui pengaruh dari emosi yang dirasakannya, serta eks psikotik belum bisa untuk mengenali dirinya belum bisa mengetahui kelebihan serta kekurangan yang ada dalam dirinya. Contoh problem yang terjadi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus yaitu ketika penerima manfaat mendapatkan bisikan-bisikan yang sebenarnya hanya halusinasinya saja penerima manfaat mengalami marah-marah, teriak-teriak bahkan sampe melukai penerima manfaat yang lain. selain itu penerima manfaat juga ketika dijenguk oleh keluarga penerima manfaat seharusnya merasa senang. Semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi bisa mengendalikan emosi dalam dirinya.⁹⁵

2. Mengelola Emosi

Menurut Daniel Goleman Mengelola emosi merupakan kemampuan seseorang dalam menangani perasaan supaya bisa mengekspresikan sesuai dengan suasana hatinya, dan menjadi seimbang dalam diri. Menjaga emosi yang merisaukan salah satu kunci menuju kesjahteraan emosi. Emosi yang berlebihan yang dibiarkan larut dalam diri lama sehingga menyebabkan kegelisahan itu tidak baik buat diri seseorang.⁹⁶ Menurut Fatimah mengartikan mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menangani emosi agar terungkap dengan tepat, orang dikatakan berhasil mengelola emosi yaitu orang yang dapat menghibur diri ketika sedang berada dalam kondisi kesedihan, dapat melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat.⁹⁷ Menurut

⁹⁵ Chornelius Hutagaol, "Cyberbullying behavior: A study of emotional maturity Yogyakarta Students", (JAGC, Vol 2 no 1 2021 1-10), hlm 3

⁹⁶ Daniel, Goleman., emotional intelligence, (Jakarta: gramedia Pustaka utama 2009), hlm 58

⁹⁷ Enung, Fatimah., psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik (Bandung: pustaka setia, 2006) hlm 116

Safaria dan Saputra orang yang memiliki kemampuan mengelola emosi akan lebih cakap menangani ketegangan emosi, sebaliknya individu dengan kemampuan mengelola emosi rendah akan cenderung mudah stress, marah, tersinggung, dan mudah kehilangan semangat.⁹⁸

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, penerima manfaat belum bisa mengelola emosi yang dirasakannya misalnya ketika penerima manfaat dijenguk oleh keluarga ketika penerima manfaat sudah mampu untuk menganalisis emosi yang dirasakannya penerima manfaat, penerima manfaat juga harus bisa mengelola yaitu mengekspresikan suasana hati atau mengekspresikan emosi yang sedang dirasakannya ketika ditengok oleh keluarga seharusnya penerima manfaat bahagia yaitu dengan cara tersenyum tetapi yang terjadi dilapangan yaitu penerima manfaat menangis atau marah-marah.

Pentingnya mengenali dan mengelola emosi bagi eks psikotik yaitu mengenali dan mengelola emosi yaitu dasar dari mengenali diri ketika seseorang sudah mampu untuk menganalisis dan mengelola emosi yang ada dalam dirinya sendiri, seseorang tersebut akan mampu untuk memotivasi dirinya sendiri ketika sedang dalam keadaan yang terpuruk atau dalam keadaan yang menyebabkan seseorang mengalami kegagalan dalam hidupnya. Setelah mampu untuk memotivasi dirinya yaitu mampu untuk mengenali emosi orang lain yaitu mampu untuk berempati, seseorang bisa berempati kepada orang lain yaitu ketika seseorang tersebut mampu untuk mengenali emosi yang ada pada orang lain pada dasarnya sebelum mampu untuk mengenali emosi orang lain yaitu harus mampu untuk mengenali emosi yang ada pada dirinya sendiri, terakhir yang paling penting yaitu membina hubungan dengan orang lain karena semua manusia sebagai makhluk sosial makhluk yang membutuhkan orang lain, maka dari itu menjalin hubungan dengan orang lain merupakan hal yang sangat penting maka dari itu ketika seseorang sudah mampu untuk menganalisis dirinya sendiri pasti seseorang mampu untuk memosisikan dirinya dengan orang lain, karena penerima manfaat pada akhirnya nanti akan

⁹⁸ Safaria, T dan Saputra, NE., manajemen emosi, (Jakarta: Bumi aksara, 2009) hlm 14

dikembalikan lagi kepada keluarganya dan dikembalikan kepada masyarakat supaya menjalani kehidupannya serta dapat menjadi makhluk sosial yang baik. Maka dari itu eks psikotik penting untuk mengenali dan mengelola emosi yang ada pada dirinya karena ketika sudah mampu untuk mengetahui dirinya sedikit banyak pasti mampu untuk memahami orang lain, maka dirumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya kudu membantu eks psikotik untuk mengenali dirinya sendiri terlebih dahulu serta membantu untuk mengurus dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil yang peneliti temukan di lapangan terkait arti penting dalam mengelola dan mengendalikan emosi di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus peneliti akan menganalisis bahwasanya orang-orang yang ada di panti sosial bagi menjadi tiga golongan yang antara lain yakni golongan marah yang mana kondisinya sangat tidak memungkinkan dikarenakan tidak mampu diajak komunikasi, kurang mampu menjaga diri dari emosi yang tidak stabil. Golongan kuat yakni golongan kuning yang mana golongan tersebut sudah mampu merawat dirinya, mampu diajak komunikasi dan emosinya. Namun, masih memiliki halusinasi yang tinggi. Golongan hijau yakni golongan yang sudah mampu diajak berkomunikasi dengan baik, mampu menggunakan fungsi sosial dengan baik dan emosinya. Dalam mengendalikan emosi bahagia seperti halnya di jenguk keluarga, dibawakan makanan, di ajak komunikasi dan menonton televisi. Sedangkan dalam mengendalikan emosi sedih seperti halnya sedih dikarenakan ditinggalkan keluarga, asmara, tidak di jenguk sehingga merasa kurang diperhatikan dan diperdulikan oleh keluarga sehingga mengakibatkan gangguan dalam pikirannya. Eks psikotik dalam mengendalikan emosi takut seperti halnya perekonomian keluarga yang di sampaikan oleh Fikri, Seni yang memiliki gangguan dalam mengendalikan kemarahan sehingga akan sering teriak-teriak ataupun menangis. Eks psikotik dalam mengenali dan mengelola emosi marah seperti halnya Rastam karena ingin pulang ke rumah yang mana pada akhirnya ia akan melukai

temannya yang ada di sekitar, hal tersebut juga di lakukan oleh Erik. Sedangkan Suryai akan membawa senjata tajam dan mendapatkan bisikan-bisikan tertentu. Sedangkan mengenali dan mengelola emosi bahagia seperti

