

BAB II LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Layanan Konseling Islam

a. Pengertian Layanan Konseling Islam

Menurut wawasan Bahasa Arab kata konseling disebut *Al-Irsyad* الإِرْشَادُ atau *Al-Istisyarah* الإِسْتِشَارَةُ, dan kata bimbingan disebut *Attaujiḥ* التَّوْجِيْهُ. Secara istilah konseling dapat diartikan sebagai petunjuk dan bimbingan diartikan sebagai nasehat yang diberikan kepada orang yang sedang mengalami kesulitan dan kemudian meminta bantuan kepada orang yang dianggap mampu memberikan bantuan seperti halnya konselor⁹.

Adapun layanan konseling Islam menurut Sutoyo ialah cara individu (konselor) untuk membantu individu lain (konseli) dalam belajar mengoptimalkan fitrah diri atau kembali kepada fitrah, dengan cara meningkatkan iman, akal dan kemauan yang dikaruniai oleh Allah kepada individu untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah diri yang pada individu itu berkembang secara positif dan kukuh¹⁰.

Menurut Abdul Basit, konseling Islam adalah kegiatan yang mengarahkan individu lain (konseli) untuk melakukan segala perbuatan yang baik dan meninggalkan perbuatan yang dianggap buruk, serta mendamaikan konseli yang sedang berselisih dengan membantu mengarahkan benang merah dari inti permasalahan diantara konseli yang berselisih¹¹.

Dari penjelasan beberapa para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling Islam merupakan pendekatan yang mengupayakan optimalisasi potensi manusia sebagai fitrah yang diberikan kepada Allah sebagai makhluk sosial. Dengan landasan Al-Qur'an dan As-Sunnah sebagai sumber utama dalam memberikan

⁹ Muhammad Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Koseling Islam* (Yogyakarta : Deepublish, 2019), 14

¹⁰ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2013), 22

¹¹ Abdul Basit, *Konseling Islam* (Jakarta : Kencana, 2017), 10

solusi penyelesaian permasalahan yang dihadapi individu. Sebagaimana firman Allah dalam QS. An-Naas ayat 1 sebagai berikut :

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (١)

“ Katakanlah : Aku berlindung kepada Tuhan (yang memelihara dan menguasai) manusia.”

b. Tujuan Layanan Konseling Islam

Tujuan layanan konseling Islam secara umum yaitu untuk membantu konseli untuk menambah wawasan dan pengertian konseli mengenai posisi dirinya, memahami kondisi keadaan dan suasana yang sedang dihadapi. Konselor membantu konseli agar berani mengambil keputusan yang diambil konseli dengan berbagai macam resiko yang harus dihadapi dalam setiap keputusan yang diambil.¹²

Tujuan dari konseling adalah membantu individu (konseli) agar memiliki sikap, kesadaran, pemahaman dan perilaku sebagai berikut¹³ :

- 1) Memiliki kesadaran mengenai hakikat dirinya sebagai makhluk sosial dan seorang hamba Allah.
- 2) Memiliki kesadaran tentang fungsi hidupnya sebagai khalifah di dunia.
- 3) Memahami dan menerima semua kekurangan yang ada dalam dirinya.
- 4) Memiliki kebiasaan hidup yang sehat.
- 5) Menciptakan hidup sebagaimana mestinya bagi yang sudah berkeluarga.
- 6) Memiliki pondasi agama dalam hidupnya sebagai dasar hidup di dunia.
- 7) Mempunyai sikap dan pikiran yang positif dari setiap kejadian yang dialami.
- 8) Mampu menghadapi permasalahan hidupnya secara mandiri.
- 9) Mengerti dan memahami kondisi dirinya secara utuh.
- 10) Mampu mengambil hikmah dari segala peristiwa yang terjadi dalam hidupnya.

¹² Puji Prihwanto,dkk, *Konseling Lintas Agama dan Budaya Strategi Konseling di Era Modern* (Guepedia, 2019), 24

¹³ Abdul Basit, *Konseling Islam* (Jakarta : Kencana, 2017), 12

Tujuan layanan konseling Islam yaitu untuk menghasilkan suatu perubahan pada diri konseli mulai dari kesehatan dan kebersihan baik secara jasmani maupun rohani.¹⁴ Untuk menyelesaikan suatu permasalahan individu dapat dimulai dari diri sendiri melalui pendekatan diri kepada Allah melalui penyesuaian diri baik secara mental, jasmani dan rohani. Percaya akan ketentuan Allah bahwa suatu permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Seperti halnya Firman Allah Q.S Al Insyirah Ayat 5-6

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦)

“ Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

Jadi dari pendapat beberapa ahli diatas, tujuan dari bimbingan dan konseling Islam adalah untuk membantu seseorang dalam menyelesaikan permasalahannya melalui segala potensi yang ada dalam dirinya secara mandiri

c. Fungsi Layanan Konseling Islam

Macam-macam fungsi dari layanan konseling Islam menurut Kuliayatun adalah sebagai berikut¹⁵ :

- 1) Fungsi pencegahan, diterapkan dalam menangani masalah untuk mengantisipasi terjadinya masalah dan melakukan pencegahan agar terhindar dari terjadinya masalah tersebut.
- 2) Fungsi Pemahaman, dilaksanakan agar membangun chemistry atau sikap saling memahami diantara konselor dan konseli.
- 3) Fungsi Pengentasan, upaya penyelesaian permasalahan yang dialami konseli dengan keputusan yang bijak, sesuai dan tepat.
- 4) Fungsi Pemeliharaan, dilakukan konselor untuk mengembanseli gkan kebiasaan positif pada diri konseli setelah menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi konseli dengan tujuan menghindarkan konseli agar tidak mengulangi masalah yang terjadi pada dirinya.

¹⁴ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2013),25

¹⁵ Kuliayatun, *Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa SMA, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 2, no. 1 (2020) : 104

Beberapa fungsi layanan konseling Islam menurut Fuad Anwar adalah sebagai berikut¹⁶ :

- 1) Fungsi Pemahaman, dalam proses konseling membantu konseli memahami keadaan dirinya sendiri dan lingkungan dimana konseli berada, dengan pemahaman tersebut diharapkan konseli mampu mengoptimalkan potensi pada dirinya dan menyesuaikan solusi yang harus diambil dalam menghadapi permasalahannya secara mandiri.
- 2) Fungsi Fasilitasi, memberikan akses kemudahan pada diri konseli untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri konseli melalui dukungan, pemahaman dan motivasi.
- 3) Fungsi Penyesuaian, membantu konseli agar mampu menciptakan sikap dinamis pada diri konseli agar mampu menelaraskan dirinya dengan lingkungannya.
- 4) Fungsi Penyaluran, memberikan kesempatan konseli untuk menyampaikan apapun yang ingin disampaikan konseli kepada konselor.
- 5) Fungsi Adaptasi, memberikan bantuan kepada konseli agar mampu menyesuaikan dirinya dengan segala keadaan dan kondisi yang sedang dialami.
- 6) Fungsi Pencegahan, cara konselor untuk mengantisipasi permasalahan dan mencegah agar permasalahan tersebut tidak dialami konseli.
- 7) Fungsi Perbaikan, membantu konseli apabila konseli melakukan kesalahan, mulai dengan menjernihkan pola pikir dan sikap konseli Ketika menghadapi masalah.
- 8) Fungsi Penyembuhan, dalam proses konseling menggunakan teknik dan metode yang disesuaikan dengan permasalahan konseli sebagai upaya menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi konseli.
- 9) Fungsi Pemeliharaan, upaya konselor setelah kegiatan konseling agar konseli tetap berada pada kondisi yang kondusif dalam menyelesaikan permasalahannya.

¹⁶ Muhammad Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta : Deepublish, 2019), 10-13

- 10) Fungsi Pengembangan, upaya yang dilakukan agar konseli mampu menghadapi permasalahan yang dihadapi secara mandiri dan bijaksana.

Melalui beberapa fungsi yang dipaparkan diatas dalam kegiatan bimbingan dan konseling Islam berguna dalam mengeksplorasi kemampuan konseli dan permasalahan yang dihadapi konseli, sehingga konselor dengan mudah untuk mengarahkan konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

d. Unsur-Unsur Layanan Konseling Islam

Dalam proses konseling dapat berjalan efektif apabila memenuhi unsur-unsur yang harus ada dalam kegiatan layanan konseling sebagai berikut¹⁷ :

- 1) Konselor, seseorang yang memiliki kemampuan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi individu lain (konseli) dengan pengetahuannya yang dipercaya konseli. Menyetujui beberapa kesepakatan yang disetujui kedua belah pihak dalam kode etik konseling. Seseorang yang memiliki lisensi dalam praktik konseling dan memiliki kualifikasi sebagai konselor.
- 2) Konseli, seseorang yang datang dengan berbagai permasalahan yang dihadapi dan meminta bantuan kepada seorang konselor dengan harapan dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Melalui kesepakatan yang disetujui kedua belah pihak diawal pertemuan.
- 3) Masalah, suatu persoalan yang dianggap suatu individu sebagai beban yang dirasa memberatkan individu.
- 4) Materi, topik pembahasan yang ingin diselesaikan dengan berbagai metode dan teknik dalam konseling untuk menyelesaikan suatu masalah.
- 5) Metode, pendekatan melalui teknik-teknik dalam ketrampilan konseling untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi konseli.
- 6) Tujuan, harapan yang ingin dicapai antara kedua belah pihak dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dibahas serta adanya kemandirian pada jiwa

¹⁷ Namora Lumonggo Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik* (Jakarta : Kencana, 2011), 45-48

konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang mungkin akan dihadapi dimasa depan.

Kegiatan layanan konseling haruslah memenuhi unsur-unsur diatas agar dapat terlaksananya kegiatan bimbingan dan konseling secara sistematis dan prosedural.

e. Asas Layanan Konseling Islam

Layanan konseling Islam memiliki pondasi yang kuat karena bersumber pada Al-Qur'an, sehingga syarat utama pelaksanaan konseling Islam adalah percaya atas kekuasaan Allah Ta'ala mengenai segala sesuatu yang terjadi di muka bumi ini atas kehendak Allah. Sebagaimana Al-Qur'an Surah Ali Imran ayat 138 sebagai berikut :

هَذَا بَيَانٌ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ (١٣٨)

“ Al Qur'an ini adalah penerang bagi seluruh manusia dan petunjuk serta pelajaran bagi orang-orang yang bertaqwa”

Dalam layanan konseling terdapat asas-asas yang wajib ada dalam kegiatan konseling kemudian disepakati oleh konselor dan konseli, berikut asas-asas dalam kegiatan konseling¹⁸ :

- 1) Asas Kerahasiaan, dalam kegiatan konseling seorang konselor wajib menjaga rahasia konseli baik berupa keterangan maupun data yang diberikan konseli.
- 2) Asas Suka Rela, seorang konseli datang kepada konselor dengan kemauannya sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain.
- 3) Asas Keterbukaan, dalam proses konseling seorang konseli harus menceritakan permasalahannya secara jujur dan terbuka. Tidak boleh ada keterangan yang dibuat-buat, palsu ataupun ditutupi.
- 4) Asas Kemandirian, saat proses konseling seorang konselor diharapkan mampu mengarahkan konseli dalam menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.
- 5) Asas Kekinian, dalam proses konseling diharapkan membahas permasalahan yang sedang dihadapi sekarang.

¹⁸ Maturidi, *Praktis Memahami Teori-Teori yang Mendasari Bimbingan dan Konseling* (Guepedia, 2021), 17-19

- 6) Asas Kegiatan, saat proses konseling berlangsung konseli diharapkan aktif secara kehadiran dan memberikan keterangan kepada konselor.
- 7) Asas Kedinamisan, proses konseling diharapkan memberikan pengaruh kepada konseli melalui perubahan pola pikir dan tingkah laku yang lebih positif.
- 8) Asas Keterpaduan, usaha konselor dalam proses konseling agar mampu mengajak adaptasi konseli dengan baik dalam menghadapi situasi, kondisi, dan dengan siapa konseli berbaur.
- 9) Asas Kenormatifan, pelaksanaan konseling haruslah mematuhi norma-norma yang berlaku dimana proses konseling itu berlangsung dan dengan siapa konseli yang datang.
- 10) Asas Keahlian, proses konseling harus dipimpin oleh konselor yang sudah terlatih kemudian disusun dengan sistematis sesuai prosedur, metode dan teknik dalam konseling
- 11) Asas Tut Wuri Handayani, apabila dibelakang memberikan dukungan, jika ditengah memberikan dorongan dan apabila didepan memberikan semangat. Konsep ini dapat dilakukan konselor kepada konseli saat konseling.

f. Metode Layanan Konseling Islam

Metode yang digunakan konselor dalam proses konseling sangatlah bermacam-macam. Konselor dianggap profesional apabila mampu memilih metode yang tepat dalam proses konseling, setiap individu dan permasalahan terkadang menggunakan metode lebih dari satu.