Fifin Oktavian Ningsih dikarenakan perceraian sehingga mengalami kekecewaan, Setiawan dikarenakan suka marah-marah dan Ahmad berada di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus dikarenakan depresi. Untuk mengenali dan mengelola emosi sedih yakni dengan teringat akan keluarga yang ada di rumah. Dalam mengenali dan mengelola emosi takut yakni seperti dilupakan oleh keluarga dan menyusahkan keluarga. Analisis penulis yakni bahwasanya para penerima manfaat akan mampu mengenali dan mengelola emosi apabila mereka mampu mengendalikan emosi sedih, marah, takut dan bahagia. Kuncinya yakni diberikan perhatian, diperdulikan, dijenguk dan jangan sampai mereka merasa kurang di cintai.

B. Konseling Individu untuk Mengenali dan Mengelola Emosi bagi Eks Psikotik

Berdasarkan paparan data hasil wawancara, dokumentasi dan observasi yang sudah dipaparkan pada bab tiga dapat dilihat bahwasannya pelaksanaan konseling di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus merupakan salah satu bentuk pemberian bantuan kepada penerima manfaat yang diberikan oleh pekerja sosial dan konselor yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental dengan tujuan untuk mencapai setandar keberhasilan yang sudah di tetapkan oleh panti yaitu membantu penerima manfaat untuk memahami dirinya sendiri, dapat mengurus dirinya, dapat menyenkaikan dirinya dengan lingkungannya. Konseling yang dilakukan di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu konseling kelompok dan konseling individu, tetapi konseling yang dilakukan secara terus menerus untuk membantu penerima manfaat yaitu konseling individu karena konseling individu lebih efektif karena penerima manfaat bisa lebih fokus dan nyaman karena hanya ada konselor dan penerima manfaat atau klien.

Konseling menurut Mortensen dan schmuller konseling merupakan jantungnya bimbingan. Sedangkan menurut Rogers konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu konseling dengan tujuan memberikan bantuan kepadanya agar dapat mengubah sikap dan perilakunya. Konseling individu adalah kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang (konselor dan klien) untuk menangani masalah klien, yang didukung oleh keahlian dan dalam suasana yang laras dan

integrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi klien.⁹⁹

Konseling individu menurut *Tohirin* adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat hubungan empat mata, yang dilakukan antara konselor dengan klien. Menurut *Tolbert* konseling individu adalah hubungan tatap muka antara konselor dan konseli, dimana konselor sebagai seorang yang memiliki kompeten khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli sebagai seorang yang normal, membantu konseli mengenali diri, situasi yang akan dihadapi dimasa depan, sehingga konseli dapat mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial.¹⁰⁰ Menurut *Sofyan S. Willis* konseling individu yaitu pertemuan konselor dengan klien secara individu, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta dapat mengantisipasi masalah- masalah yang dihadapi klien. Konseling individu adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseli. Konseli mengalami kesukaran pribadi yang tidak dapat ia pecahkan sendiri. Kemudian ia meminta bantuan konselor sebagai petugas yang professional dalam jabatannya dengan individu yang normal, yang menghadapi kesukaran dalam masalah pendidikan, pekerjaan, dan social dimana ia tidak dapat memilih dan memutuskan sendiri. Oleh karena itu, konseling hanya ditujukan kepada individu-individu yang sudah menyadari kehidupan pribadinya.¹⁰¹

Konseling individu merupakan suatu cara untuk membantu penerima manfaat dalam menangani permasalahan yang dihadapinya dalam membantu mengenali dan mengelola emosi eks psikotik di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Pelaksanaan bimbingan konseling ini dilaksanakan secara empat mata yaitu konselor

⁹⁹ Hartono dan boy seodarmadji, psikologi konseling, Jakarta: kencana prenada media group 2012, hlm 26-27.

¹⁰⁰ Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi), (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), hlm 25.

¹⁰¹ Dudung Hamdun, Bimbingan dan Konseling, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah dan

atau pekerja sosial dengan klien atau penerima manfaat yang sedang memiliki permasalahan untuk dibantu menyelesaikannya.

Konseling individu memiliki tujuan untuk membantu penerima manfaat yaitu membantu memperoleh pemahaman yang lebih terhadap diri penerima manfaat, membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi penerima manfaat, mengarahkan penerima manfaat untuk melakukan sesuai dengan potensi dirinya, serta membantu untuk menyeimbangkan emosinya serta meng ekspresikan sesuai dengan yang dirasakan, begitu menurut data di bab III menurut ibu Sulistiowati sebagai pekerja sosial di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus , sesuai dengan teori menurut *Widayat Mintarsih*, bahwasannya tujuan konseling individu yaitu ada empat, memperoleh pemahaman diri, mengarahkan diri sesuai potensi yang dimiliki, memecahkan permasalahan yang dihadapinya, serta mempunyai wawasan yang lebih serta penerimaan yang objektif tentang dirinya.

Konseling individu juga memiliki fungsi yang dikemukakan oleh *Hartono dan Soedarmadji*, *fungsi pemahaman*¹¹³ yaitu pemahaman tentang masalah klien, yaitu menyangkut latar belakang klien, kekuatan dan kelemahan klien, serta kondisi lingkungan klien, sesuai dengan yang terjadi dilapangan yaitu dirumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu konseling individu sesuai dengan fungsi pemahaman yaitu memahami penerima manfaat, mengetahui kelemahan serta kelebihan yang dimiliki oleh penerima manfaat, serta mengetahui lingkungan penerima manfaat. Selanjutnya yaitu *fungsi pemeliharaan dan*

Keguruan UIN Sunan Kalijaga, 2013), hlm. 5.