Metode layanan konseling Islam menurut Atikah dalam jurnal ilmiah yang berjudul Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Pada Anak-Anak dibagi menjadi 2 berikut penjelasannya¹⁹ :

- 1) Metode Langsung, merupakan metode yang paling sering digunakan dalam proses konseling. Kegiatan konseling secara langsung melalui pertemuan dan

¹⁹ Atikah, Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Pada Anak-Anak, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no.1 (2015), 147-148

berbicara antara mata ke mata. Metode langsung ini ada 2 model yaitu:

- a) Metode Individual, kegiatan konseling yang terdiri dari 1 konselor dan 1 konseli dalam suatu tempat serta bersifat sangat rahasia, karena hanya konseli dan konselor yang tau mengenai permasalahan yang dialami konseli.
 - b) Metode Kelompok, kegiatan konseling yang terdiri dari 1 konselor dan konseli yang terdiri dari 5-10 orang dalam satu forum untuk membahas satu permasalahan yang diselesaikan secara kelompok melalui musyawarah dan penyampaian pendapat dari tiap-tiap anggota.
- 2) Metode Tidak Langsung, kegiatan konseling melalui bantuan alat media seperti sosial media dalam membahas suatu permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Metode tidak langsung ini juga bisa digunakan untuk metode individual maupun metode kelompok, namun dengan menggunakan metode tidak langsung ini banyak konseli yang kurang puas karena kurangnya efektifitas kegiatan konseling.

Menurut Syanawi (1994) dalam buku berjudul *At Taujih Wal Irsyaadun Nafsi Minal Qur'anil Karim Was-Sunnatin Nabawiyah* membahas mengenai metode dalam layanan konseling Islam sebagai berikut²⁰ :

- 1) Metode Umum, banyak digunakan dalam bentuk nasihat, penjernihan pola pikir dan perbaikan sikap konseli dalam menghadapi permasalahannya.
- 2) Metode Motivasi, dorongan yang diberikan konselor untuk membangkitkan semangat konseli melalui memahami emosional yang ada dalam jiwa konseli kemudian memberikan doktrin-doktrin positif yang membangkitkan semangat.
- 3) Metode Perilaku, pengarahan yang diberikan konselor atas apa saja konsekuensi dari tiap-tiap pilihan yang ingin diambil konseli.

²⁰ Musfir, *At Taujih Wal Irsyaadun Nafsi Minal Qur'anil Karim Was-Sunnatin Nabawiyah* (Depok : Gema Insani, 2005), 89

2. Pendekatan Konseling Gestalt

a. Pengertian Konseling Gestalt

Konseling Gestalt menurut penemunya yaitu Firtz Pearl menurutnya orang dengan kepribadian sehat adalah orang yang “disini dan kini” dimana seseorang yang bertanggung jawab atas dirinya sendiri dimasa kini dan masa depan, mampu mengungkapkan kebencian terhadap sesuatu secara terang-terangan, tidak mengejar kebahagiaan dunia, mampu mengatakan tidak kepada suatu hal yang tidak dinginkannya.²¹

Menurut Yontef konseling Gestalt adalah bagaimana cara pandang kita melihat dunia, bagaimana kita berkontribusi untuk menciptakan pengalaman dan bagaimana kita mengatur dunia kita sendiri. Para konseli akan didukung dan dibimbing dalam bereksperimen dengan perilaku baru sebagai cara untuk meningkatkan diri.²²

Menurut Zinker, penelitian Gestalt berada pada pengalaman hidup yang akan ditampilkan fase dimana mereka tumbuh dan berkembang dalam masyarakat.²³ Sedangkan, menurut Gunarsa cara pandang konseling Gestalt untuk mengetahui suatu hal kita harus melihatnya secara keseluruhan, jika kita melihat hanya sebagian saja maka kita akan kehilangan bagian penting dalam pandangan diri dari seseorang.²⁴

Menurut Corey Gestalt memandang manusia sebagai secara positif yang memiliki kemampuan untuk memikul tanggung jawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai manusia seutuhnya.²⁵ Menurut Triantoro Safaria Gestalt merupakan pendekatan dengan percaya bahwa individu

²¹ Khakam Umam Asnawi, Konsep Konseling Gestalt Berbasis Islam Untuk Membantu Meningkatkan Bersosialisasi Dan Adaptasi Siswa Di Sekolah , *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 14, no.1 (2017), 4

²² Namora Lumongga Lubis dan Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta : Kencana, 2016), 157

²³ Namora Lumongga Lubis dan Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta : Kencana, 2016), 158

²⁴ Gerald Corey, Terj. Mulyarto, *Teori dan Praktek Dari Konseling dan Psikoterapi* (Semarang : IKIP Semarang, 2003), 159

²⁵ Gerald Corey, Terj. Mulyarto, *Teori dan Praktek Dari Konseling dan Psikoterapi* (Semarang : IKIP Semarang, 2003), 160

dilahirkan dengan kemampuan dan sumber daya untuk berada dalam kontak hubungan sosial dengan orang lain.²⁶

Pendekatan konseling Gestalt ini merupakan cara pandang individu sebagai manusia yang aktif untuk keseluruhan hidupnya. Adanya kerjasama yang dinamis diantara komponen-komponen tubuh manusia seperti halnya organ tubuh, pikiran, hati dan jiwa manusia haruslah selaras agar seimbang dalam pengaplikasian tingkah lakunya dalam sehari-hari.

b. Penerapan Pendekatan Gestalt Dalam Konseling Islam

Melalui pendekatan gestalt dalam proses konseling, konseli diharapkan mampu mengungkapkan permasalahan yang tak selesai (unfinished business). Seperti halnya perasaan dendam, sakit hati, kecewa, merasa berdosa, merasa diabaikan, dan lainnya. Karena perasaan tersebut tidak dapat diutarakan sehingga perasaan tersebut akan tetap tinggal dalam ingatan dan fantasi seseorang²⁷.

Permasalahan yang tak selesai (unfinished business) tidak bisa diungkapkan secara sadar sehingga ingatan dan perasaan itu akan tetap tinggal dalam diri seseorang hingga seseorang tersebut mampu menyelesaikan permasalahannya tersebut.

Bentuk konseling Islam gestalt dapat dilakukan secara kelompok maupun individu. Dalam kegiatan konseling Islam menggunakan pendekatan gestalt mengaplikasikan asas-asas Islam sebagai landasan pola pikir konseli sebagai makhluk Allah, dimana segala sesuatu yang terjadi dimuka bumi adalah kehendak Allah. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al An'am ayat 59 :

وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يُعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ
وَرَقَةٍ إِلَّا يُعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٍ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٍ وَلَا يَابِسٍ إِلَّا فِي كِتَابٍ
مُبِينٍ (٥٩)

“Dan kunci-kunci semua yang ghaib ada pada-Nya, tidak ada yang mengetahui selain Dia. Dia mengetahui apa yang di darat dan di laut. Tidak ada sehelai daun pun yang gugur

²⁶ Triantoro Safarina, *Terapi dan Konseling Gestalt* (Yogyakarta : Graha Ilmu, 2005), 8

²⁷ Namora Lumongga Lubis dan Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta : Kencana, 2016), 124

yang tidak diketahui-Nya. Tidak ada sebutir biji pun dalam kegelapan bumi dan tidak pula sesuatu yang basah atau kering, yang tidak tertulis dalam kitab yang nyata (Lauhul Mahfudz).”

Melalui konseling dengan pendekatan gestalt diharapkan membantu konseli agar mampu bersosialisasi secara harmonis dan dinamis di masyarakat. Konsep dasar dari pendekatan gestalt adalah pencapaian kesadaran, berikut ini kriteria kesadaran menurut Subadi dalam buku Psikoterapi yaitu²⁸ :

- 1) Kesadaran dirasa efektif apabila didukung sesuai dengan kebutuhan individu.
- 2) Kesadaran tidak akan terpenuhi tanpa adanya pengertian secara spontan mengenai situasi yang sedang dihadapi.
- 3) Kesadaran sesuatu yang selalu terjadi melalui pengindraan panca indra.

c. **Proses Konseling Gestalt**

Konselor mempunyai focus pada pokok permasalahan konseli dan hambatan-hambatan yang disadari konseli. Saat ini konselor bertugas untuk memberikan dorongan kepada konseli mengenai potensi yang ada pada konseli sehingga mampu dioptimalkan secara maksimal dan mencoba menghadapi permasalahannya secara sadar dan mandiri.

Saat pertama proses konseling, konselor harus menghindari penilaian-penilaian yang abstrak pada konseli dan menghindari kalimat-kalimat nasihat. Ubah hal-hal tersebut dengan menjernihkan hambatan-hambatan yang dihadapi konseli agar konseli memahami hambatan yang sedang dihadapi serta bagaimana cara menyingkirkan hambatan tersebut agar konseli mampu menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.

Mendorong semangat konseli agar dapat bangkit dan berani menghadapi permasalahannya dengan

²⁸ Subadi, *Psikoterapi* (Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM : Pustaka Belajar, 2012), 117

mengembangkan potensi yang ada pada diri konseli. Beberapa fase dalam proses konseling gestalt yaitu²⁹ :

- 1) Fase pertama, saat perjumpaan pertama kali konselor harus membangun rasa nyaman konseli agar proses konseling dapat berjalan lancar.
- 2) Fase kedua, menyampaikan kesepakatan dalam proses konseling yang harus disepakati kedua belah pihak.
- 3) Fase ketiga, konselor mempersilahkan konseli untuk mengutarakan semua permasalahan yang sedang dihadapi saat proses konseling berlangsung.
- 4) Fase keempat, saat konseli menyadari dan memahami permasalahan yang dihadapi, tingkah lakunya , pola pikirnya dan perasaannya hingga pada fase ini konselor bertugas untuk memberikan support kepada konseli mengenai hakikatnya sebagai manusia yang sempurna dan unik.

d. Teknik Konseling Gestalt

Terapi Gestalt memiliki banyak teknik yang dapat digunakan untuk membantu konseli mencapai titik kesadarannya. Teknik-teknik ini digunakan berdasarkan gaya pribadi konselor yang diselaraskan dengan konseli. Menurut Gunarsa berikut ini adalah teknik terapi Gestalt, yaitu³⁰ :

- 1) **Pengalaman Sekarang**, konseli akan diarahkan merasakan dan mengingat masa lalu dan masa yang akan datang dengan pengalaman yang dijalani sekarang.
- 2) **Pengarahan Langsung**, konselor memberikan pengarahan secara terus menerus hal yang harus dilaksanakan konseli berdasarkan pernyataan yang harus diberikan kepada konseli.
- 3) **Perubahan Bahasa**, konseli didorong agar dapat merubah pertanyaan dalam bentuk pernyataan.
- 4) **Teknik Kursi Kosong**, konseli diarahkan untuk berdialog dengan bayangan orang lain yang duduk di kursi dekat dengan konseli, nantinya konseli diminta untuk bermain peran dengan arahan konselor.

²⁹ Muhammad Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling* (Yogyakarta : Deepublish, 2018), 102

³⁰ Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek* (Jakarta : Kencana, 2011), 163-164

- 5) **Berbicara dengan bagian dari dirinya sendiri**, konseli melakukan percakapan antara bagian-bagian yang ada dalam dirinya sendiri sehingga menimbulkan konflik batin.

Levitsky dan Perls menjelaskan sejumlah Teknik permainan yang dapat digunakan dalam konseling Gestalt, sebagai berikut³¹ :

- 1) **Permainan dialog**, biasa disebut dengan teknik kursi kosong
- 2) **Saya memikul tanggung jawab**, konseli diminta untuk menambahkan kalimat “ dan saya bertanggung jawab untuk itu” agar konseli dapat mengakui dan menerima perasaannya.
- 3) **Saya memiliki suatu rahasia**, teknik untuk mengeksplorasi perasaan apapun konseli dan digunakan untuk membentuk kepercayaan terhadap orang lain.
- 4) **Bermain proyeksi**, memainkan peran dalam mengungkapkan pernyataan sesuai dengan perasaan yang dialami.
- 5) **Teknik pembalikan**, konseli diminta untuk memainkan peran yang bertolak belakang dengan pernyataan konseli tentang kepribadiannya.
- 6) **Permainan ulang**, permainan berbagi pengulangan satu sama lain untuk memenuhi harapan orang lain dan dapat menerima kesadaran atas dirinya.
- 7) **Melebih-lebihkan**, konseli diminta untuk melakukan gerakan ataupun ekspresi untuk mengungkapkan perasaannya.
- 8) **Bisakah anda tetap dengan perasaan ini?**, teknik ini digunakan agar konseli tidak menghindari perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak menghindarinya.

3. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia percaya diri merupakan percaya kepada kemampuan diri, potensi diri dan kekuatan diri sendiri³²

³¹ Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek* (Jakarta : Kencana, 2011), 166-168

³² Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta, Gramedia, 2008), 256

Menurut Thantaway dalam bukunya Denieda Fanun yang berjudul “Percaya Diri Harga Mati” berpendapat bahwa percaya diri merupakan keyakinan terhadap diri sendiri mengenai potensi yang ada dalam dirinya dan mampu merealisasikan apa yang ingin dilakukan secara maksimal³³.

Percaya diri merupakan respon positif yang muncul dalam diri seseorang terhadap rangsangan dari luar. Sehingga percaya diri merupakan respon positif yang dibentuk oleh diri melalui pola pikir yang positif. Percaya diri adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan seseorang, dengan percaya diri seseorang mampu membangun harapan terhadap potensi yang ada dalam dirinya. Apabila pengharapan tersebut tidak berhasil, orang dengan kepercayaan diri dalam dirinya akan menerimanya secara positif.

Dalam agama Islam percaya diri sangat dianjurkan, mendorong umat Islam agar memiliki pola pikir yang positif dan merasa menjadi ciptaan Allah yang sempurna diantara makhluk Allah yang lain. Seperti firman Allah dalam QS. Ali Imran ayat 139 sebagai berikut :

وَلَا تَحْزَنُوا وَلَا تَحْزَنُوا أَنْتُمْ الْأَعْلُونَ إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٣٩)

“ Dan janganlah kamu merasa lemah, dan jangan pula bersedih hati, sebab kamu paling tinggi derajatnya apabila kamu termasuk orang yang beriman”.

b. Faktor Penghambat Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri seseorang dapat berkurang apabila mengalami beberapa hal yang tidak menyenangkan dan tubuh merespon negatif terhadap fenomena yang terjadi sehingga kepercayaan diri pada dirinya berkurang. Beberapa dibawah ini merupakan tindakan atau sikap yang dapat mengurangi kepercayaan diri seseorang.³⁴

- 1) Merasa dianiaya oleh orang lain, dalam hal ini bisa diartikan dianiaya baik secara verbal maupun non-verbal sehingga memunculkan rasa malu, sakit hati dan tidak berdaya bisa memicu hilangnya rasa percaya diri seseorang.

³³ Denieda Fanun, *Percaya Diri Harga Mati* (Yogyakarta : Araska, 2019), 13

³⁴ Martin Perry, *Confidence Booster “Pendongkrak Kepercayaan Diri”*, tej. Aditya Suharmoko (Ciracas : Erlangga, 2005), 6-5

- 2) Merasa marah, saat individu merasa sangat kecewa hingga tidak mampu mengungkapkan pesan hatinya secara baik hingga tersampaikan dengan marah. Saat seseorang menyadari dirinya setelah marah dan malu dengan dirinya sendiri, sehingga muncul rasa tidak percaya diri lagi apabila bertemu dengan orang-orang yang melihat dirinya saat marah.
- 3) Perasaan kecewa, kondisi dimana seseorang dipatahkan dengan harapannya sehingga takut untuk berharap lebih terhadap suatu hal yang pernah gagal diharapkan.
- 4) Merasa berdosa, ketika seseorang pernah melakukan kesalahan yang dianggap sangat fatal sehingga untuk mencoba bangkit dari kesalahan tersebut masih merasa tidak percaya diri karena menganggap dirinya sebagai orang yang paling berdosa di dunia.
- 5) Merasa berdosa, saat seseorang merasa tidak ada satupun makhluk yang peduli terhadap dirinya dan merasa dirinya sendirian akan menarik dirinya dari sosial karena merasa dirinya tidak dibutuhkan dalam lingkungan sosialnya.

Adapun menurut Yusuf Al Uqshari dalam bukunya berjudul *Percaya Diri Pasti* beberapa sumber hilangnya kepercayaan didominasi dengan keberadaan orang yang paling dekat dengan seseorang tersebut, karena adanya sikap sudah terlalu biasa sehingga menimbulkan sikap yang dianggap biasa saja, padahal sikap tersebut terkadang menimbulkan hilangnya suatu kepercayaan diri seseorang. Berikut adalah sumber hilangnya kepercayaan diri seseorang³⁵ :

- 1) Tuntutan orang tua kepada anak yang terlalu berlebihan.
- 2) Tuntutan lingkungan pekerjaan yang bersifat rivalisme.
- 3) Harapan kepada pasangan yang terlalu berlebihan.
- 4) Sikap teman yang negatif sehingga membuat seseorang terjatuh rasa percaya dirinya.

c. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Ragamnya perbedaan latar belakang seseorang dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang. Tiap-tiap

³⁵ Yusuf Al Uqshari, *Percaya Diri Pasti*, tej. Abdul Hayyie al Kattani dan Noor Cholis Hamzani (Jakarta : Gema Insani, 2005), 9

individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda, seperti halnya faktor internal dan faktor eksternal sebagai berikut³⁶:

Faktor Internal	Faktor Eksternal
Konsep diri, terbentuknya percaya diri bermula dari perkembangan konsep diri yang tumbuh berdasarkan kebiasaan dan lingkungan disekitarnya.	Pendidikan, tingkat pendidikan seseorang mampu mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang dalam bergaul dengan orang lain.
Harga diri, penilaian yang diberikan kepada diri sendiri. Memiliki pemikiran yang rasional dan mudah bergaul dengan orang lain serta mampu memberikan kesan yang baik kepada orang lain terhadap dirinya sendiri.	Lingkungan pendukung, baik dimulai dari lingkungan keluarga, lingkungan bergaul dan lingkungan masyarakat yang positif akan membentuk tingkat kepercayaan yang baik pula pada diri seseorang, begitupun sebaliknya.
Kondisi fisik, penampilan fisik dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.	Jabatan, tingkat jabatan yang dimiliki seseorang dalam suatu tempat kerja dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.
Pengalaman hidup, banyaknya pengalaman yang dimiliki dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang terhadap suatu yang pernah dialami.	Teman, dengan siapa seseorang berteman. Jika memiliki teman yang positif dan mendukung maka akan meningkatkan kepercayaan diri seseorang.