¹¹³ Makmun Khairani, Psikologi Konseling, (Yogyakarta: Aswaja, 2014), hlm. 19.

pengembangan yaitu pemeliharaan berarti memelihara segala yang baik yang ada pada diri individu, baik hal yang merupakan pembawaan, maupun dari hasil pengembangan yang dicapai selama ini. Dalam bimbingan dan konseling, melalui bimbingan tersebut seorang individu dapat dibantu menemukan sumber pribadi agar dirinya bisa lebih efektif.¹⁰² fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui

¹⁰² Komarudin, “mengungkapkan landasan filosofis keilmuan bimbingan konseling Islam” (jurnal Ihya’ Ulum Al-Din vol 17 no 2, 2015), hlm 211

berbagai peraturan, kegiatan dan program, sesuai dengan yang ada di lapangan atau di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu melakukan pengembangan melalui bimbingan pertanian, bimbingan membuat, bimbingan perikanan yang bertujuan supaya penerima manfaat dapat mengetahui dimana kelebihan atau kegiatan yang bisa membuat penerima manfaat lebih senang. Yang selanjutnya yaitu *fungsi pencegahan* yaitu bertujuan agar klien tidak terjerumus ke dalam hal-hal yang membahayakan. Hal ini karena tindakan pencegahan lebih baik dari pada mengobati seseorang yang sudah terjerumus ke dalam hal-hal yang berbahaya tersebut, sesuai dengan yang dilakukan di rumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu dengan cara melakukan konseling individu.¹⁰³

Permasalahan yang sudah di paparkan di bab III di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus yaitu mengenai mengenali dan mengelola emosi eks psikotik, bahwasannya penerima manfaat yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya belum bisa untuk mengenali emosi, mengenali emosi menurut *Daniel Goleman* merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi, misalnya ketika dalam keadaan yang bahagia seharusnya penerima manfaat bisa untuk memahami perasaan yang terjadi dalam dirinya serta dapat mengenadalikan perasaan yang sedang terjadi. Sedangkan mengelola emosi menurut *Daniel Goleman* yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan yang terjadi sehingga bisa mengkspresikan perasaan yang sedang dirasakannya, misalhnya yaitu semisal dalam keadaan yang bahagia seharusnya penerima manfaat bisa mengenali perasaan bahagia tersebut supaya bisa mengkspresikan perasaan bahagia tersebut dengan cara tersenyum. Tetapi permasalahan yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu penerima manfaat masih belum bisa untuk mengenali perasaan yang sedang dirasakannya serta masih belum bisa mengelola persaan yang dirasakannya, penerima manfaat masih suka marah-marah ketika mendapatkan bisikan, suka kabur

¹⁰³ Peneliti, wawancara, rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria jaya, 16 september 2022

dari panti, bahkan ada juga yang sampai melakukan bunuh diri dengan cara melukai dirinya sendiri.¹⁰⁴

Pelaksanaan konseling individu untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang sering dihadapi oleh penerima manfaat, dengan menggunakan metode direktif yaitu Pendekatan ini dipelopori oleh E.G Williamson dan J.G Derley yang berasumsi bahwa klien tidak mampu mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya. Konseling direktif berarti konseling yang dilakukan secara langsung. Cara pendekatan ini mengikat konselor untuk selalu memegang inisiatif dan bertanggung jawab untuk memberikan diagnosis dan pemecahan masalah. Dengan kata lain dalam prosesnya konselor yang paling berperan dan dalam prakteknya konselor berusaha mengarahkan klien sesuai dengan masalahnya.¹⁰⁵ Menggunakan metode ini yaitu pekerja sosial menganalisis klien dalam keseharian, tingkah laku klien atau penerima manfaat selama di panti, mendiagnosa masalah, pemecahan masalah, serta mengevaluasi proses konseling.

Metode Konseling non-direktif sering juga disebut “Client Centered Therapy”. Konseling non-direktif merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada klien. Melalui pendekatan ini, klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikiran secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Tetapi oleh karena suatu hambatan, potensi dan kemampuannya itu tidak dapat berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya. Untuk mengembangkan dan memfungsikannya kembali kemampuannya itu klien memerlukan bantuan. Bertitik tolak dari anggapan dan pandangan tersebut,¹⁰⁶ maka dalam konseling, inisiatif dan peranan utama pemecahan masalah diletakkan dipundak klien sendiri. Sedangkan kewajiban dan peranan utama konselor adalah menyiapkan suasana agar potensi dan kemampuan yang ada pada dasarnya ada pada diri klien itu berkembang secara optimal, dengan jalan menciptakan hubungan konseling yang hangat dan permisif,

¹⁰⁴ Sulistiowati, wawancara pada tanggal 16 september 2022, di panti sosial disabilitas mental, pukul 13.00

¹⁰⁵ Prayitno dan Emran Amti, Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hlm. 299.

¹⁰⁶ Ibid, hlm 299

pada metode ini proses konseling individu berpusat pada klien atau penerima manfaat tetapi pekerja sosial juga ikut membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat.

Trakhir menggunakan metode konseling elektrik yaitu penggabungan metode konseling *direktif* dan *non-direktif*. Konseling direktif dan konseling non-direktif merupakan dua pendekatan yang amat berbeda, yang satu lebih menekankan peranan konselor, sedangkan yang lain menekankan peranan klien. Disadari bahwa dalam dalam pernyataan pratek konseling menunjukkan bahwa tidak semua masalah dapat dientaskan secara baik hanya dengan satu pendekatan atau teori saja,¹⁰⁷ pendekatan ini yaitu menggabungkan kedua metode yang ada sama-sama penting peran klien atau penerima manfaat dan konselor atau pekerja sosial.

selanjutnya proses konseling yaitu mendefinisikan masalah, , memastikan konseli mampu memahami, memberikan dukungan, membuat rencana, dan menggunakan metode.¹⁰⁸ Proses awal dalam melakukan konseling yaitu assesment awal, yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data mengenai eks psikotik atau poin-poin permasalahan yang dihadapi oleh eks psikotik, proses konseling individu yang dilaksanakan di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus menurut beberapa ahli yaitu Menurut *Musa dan Sartono*¹⁰⁹ yaitu Langkah identifikasi masalah Langkah ini yaitu untuk melakukan pengenalan terhadap kasus yang dihadapi klien beserta beberapa gejala yang terlihat. Langkah pertama yang dilakukan di lapangan atau dirumah pelayanan sosial disabilitas mental yaitu mengenali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat, tetapi sebelum dilaksanakan proses konseling biasanya

¹⁰⁷ Abror Sodik, Pengantar Bimbingan dan Konseling, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), hlm. 116.