d. Bentuk Kepercayaan Diri

Bentuk kepercayaan diri dapat dilihat dari pola pikir dan tingkah laku sebagai bentuk pengaplikasian percaya diri, menurut Ahmad Dzikiran dalam bukunya yang berjudul “Jadilah Diri Sendiri” bentuk kepercayaan diri sebagai berikut³⁷ :

³⁶ E Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri* (Jakarta : Arcan, 1997). 45

³⁷ Ahmad Dzikiran, *Jadilah Dirimu Sendiri* (Ciputat : Gemilang, 2017), 45

- 1) Mampu mengenali dirinya sendiri, mempunyai esensi pada dirinya sendiri sebagai landasan dalam bersikap dan bersosialisasi.
- 2) Mencintai dirinya, individu yang mampu mencintai dirinya sendiri merupakan cara menjaga dirinya sendiri baik secara lahiriyah maupun batiniah.
- 3) Tujuan hidup jelas, memiliki harapan untuk dapat menggapai tujuan dalam hidupnya.
- 4) Berpikir positif, individu yang sudah terbentuk kepercayaan dirinya akan merespon rangsangan yang diterima secara positif.

Menurut Hendra Surya dalam bukunya berjudul *Percaya Diri itu Penting* membentuk konsep diri agar terbentuknya kepercayaan diri dalam diri seseorang maka dibutuhkan adanya unsur-unsur dari beberapa karakteristik pada manusia sebagai berikut³⁸ :

- 1) Penilaian diri, dimulai dengan mengenali diri sendiri dengan melakukan pengendalian terhadap sesuatu keinginan yang tidak dibutuhkan dan dapat mendorong diri sendiri dalam melakukan hal-hal yang positif. Penilaian diri dikendalikan dengan suasana hati seseorang serta penampilan pertama yang ditunjukkan seseorang kepada orang lain.
- 2) Penilaian sosial, penempatan dan penerimaan seseorang pada lingkungan yang positif akan membentuk karakter yang positif begitupun sebaliknya.
- 3) Citra diri (self image), mampu memahami dirinya sendiri, memiliki pencapaian yang harus dicapai dan bisa menghargai dirinya sendiri.

e. Mengenali Kepercayaan Diri

Melalui beberapa hal yang dapat dirasakan oleh diri sendiri maka individu tersebut dapat membentuk rasa percaya dirinya melalui langkah-langkah sebagai berikut³⁹ :

- 1) Gaya berpikir, merupakan landasan dasar seseorang memiliki rasa percaya diri. Apabila seseorang membentuk pola pikir yang negatif maka akan

³⁸ Hendra Surya, *Percaya Diri itu Penting* (Jakarta : Elex media, 2007), 5-6

³⁹ Ros Taylor, *Kiat-Kiat Pede* (Jakarta : Gramedia, 2017), 23-25

menghasilkan rasa tidak percaya diri, sebaliknya apabila seseorang membentuk pola pikir yang positif maka akan menghasilkan rasa percaya diri.

- 2) Energi positif, kemampuan untuk menghalau perasaan-perasaan yang negatif dengan pengalihan yang positif akan membuat hati, pikiran dan tubuh menjadi rileks dalam menghadapi kenyataan hidup.
- 3) Tindakan berdasarkan minat, apabila seseorang mampu mengutarakan ataupun melakukan sebuah kegiatan dengan dorongan dari dalam dirinya tanpa ada paksaan maka kegiatan tersebut dapat dilakukan secara maksimal dan optimal. Sehingga dengan kegiatan yang dilakukan secara maksimal akan menghasilkan hasil yang optimal maka rasa percaya diri itu akan muncul.

4. Gangguan Jiwa Skizofrenia

a. Pengertian Skizofrenia

Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa. Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seseorang mampu berkembang baik secara fisik, mental, spiritual dan sosialnya sehingga seseorang tersebut mampu menyadari kemampuan dan potensi dalam dirinya sehingga mampu mengatasi segala tekanan dan dapat bekerja secara produktif serta mampu memberikan kontribusi positif bagi lingkungannya⁴⁰.

ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) adalah orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku dan perasaannya kemudian termanifestasikan dalam bentuk sekumpulan gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsional organ sebagaimana layaknya orang pada umumnya. Gejala yang dialami oleh ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) sebagai berikut : mengalami halusinasi, ilusi, waham (suatu keyakinan yang tidak rasional), gangguan dalam berpikir, kemampuan berpikir menurun serta mengalami tingkah laku yang aneh atau psikomatis⁴¹.

⁴⁰ Departemen Kesehatan, *Profil Kesehatan Indonesia* (Jakarta : Kemenkes Indonesia, 2014), 5

⁴¹ Wahyudi dan Yoeyoen, *Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia* (Jakarta : Info Datin Kemenkes RI, 2019), 8

Skizofrenia merupakan salah satu jenis gangguan jiwa berat yang dialami secara berlarut-larut yang mempengaruhi individu yang mengalaminya mengenai berpikir, merasa, dan bertindak. Meskipun individu yang mengalaminya tidak sebanyak individu dengan masalah mental lainnya, masalah ini dapat sepenuhnya mengganggu. Diperkirakan bahwa 7 hingga 8 orang dari 1.000 orang akan mengalami skizofrenia cepat atau lambat dalam hidup mereka⁴².

b. Penyebab Gangguan Skizofrenia

Hingga saat ini belum diketahui penyebab timbulnya penyakit skizofrenia secara pasti. Banyaknya factor yang menyebabkan penyakit skizofrenia secara umum seperti factor genetic, ketahanan mental, kepribadian dan tuntutan lingkungan yang membelenggu.

Dari banyaknya kemungkinan yang menyebabkan timbulnya penyakit skizofrenia ada penelitian yang meneliti munculnya zat kimia dalam otak yang mempengaruhi emosi, gerakan, sensasi kesenangan dan rasa sakit atau biasa disebut neurotransmitter dopamine yang hanya bisa dikendalikan menggunakan obat penenang. Ada pula penelitian mengenai volume otak penderita skizofrenia lebih kecil 5% daripada otak orang normal⁴³.

Menurut Arif Tri Setyanto, Nurul Hartini dan Ilham Nur Alfian dalam jurnalnya berjudul “Penerapan Social Support Untuk Meningkatkan Kemandirian Pada Penderita Skizofrenia” mengungkapkan beberapa factor penyebab terjadinya penyakit skizofrenia pada seseorang, diantara sebagai berikut⁴⁴:

- 1) Model diasetis-stress, kerentanan mental seseorang yang dapat mudah goyah apabila mendapat tekanan dari lingkungan luar dan pola pikir yang negative.

⁴² Rilla Sovitriana, *Dinamika Psikologis Kasus Penderita Skizofrenia* (Ponorogo : Uwais Inspirasi Indonesia, 2019), 6

⁴³ Puspita Sari, *Dinamika Psikologi Penderita Skizofrenia Paranoid Yang Sering Mengalami Relapse*, Psikoislamedia Jurnal Psikologi 4, no.2, (2019), 126

⁴⁴ Arif Tri Setyanto dkk, *Penerapan Sosial Support untuk meningkatkan Kemandirian pada penderita Skizofrenia*, jurnal Program Magister Profesi Psikologi Universitas Airlangga, 99-100

- 2) Factor biologis, adanya riwayat genetic yang diwariskan kepada generasi penerusnya walau kemungkinannya sangat kecil.
- 3) Factor psikososial, ketidak mampuan jiwa dan mental berjalan beriringan dalam menghadapi suatu kendala yang dihadapi.

c. Gejala Penyakit Skizofrenia

Penderita skizofrenia dapat dilihat melalui tingkah laku yang nampak pada dirinya. Menurut Dadang Hawari gejala skizofrenia dibagi menjadi dua yaitu : gejala positif dan gejala negative. Gejala positif dalam bentuk delusi, halusinasi, pola pikir yang berantakan, mondar-mandir, memiliki prasangka-prasangka buruk. Gejala negative berupa hilangnya ekspresi tubuh, tidak menyadari dirinya sendiri, dan menarik diri dari lingkungan sosial⁴⁵. Gejala utama yang dialami penderita skizofrenia adalah⁴⁶ :

- 1) Halusinasi suara, mendengar suara untuk mengajak dalam hal yang negative.
- 2) Hilangnya ketenangan jiwa, merasa cemas akan setiap hal yang terjadi pada dirinya. Bahkan mencemaskan suatu hal yang belum terjadi.
- 3) Gangguan persepsi, mengalami pemikiran yang buruk atas setiap kejadian maupun orang lain.
- 4) Hilangnya kesadaran, membuat penderita skizofrenia terkadang merasa hebat, merasa paling lemah dan merasa paling menyedihkan.
- 5) Memiliki rasa acuh terhadap orang disekitar dan lingkungannya.

d. Kriteria Skizofrenia

Berdasarkan PPDGJ-III ada beberapa subtype dari skizofrenia, yaitu skizofrenia paranoid, skizofrenia hebefrenik, skizofrenia katatonik, skizofrenia tak terinci, skizofrenia residual, skizofrenia simpleks dan eks skizofrenia.⁴⁷ Penjelasan mengenai beberapa tipe skizofrenia menurut Surya Yudhantara dan Ratri Istiqomah

⁴⁵ Rilla Sovitriana, *Dinamika Psikologis Kasus Penderita Skizofrenia* (Ponorogo : Uwais Inspirasi Indonesia, 2019), 4

⁴⁶ Soetji Andari, *Pelayanan Sosial Panti Berbasis Agama dalam Merehabilitasi Penderita Skizofrenia*, Jurnal PKS 16, no.2, (2017), 197

⁴⁷ KEMENKES RI, *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa* (DEPKES RI 2015), 23

dalam bukunya Sinopsis Skizofrenia sebagai berikut⁴⁸ :

- 1) Skizofrenia paranoid
Pedoman skizofrenia paranoid berdasarkan PPDGJ-III, gejala paranoid paling banyak ditemui. Orang-orang yang dengan gejala paranoid ini mengalami waham-waham kejaran, merasa bahwa dirinya paling unggul serta memiliki misi khusus, rasa cemburu dan perubahan bentuk tubuh. Kemudian orang dengan gejala paranoid akan mengalami halusinasi suara yang mengancam, suara memberi perintah, suara berbunyi seperti siulan, dengungan atau suara tawa.
- 2) Skizofrenia hebefrenik
Pedoman skizofrenia hebefrenik berdasarkan PPDGJ-III, gejala hebefrenik memiliki tanda-tanda regresi. Skizofrenia hebefrenik mengalami kemunduran perilaku dan pola pikiran ke fase primitif, cepatnya perubahan perasaan yang dirasakan. Orang dengan gejala hebefrenik ini tidak memiliki tanggung jawab dan juga tidak dapat ditebak tingkah lakunya. Diagnosis hebefrenik dapat diketahui setelah dilakukan pengamatan dua sampai tiga bulan lamanya.
- 3) Skizofrenia katatonik
Pedoman skizofrenia katatonik berdasarkan PPDGJ-III, beberapa perilaku yang menunjukkan seseorang mengalami gejala katatonik yaitu : menurunnya kepedulian terhadap lingkungan disekitarnya, mengalami kegelisahan tanpa sebab yang menentu, mempertahankan posisi tubuh yang tidak wajar atau *bizzare*, tidak dapat melakukan perintah sesuai instruksi, sering mempertahankan sikap tubuh kaku sebagai bentuk perlawanan, mempertahankan posisi tubuh dan taat perintah.
- 4) Skizofrenia tak terinci
Pedoman diagnosis untuk skizofrenia tak terinci menurut PPDGJ-III apabila memenuhi skizofrenia, tidak memenuhi kriteria diagnosis skizofrenia subtype paranoid, hebefrenik, katatonik dan subtype residual dan pasca skizofrenia.

⁴⁸ D. Surya Yudhantara dan Ratri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia* (Malang : UB Press, 2018), 31-39

- 5) Depresi pasca-skizofrenia
Pedoman diagnosis untuk dapat dikatakan seseorang dinyatakan eks skizofrenia adalah seseorang telah menderita skizofrenia 12 bulan lamanya, sudah mengalami perkembangan baik secara pola pikir maupun tingkah laku, mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.
- 6) Skizofrenia residual
Berdasarkan pedoman PPDGJ-III seseorang dengan kriteria residual sebagai berikut : adanya kemunduran pada dirinya secara pola pikir maupun tingkah laku, komunikasi nonverbal yang buruk.
- 7) Skizofrenia simpleks
Gangguan skizofrenia simpleks berdasarkan pedoman PPDGJ-III memiliki ciri-ciri sebagai berikut : hilangnya motivasi terhadap dirinya, timbulnya gejala psikosis, kemunduran sosial dan hilangnya kepercayaan dirinya sendiri.