¹⁰⁸ Husnun Nahdhiyyah, "Stages of Crisis counseling interventions on abortus provocatus performers in pregnancy due to rape" (JAGC vol 2 no 2 2021) hlm 3

¹⁰⁹ Sofyan S.Willis, konseling individu, (Bandung: alfabetaa 2014), hlm 160

pekerja sosial sudah mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat, karena pekerja sosial selalu mengamati semua yang dilakukan. Selanjutnya langkah diagnose langkah ini dilakukan pengumpulan data dengan tujuan untuk menentukan masalah yang dihadapi klien dengan disertai latar belakangnya.

Langkah diagnose ini yaitu mengamati penerima manfaat supaya tahu masalah yang dihadapi penerima manfaat, serta apa yang melatar belakangi masalah itu terjadi. Contoh permasalahan yang terjadi disana yaitu marah-marah karena merasa mendapatkan bisikan untuk melakukan hal yang tidak baik yaitu memukul teman yang ada di dekatnya. Selanjutnya yaitu langkah prognosa langkah ini dilakukan dengan cara menentukan bentuk bantuan yang akan diberikan kepada klien, yang akan didasarkan pada penetapan masalah yang dilakukan pada tahap diagnose, sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan diatas yaitu penerima manfaat yang marah-marah karena merasa ada yang mendapat bisikan untuk melakukan hal yang tidak baik kepada penerima manfaat yang lain, kemudian setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi pekerja sosial memberikan pengarahan atau pengertian bahwasannya hal yang dilakukan itu tidak baik, seharusnya ketika mendapatkan bisikan-bisikan seharusnya membaca istiqfar membaca sholawat supaya lebih tenang hatinya, serta memberikan penjelasan hal yang dilakukan itu merugikan orang lain, seharusnya lebih bisa untuk mengendalikan. Terakhir yaitu langkah evaluasi langkah ini yaitu melakukan penilaian atau pengetahuan terhadap seberapa jauh pencapaian hasil dari konseling. Kemudian dilakukan langkah tindak lanjut melihat perkembangan dari hasil konselingnya tahapan ini setelah diberikan nasihat yaitu tahap evaluasi, mengevaluasi hasil dari konseling yang dilakukan serta pekerja sosial juga mengamati secara langsung perkembangan penerima manfaat, ketika dirasa sudah ada perubahan berarti proses konseling yang diberikan dapat dilakukan tetapi jika masih sama maka harus adanya konseling individu lagi.

Menurut *Willis S.Sofyan*¹¹⁰ tahap awal konseling yaitu terjadi sejak klien bertemu dengan konselor hingga berjalan proses konseling

¹¹⁰ Willis S. Sofwan, konseling individu teori dan praktik,(Bandung: CV Alfabeta, 2014), hlm

sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien, kepedulian atau masalah klien. Proses tahap awal yaitu membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, maksudnya yaitu klien terlibat dalam diskusi dengan konselor, pada tahapan ini yaitu klien mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapi dan akan diselesaikannya. Tahapan ini akan berpengaruh pada tahap selanjutnya, klien sebisa mungkin mengungkapkan permasalahannya secara jujur dengan konselor. Tahapan selanjutnya yaitu memperjelas dan mendefinisikan masalah yaitu tugas konselor untuk membantu klien memperjelas permasalahan yang sedang dihadapinya. Selanjutnya yaitu menafsirkan dan penjabaran yaitu mengembangkan permasalahan dan merancang bantuan yang mungkin nanti akan diberikan konselor kepada klien. Terakhir dalam tahap awal yaitu menegosiasi kontrak, perjanjian antara konselor dengan klien. Proses pada tahapan ini yang terjadi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya yaitu mengajak penerima manfaat untuk mencari tempat yang menurut penerima manfaat membuat dia nyaman untuk melakukan konseling dengan waktu yang lama, setelah mendapatkan tempat baru memulai proses konseling. Sebelum melaksanakan proses konseling pekerja sosial pastinya sudah mengetahui permasalahan yang terjadi pada penerima manfaat tetapi pekerja sosial mengajak komunikasi supaya penerima manfaat dapat mengemukakan apa yang sedang dirasakannya. Permasalahan yang sering dialami oleh klien atau penerima manfaat selain marah-marah yaitu kabur dari panti.

Setelah tahap awal yaitu tahapan pertengahan ini yaitu menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien dan kepedulian klien lebih lanjut, tahapan ini konselor mengajak klien untuk mencari alternatif baru terhadap permasalahan yang dihadapinya. Tahapan selanjutnya yaitu menjaga agar konseling selalu terpelihara, antara konselor dan klien di tuntut untuk saling memelihara keramahan, empati, kejujuran, serta keikhlasan. Konseling juga di upayakan berjalan sesuai dengan kontrak yang sudah disetujui diawal. Tahapan ini pekerja sosial menggali lagi mengenai permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaat misalnya permasalahannya karena kabur dari panti, pekerja sosial menanyakan

bagaimana cara dia kabur, lewat mana kaburnya, mau kemana tujuannya, apakah dipanti tidak nyaman atau ada masalah sampai menyebabkan kabur dari panti setelah itu mengajak penerima manfaat untuk berfikir mengenai permasalahannya apakah yang dilakukan itu benar apa salah, bisa merugikan orang lain atau tidak yang bertujuan supaya penerima manfaat mengetahui bahwasannya yang dilakukan itu dapat merugikan dirinya sendiri dan memberikan pengertian bahwasannya yang dilakukan sebaiknya itu tidak dilakukan lagi.

Tahap akhir konseling pada tahapan ini ditandai beberapa hal yaitu perubahan sikap klien kearah yang lebih positif, mulai dapat mengoreksi diri, pada tahap akhir yaitu melihat perkembangan dan perubahan penerima manfaat bisa menjadi lebih baik atau sama saja, jika sudah membaik tetap dalam masa pengawasan tetapi jika masih mengulangi untuk kabur pekerja sosial melakukan konseling lagi dari awal karena menghadapi eks psikotik jarang sekali bisa melakukan konseling cuman sekali saja untuk mendapatkan hasil yang baik atau bisa mengurangi serta mendapatkan perubahan kearah yang lebih baik.