B. Peneliti Terdahulu

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelusuran terhadap kajian sumber dan referensi dengan topik pembahasan yang sama. Penelitian ini bertujuan agar tidak terjadi kesamaan dengan penelitian terdahulu. Berikut adalah penelitian terdahulu :

1. Andriana Budi Riasti dengan judul “ **Psychological Well-Being Pada Mantan Penderita Skizofrenia**”. Pada penelitian ini Andriana Budi Riasti melakukan penelitian Psychological Well Being bertujuan untuk mengevaluasi kepuasan hidup mantan penderita skizofrenia terhadap penerimaan terhadap dirinya sendiri dan hubungan interaksi dengan orang lain. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian studi kasus instrinsik.

Hasil dari penelitian Psychological Well Being dapat dipengaruhi oleh banyak hal terutama dukungan keluarga dan dukungan lingkungan yang sangat memengaruhi penerimaan diri pada mantan penderita skizofrenia. Kesamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang ingin dibuat adalah sama-sama membahas penderita skizofrenia. Perbedaan dengan penelitian terdahulu yaitu pada penelitian terdahulu meneliti tentang penilaian diri terhadap mantan skizofrenia sedang kan

penelitian ini ingin meneliti tingkat kepercayaan diri eks penderita skizofrenia yang hampir sembuh.

2. Ulya Rahmatullatifa Umami dengan judul **“Positif Activity Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Pasien Skizofrenia”**. Tujuan peneliti dalam penelitian berjudul Positif Activity Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Pasien Skizofrenia untuk meningkatkan kepercayaan diri penderita skizofrenia menggunakan motivasi dan kata-kata penghargaan. Metode yang digunakan metode assaesment.

Hasil dari penelitian ini adalah kepercayaan diri pada pasien skizofrenia akan terbentuk secara perlahan dengan pemberian metode positif activity meskipun terkadang kejiwaan pasien skizofrenia yang sering berubah-ubah. Kesamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama – sama meneliti tingkat kepercayaan diri pada pasien skizofrenia. Perbedaan peneitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu jika penelitian terdahulu menggunakan metode positif activity sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan konseling gestalt.

3. Soetji Andari dengan judul **“Pelayanan Sosial Panti Berbasis Agama dalam Merehabilitasi Penderita Skizofrenia”**. Tujuan Soetji Andari dalam penelitiannya yaitu untuk membuktikan bahwa kesembuhan penyakit skizofrenia dapat dicapai dengan pendekatan spiritual agar tidak ketergantungan dengan obat-obatan dokter. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan spiritual berbasis agama Islam.

Hasil dari penelitian ini yaitu kesembuhan penderita skizofrenia dapat dicapai apabila mendapat dukungan dari keluarga dan kemauan untuk sembuh dari dalam diri penderita skizofrenia itu sendiri. Kesamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah sama – sama membahas tentang cara merehabilitasi penderita skizofrenia dengan basis agama. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah jika penelitian terdahulu menggunakan jenis penelitian kualitatif dan penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif.

C. Kerangka Berpikir

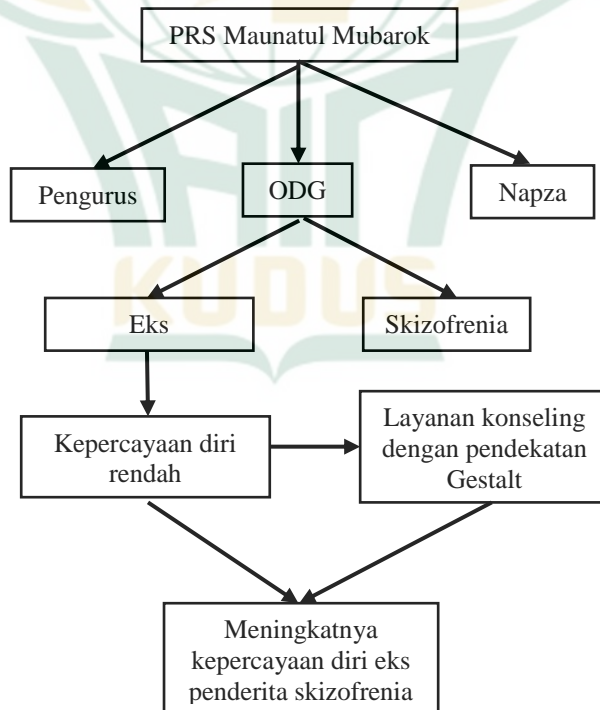
Peneliti akan menjelaskan kerangka berpikir mengenai upaya meningkatkan kepercayaan diri eks penderita skizofrenia yang berangsur sembuh di PRS Maunatul Mubarak. Instansi rehabilitasi yang menangani semua pasiennya berbasis agama akan memudahkan proses penyembuhan penderita skizofrenia. Karena

dengan layanan Islam mampu mendekatkan diri para penderita dengan Allah sehingga memunculkan rasa tenang dan rileks dalam diri eks penderita skizofrenia, dengan keadaan yang stabil akan mempercepat penyembuhan para penderita skizofrenia.

Melalui sistem pendekatan gestalt untuk menyelesaikan permasalahan ataupun isi hati eks penderita skizofrenia agar mampu berdamai dengan dirinya sendiri dan menerima keadaan yang pernah dialami yaitu sebagai penderita skizofrenia. Kepercayaan diri penderita skizofrenia yang berangsur sembuh akan memudahkan eks penderita skizofrenia dalam bergaul dengan lingkungan disekitarnya, agar eks penderita skizofrenia memiliki citra diri yang baik di tengah-tengah masyarakat.

Untuk mengetahui masalah yang akan dibahas, perlu adanya kerangka berpikir untuk menunjukkan konseptual tentang bagaimana hubungan antara teori dan faktor pembahasan yang akan diidentifikasi sebagai pokok pembahasan.

Kerangka berpikir bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam menggambarkan konsep penyelesaian masalah yang dibahas sebagai berikut :



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir¹

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan kesimpulan sementara yang dapat disimpulkan peneliti sebagai acuan untuk melaksanakan penelitian⁴⁹. Dengan melakukan hipotesis akan memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian agar lebih fokus dengan pembahasan yang ingin diteliti. Berikut hipotesis yang didapat peneliti :

- Ha : adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri eks penderita skizofrenia antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling dengan pendekatan Gestalt.
- H0 : tidak adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri eks penderita skizofrenia antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling dengan pendekatan Gestalt.



⁴⁹ Akhmad Mustofa, *Uji Hipotesis Statistik* (Yogyakarta : Gapura Publishing, 2013), 8