Menurut Prayitno tahap pengantaran, didalamnya menerima klien, keterbukaan, penerimaan positif dan penghargaan, kontak mata, ajakan terbuka untuk berbicara dan penstrukturan. Tahapan ini yang terjadi dilapangan yaitu pekerja sosial atau konselor menerima klien atau penerima manfaat dengan baik, membantu penerima manfaat untuk terbuka menceritakan semua permasalahan yang dihadapinya, ketika penerima manfaat mengemukakan masalahnya pekerja sosial atau konselor melakukan kontak mata karena itu semua salah satu memberikan rasa yang positif kepada penerima manfaat karena merasa ceritanya atau permasalahannya di dengarkan dengan baik.¹¹¹ Tahap penjajakan, didalamnya terdapat pertanyaan terbuka, suasana diam. Pada tahapan ini konselor menanyakan mengenai permasalahannya supaya klien atau penerima manfaat lebih dalam lagi menceritakan permasalahannya. Tahap penafsiran, tahapan ini memberikan penafsiran atau pengertian tentang suatu keadaan. Dalam hal ini bertujuan supaya klien dapat memahami kejadian-kejadian dengan memberikan beberapa pandangan yang

¹¹¹ Prayitno, seri layan konseling, (Padang, 2004), hlm 25

mungkin berkenaan dengan masalah. Tahap pembinaan, didalamnya memberikan contoh, memberikan informasi, memberikan nasihat. Pada tahapan ini yaitu tahap yang penting karena pada tahapan ini konselor memberikan nasihat untuk permasalahan yang sedang dihadapinya, misalnya permasalahan yang dihadapi oleh klien atau penerima manfaat yaitu mengenai marah-marah yang sampe melukai temannya, pada tahapan ini konselor mengajak klien atau penerima manfaat untuk berfikir apakah yang dilakukannya itu benar apa salah. Tahap penilaian, termasuk didalamnya penilaian segera, penilaian jangka pendek, penilaian jangka panjang. Penilaian segera yaitu penilaian yang dilakukan segera setelah pelaksanaan layanan bimbingan konseling, apakah penerima manfaat memahami apa yang telah dibahas didalam proses konseling. Penilaian jangka pendek yaitu penilaian yang dilakukan beberapa waktu setelah diberikan bantuan misalnya satu minggu kedepan apakah penerima manfaat ada perubahan atau tidak. Pemberian bantuan konselor kepada penerima manfaat untuk mengobati dirinya yaitu dengan cara mendekatkan diri kepada Allah, serta berpasrah dengan keadaan yang diberikan kepada Allah. Soalnya ketika diteliti penyebab gangguan kejiwaan karena ketidak sadaran bahwa dirinya tidak mampu mengejar apa yang dicita-citakan, tidak disadarai bahwasannya kemampuan manusia itu sangat terbatas dan ada kelamahannya, jadi dika kegagalan menyimpannya, terjadinya stress, dpresi, dan berbagai macam.

Konseling individu juga menerapkan nilai-nilai keberagamaan pada saat memberikan nasihat atau solusi untuk klien atau penerima manfaat misalnya penerima manfaat ketika mendapatkan bisikan-bisikan yang dapat mengganggu dirinya yaitu penerima manfaat dilatih untuk berzikir untuk mengingat Allah serta supaya lebih tenang suasana hatinya, serta penerima manfaat juga dilatih untuk melksankan solat lima waktu dan sebelum melksankan solat diterpkan untuk membaca sholawatan bersama-sama.

Menurut Abdul Aziz dakwah merupakan Bahasa arap berasal dari kata Da'wah, yang bersumber dari kata Da'a, yad'u da'watan yang berarti panggilan, seruan, undangan atau doa. Abdul Aziz menjalsakan

bahwasannya dakwah berarti menyeru, memanggil, menegaskan atau membela sesuatu, perkataan atau perbuatan untuk menarik umat manusia kepada sesuatu dan memohon atau meminta. Menurut Tata Sukayat unsur-unsur dakwah dibagi menjadi lima yaitu da'I, mad'u pesan dakwah, metode dakwah dan media dakwah.¹¹²

Dari beberapa unsur yang penting dalam kategori dakwah salah satunya yaitu mad'u atau objek dalam berdakwah. Objek dakwah secara umum yaitu semua umat muslim yang ada di dunia, serta sasaran dakwah secara khusus dapat dibedakan menjadi beberapa aspek yaitu dari usia remaja, anak-anak, dewasa. Aspek kelamin berupa pria atau wanita. aspek khusus merupakan tuna sulila, tuna wicara, tuna rungu, narapidana, disabilitas mental.¹¹³

Dari beberapa klasifikasi diatas salah satu sasaran dakwah yaitu penyandang diabilitas. Penyandang disabilitas merupakan setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, mental intelektual, dalam jangka waktu yang lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak. Salah satunya yaitu disabilitas mental seperti orang dalam gangguan jiwa, psikotik, eks psikotik dll yang mengalami gangguan pada jiwa nya yang menyebabkan danya hambatan dalam melakukan interaksi sosial.¹¹⁴

Salah satu bentuk upaya melakukan dakwah terhadap eks psikotik merupakan penerapan dari dakwah irsyad. Dakwaah irsyad adalah suatu kegiatan pokok bimbingan, konseling dan penyuluhan dan kegiatan-kegiatan dengan permasalahan psikologis.¹¹⁵ Dalam penerapan kegiatan dakwah irsyad sangat diperlukan ilmu-ilmudakwah seperti teori yang ada dalam konseling individu. Bimbingan konseling Islam merupakan turunan

¹¹² Sukayat, T., quwantum dakwah, Jakarta: Rineka Cipta, hlm 45

¹¹³ Wahidin Saputra, retorika monologika, kiat dan tips praktis menjadi muballigh, Bogor: Titian Nusa Press, 2011, hlm 279

¹¹⁴ Mentri sosial RI, peraturan mentri sosial RI, no 7 2017, hlm 10

¹¹⁵ Ema Hidayanti, dasar-dasar bimbingan rohani Islam, Semarang: CV Karya Abadi Jaya, 2015, hlm12

dari dakwah bil-qaul yang dilakukan secara individu atau kelompok kecil.¹¹⁶

Pentingnya dakwah irsyad pada eks psikotik yaitu bisa membantu untuk mengarahkan kearah yang lebih baik, di tetapkan dalam peraturan menteri sosial RI bahwasannya rehabilitasi sosial dilaksanakan dalam bentuk motivasi, perawatan, bimbingan mental, bimbingan fisik, bimbingan sosial, bimbingan lanjut.¹¹⁷ Bimbingan mental dalam bentuk konseling individu yaitu berupa pemberian bantuan konselor kepada klien atau penerima manfaat untuk membantu memecahkan suatu permasalahan yang dihadapinya.

Konseling individu yang diberikan kepada penerima manfaat yang bertujuan untuk membantu permasalahan mental berupa emosionalnya, supaya penerima manfaat dapat mengenali dan mengelola emosinya dengan baik, karena permasalahan emosional menjadi salah satu hal yang banyak terjadi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus.

Dakwah yang dilakukan untuk penerima manfaat yang ada dalam rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus salah satunya yaitu konseling karena dakwah merupakan salah satu ajakan untuk melakukan kebaikan begitu juga dengan konseling yang bertujuan untuk mengarah kepada kebaikan yang ada pada eks psikotik atau penerima manfaat supaya bisa untuk melakukan kebaikan-kebaikan yang dimulai dari dirinya sendoro terlebih dahulu.

Hambatan yang terjadi dalam proses konseling dengan eks psikotik yaitu:

1. Konselor harus lebih sabar
2. Konselor harus tahu bagaimana kondisi yang sedang di alami oleh eks psikotik

¹¹⁶ Agus Riyadi dan Hendri Hermawan Adinugraha, “kontruksi konseling Islam dalam struktur dakwah” JAGC UIN Walisongo Semarang2(3):11-38, “ 2021, hlm 13

3. Konselor wajib mengetahui kapasitas yang dimiliki penerima manfaat dalam memahami proses konseling yang dilakukan
4. Konselor harus bisa membawa suasana konseling nyaman sehingga penerima manfaat mampu untuk mengungkapkan perasaan yang dialaminya.

Tabel 4. 1

Keadaan eks psikotik sesudah konseling Eks psikotik golongan kuning

No	Eks Psikotik	Sebelum Konseling	Proses konseling	Sesudah konseling
1	Umu	Emosinya tidak stabil karena belum bisa menerima keadaan yang dialaminya yaitu berpisah dengan suami	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas. 2. Tahap kerja yaitu konselor setelah mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Umu yang emosinya tidak stabil karena tidak menerima keadaan yang sudah berpisah dengan suami konselor mengajak klien berfikir bahwasannya semua yang dialami akan ada pelajaran yang bisa 	Mulai bisa menerima keadaannya yaitu menerima bahwasannya semua yang terjadi itu yang terbaik

			<p>dia ambil, konselor menggunakan metode konseling eklektik</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah dibahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
2	Ratih	Tidak nyaman berada di rumah pelayanan sosial disabilitas sehingga sering berusaha untuk kabur dari panti	<p>1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas.</p> <p>2. Tahap kerja yaitu konselor mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Ratih yang sering kabur dari panti, konselor mengajak klien berfikir bahwasannya apa yang dilakukannya itu benar atau salah, konselor menggunakan metode</p>	Menyadari bahwasannya dirinya memang membutuhkan bantuan supaya bisa kembali pulih dan bisa dikembalikan kepada keluarga kembali

			<p>konseling direktif.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah di bahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
3	Fitri	Tidak bisa menerima keadaan yang sedang dilaluinya	<p>1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihapai oleh penerima manfaatnya secara jelas.</p> <p>2. Tahap kerja yaitu konselor mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Fitri yang emosinya tidak stabil karena tidak menerima keadaan konselor mengajak klien berfikir bahwasannya semua yang dialami akan ada pelajaran yang bisa dia ambil, konselor</p>	Mulai bisa menerima keadaan yang dihadapinya

			<p>menggunakan metode konseling eklektik.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah dibahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
4	Seni	Marah-marahan dan bisa mengganggu penerima manfaat yang lain ketika sedang marahmarahan	<p>1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas.</p> <p>2. Tahap kerja yaitu konselor mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Seni yang emosinya tidak stabil sering marah-marahan, konselor mengajak klien berfikir apa yang dilakukan bisa membahayakan orang lain dan dirinya sendiri,</p>	Sudah tidak sering marahmarahan

			<p>konselor menggunakan metode konseling eklektik.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah dibahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
5	Rastam	Marah-marrah ketika marah bisa melukai penerima manfaat yang lain	<p>1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas.</p> <p>2. Tahap kerja yaitu konselor mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Rastam yang emosinya tidak stabil karena ketika marah-marrah melukai yang lain, konselor menggunakan metode konseling eklektik.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu</p>	Sudah tidak marah- marah, ketika marah dilatih untuk beristiqfar supaya bisa meredakan kemarahannya

			<p>evaluasi dengan apa yang telah di bahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
6	Suryadi	<p>Marah-marah karena tidak bisa menerima keadaannya serta kecewa dengan keluarganya</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas. 2. Tahap kerja yaitu konselor mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Suryadi yang emosinya tidak stabil karena tidak menerima keadaan yang sangat kecewa dengan keluarganya, konselor membrikan pengarahan secara baik terhadap apa yang menjadi pikiran negatif, konselor menggunakan metoe 	<p>Mulai bisa menerima keadaan</p>

			<p>konseling eklektik.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah di bahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
7	Erik	Suka menyendiri dan melukai diri sendiri	<p>1. Tahap awal yaitu membangun hubungan yang baik dengan penerima manfaat, membuat nyaman proses konseling, konselor menggali permasalahan yang dihadapi oleh penerima manfaatnya secara jelas.</p> <p>2. Tahap kerja yaitu konselor setelah mengetahui permasalahan klien atau permasalahan Erik yang sukanya hanya berdiam diri tetapi ketika marah teriak-teriak, mengajak erik untuk berbicara dengan nyaman sehingga erik bisa menceritakan semua yang dirasakan,</p>	Berusaha untuk berintraksi sosial yang baik dengan teman yang lain

			<p>konselor menggunakan metode konseling non direktif.</p> <p>3. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan apa yang telah di bahas dalam proses konseling dan akan dilanjutkan dihari berikutnya supaya klien atau PM lebih memahami lagi.</p>	
--	--	--	--	--

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Menurt hasil penelitian rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, Rehabilitasi yang diberikan kepada penerima manfaat selama dua tahun tetapi jika dalam jangka waktu dua tahun belum setabil

kondisinya masih bisa diperpanjang lagi, akan tetapi jika dalam jangka waktu kurang dari dua tahun sudah pulih dalam semua hal atau sudah bisa menjadi manusia pada umumnya yang bisa menggunakan fungsi sosialnya maka bisa dikembalikan kepada keluarganya.

1. Permasalahan yang terjadi di rumah sosial disabilitas mental muria Jaya Kudus yaitu masih adanya penerima manfaat yang belum bisa untuk menggunakan emosinya dengan positif, masih adanya penerima manfaat yang menggunakan emosi negatif, maka dari itu perlu adanya mengenali dan mengelola emosi karena hal tersebut kunci utama untuk kecerdasan emosi, supaya bisa menggunakan emosinya secara positif. Maka dari itu pentingnya eks psikotik untuk mengenali dan mengelola emosinya karena ketika sudah bisa mengenali dan mengelola emosi eks psikotik akan lebih mudah untuk mengenali emosi orang lain serta lebih bisa untuk hidup bermasyarakat kembali karena tujuan didalam rehabilitasi yaitu mengembalikan eks psikotik di masyarakat atau keluarganya.
2. Penerapan konseling individu yang dilakukan salah satu pemberian bantuan kepada penerima manfaat yang diberikan oleh pekerja sosial dan konselor yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental. Proses konseling yang diberikan kepada penerima manfaat dilakukan ketika penerima manfaat mengalami permasalahan biasanya dilihat dari tingkah laku keseharian penerima manfaat karena pekerja sosial selalu mengawasi semua tingkahlaku yang dilakukan oleh penerima manfaat jadi pekerja sosial tahu ketika penerima manfaat sedang mengalami permasalahan, jadi konseling individu biasanya dilakukan di tempat yang menurut penerima manfaat itu nyaman jadi masalah tempat biasanya pekerja sosial menawarkan sesuai keinginan penerima manfaat karena konseling dengan eks psikotik lebih memerlukan kesabaran yang lebih tinggi dibanding dengan konseling umumnya. Konseling yang dilakukan oleh konselor yaitu mengajak penerima manfaat untuk berfikir lebih jauh lagi mengenai permasalahan yang dihadapinya apakah hal yang dilakukan itu baik atau buruk dan bisa merugikan orang lain, Tahapan konseling yang dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh eks psikotik yaitu menggunakan metode konseling direktif,

konseling non-direktif dan konseling eklektik dengan menggunakan teknik rapport supaya klien merasa nyaman dalam melaksanakan proses konseling dan mampu merubah dirinya kearah yang lebih baik. konseling yang dilakukan biasanya dilakukan beberapa kali untuk mendapatkan hasil yang bagus yaitu penerima manfaat bisa lebih baik lagi atau tidak mengulangi kesalahannya lagi.

B. Saran

Saran untuk rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus supaya memberikan kegiatan yang lebih lagi untuk penerima manfaat supaya penerima manfaat tidak mengalami kebosanan yang banyak ketika berada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. Semoga seluruh pekerja sosial diberikan kesabaran untuk mengurus peberima manfaat yang ada di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus, dan penerima manfaat supaya cepat sembuh dan bisa kembali kepada kelaurag masing-masih dirumah.

C. Kata penutup

Mengucapkan syukur Alhamdulillah akhirnya penulisan sekripsi dengan judul “konseling individu untuk mengenali dan mengelola emosi untuk eks psikotik dirumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus dapat diselesaikan dengan baik. Penulis menrima saran dan keritik untuk kesempurnaan sekripsi ini serta mengucapkan terimakasih kepada Universitas Islam Negeri Walisongo yang sudah memberikan banyak pelajaran, serta rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus yang sudah menerima penulis untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk kelancaran skripsi ini, dengan menadahkan kedua tangan memohon pertolongan kepada Allah, semoga skripsi ini bermanfaat bagi doro saya sendoro dan bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Almunafisah, Ulva. 2020. *Konseling Individu untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*.
- Asti Mustam, 2018, *berdamai dengan emosi*, Jakarta
- Agus Riyadi dan Hendri Hermawan Adinugraha. 2021. “kontruksi konseling Islam dalam struktur dakwah” JAGC UIN Walisongo Semarang2(3):11-38, “
- Ahmad. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Baihaqi dan Sunardi. 2007. *Konsep Dasar Dan Gangguan-Gangguan*. Bandung. Refika Aditama.
- Baihaqi dan Sunardi. 2007. *Konsep Dasar Dan Gangguan-Gangguan*. Bandung. Refika Aditama.
- Chaplin, J.P. 2002. *Kamus lengkap psikologi (Alih bahasa: DR. Kartini Kartono)*. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Chulaifah dan Prastyowati. 2016. *Pedoman Pelayanan Dan Rehabilitasi Social Penyandang Cacat Mental Eks Psikotik*, Vol 15 No 1.
- Chornelius Hutagaol. 2021. “Cyberbullying behavior: A study of emotional maturity Yogyakarta Students”. JAGC, Vol 2 no 1 2021 1-10.
- Chulaifah dan Prastyowati, Sri. 2016. *Tingkat Keberhasilan Rehabilitasi Gelandangan Eks-psikotik*.
- Djumhur Ulama. 1975. *bimbingan dan penyuluhan disekolah*. Bandung: Ilmu.
- Daniel Goleman. 1996. *Emotional Intelligence: mengapa EI lebih penting dari pada EQ*. Terjemahan. Jrakarta: gramedia.
- Rakhmat, Jalaludin. 2021. *Psikologi komunikasi*. Bandung:PT. Remaja Rosdakarya.
- Desmita. 2010. *psikologi perkembangan*. Rosda.
- Enung, Fatimah. 2006. *psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik*. Bandung: pustaka setia.
- Erik. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Elfi Rimayati, Sri Sayekti. 2021. “gambaran keteraampilan koping narapidana penjara wanita di Semarang. JAGC vol 2 no 1.
- Fitrah, M. 2018. *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. CV Jejak (Jejak Publisher).

- Ftri. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Fifin. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Fahrurrozi dan Damayanti R. 2021. “ the effort of counseling guidance teacher in developing student learning motivation” JAGC UIN Walisongo vol 2 no 1.
- Frijda, N. H.,1986. *the emosional*, Cambridge: Cambridge University press.
- Goleman, Daniel. 2009. *Emotional Intelligence*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, I. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif* . Jakarta. Bumi Aksara.
- Gunarsa, S. D.1996. *konseling dan psikotrapi*. Gunung Mulia.
- Hamdun, Dudung. 2013. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga.
- Hidayanti, Ema. 2015. *dasar-dasar bimbingan rohani Islam*. Semarang: CV Karya Abadi Jaya.
- Hallen, A. 2005. *Bimbingan dan konseling*. Ciputat: Quantum Teaching.
- Hartono dan boy seodarmadji. 2012. *psikologi konseling*. Jakarta: kencana prenada media group.
- Husnun Nahdhiyyah. 2021. “Stages of Crisis counseling interventions on abortus provocatus performers in pregnancy due to rape” .JAGC vol 2 no 2.
- Helmi, Arvin., 2000. gaya kelekatan dan konsep diri. *Jurnal psikologi*. no 1, 9-17
- Jhon W. Cresswell. 2015. *penelitian kualitatif dan desain riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Iing. 2022. pekerja sosial. wawancara 12 september 2022. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Karnadi dan Kundarto. 2014. *Model Rehabilitasi Social Gelandangan Psikotik Berbasis Masyarakat (Studi Kasus Di Ponpes/Panti REHSOS Nurusslam Sayung Demak)*. *Jurnal At-Taqaddum*.
- Khairani, Makmun. 2014. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta. Aswaja.
- Kusumawati, Farida dan Yudi Hartono. 2010. *buku ajaran keperawatan jiwa*. Jakarta: salemba Medika.
- Komarudin. 2015. “mengungkapkan landasan filosofis keilmuan bimbingan konseling Islam” *jurnal Ihya’ Ulum Al-Din* vol 17 no 2.
- Kartini Kartono. 1999. *psikologi umum*. mandar maju.
- Kusno. 2022. pekerja sosial. wawancara di panti disabilitas mental. 14 september. pukul 09.30

- Kementrian Kesehatan RI. 2019. *profil kesehatan Indonesia*.
- Kementrian kesehatan RI. 2020. profil kesehatan Indonesia. Lumingkewas, Priscilla E dan Pasiak, Taufiq F. 2017. *Indicator Yang Membedakan Gejala Eks Psikotik Dengan Pengalaman Spiritual Dalam Prspektif Neurosains* vol 5 no 2.
- Lumingkewas, Priscilla E dan Pasiak, Taufiq F. 2017. *Indicator Yang Membedakan Gejala Eks Psikotik Dengan Pengalaman Spiritual Dalam Prspektif Neurosains* vol 5 no 2.
- Iing. 2022. *pekerja sosial*. wawancara pada tanggal 28 juli.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. CV Pustaka Setia.
- Muria Astuti, dkk. 2015. *efektivitas pelayanan panti sosial penyandang disabilitas tubuh*. Jakarta: p3ks press.
- Mentri sosial RI. 2017. peraturan menteri sosial RI. no 7.
- Muhammad, Budi Taftazani,. 2017. *prosiding penelitian dan pengabdian kepada masyarakat*. vol 4 no 1.
- Maryatul Kibtiyah. 2015. pendekatan bimbingan konseling islam bagi korban pengguna narkoba. (jurnal ilmu dakwah, vol 35 no 1.
- Mekarisce, A. A. 2020. *Teknik Pemeriksaan Kebsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat, (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat, Vol 12 No 3*.
- Nur. 2022. *pegawai sosial*. wawancara pada 28 Juli.
- Observasi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya Kudus. 2022. hari rabu 7 September.
- Prayitno. 2014. *seri layanan konseling*. Padang.
- Peneliti. 2022. observasi di rumah pelayanan sosial disabilitas mental Muria Jaya. 12 september.
- Prasetya, Akhmad Fajar. 2017. “*Model Cybercounseling: Telaah Konseling Individu Online Chat-Asynchronous Berbasis Aplikasi Android*”. *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*. Vol. 1 No. 1.
- Prayitno dan Amti, Emran. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta.
PT Rineka Cipta.
- Purhantara, Wahyu. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis*. Yogyakarta.
Graha Ilmu.
- Rakhmat, Jalaludin. 2021. *Psikologi komunikasi*. Bandung:PT. Remaja Rosdakarya.
- Ratih. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Rastam. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.

- Sodik, Abror. 2015. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta. Aswaja Pressindo.
- Setiawan. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Safaria, T dan Saputra, NE. 2009. *manajemen emosi*. Jakarta: Bumi aksara.
- Suryadi. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Sukayat, T. 2009. *quwantum dakwah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistiowati. 2022. pekerja sosial. wawancara di panti disabilitas mental. 14 september. pukul 09.00
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung. Alfabeta.
- Syamsu Yusuf. 2016. *konseling individu*. Refika Aditaman.
- Sofyan S. Willis. 2014. *konseling individu teori dan praktek*. Bandung: alfabetaa.
- Sugiyono. 2021. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif Dan R&B*. Bandung. Alfabeta.
- Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta. Rajawali Pers.
- Triantoro safaria. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. hlm. 36-37.
- Trisliatanto, Dimas Agung. 2020. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. ANDI.
- Umu. 2022. penerima manfaat. wawancara 12 september. pukul 13.00 di panti sosial disabilitas mental Muria Jaya.
- Ulin Nihayah. 2016. “peran komunikasi interpersonal untuk mewujudkan kesehatan mental bagi konseli”. (islamic communication journal vol 01, mei-oktober.
- Wajdi, F., Fadhilah, D & Mushlihin, M. 2020. *Pesantrents And Multicultural Value In A Multi-Ethnic Society*. Penamas, 33(2).
- Widyawati, Arum. 2018. *Pelaksanaan Konseling Individual untuk Pembinaan Kemandirian Penyandang Eks Psikotik di Panti Pelayanan Sosial Eks Psikotik Samekto Karti Pemalang*.
- Widayat Mintarsih. 2017. *pendampingan kelas ibu hamil melalui layanan bimbingan dan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan proses persalinan*. jurnal SAWWA. vol 12 no 2.
- Wahidin Saputra. 2011. *retorika monologika: kiat dan tips praktis menjadi muballigh*. Bogor: Titian Nusa Press.

LAMPIRAN

Gambar 1 proses konseling







Gambar 2 menggali latar belakang penerima manfaat / eks psikotik





Gambar 3 informasi dari pekerja sosial





Gambar 4 mengikuti kegiatan penerima manfaat







Gambar 5 ruangan konseling



