

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI  
DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA EKS PSIKOTIK DI  
BALAI REHABILITASI SOSIAL BINA KARYA DAN LARAS (BRSBKL)**  
**YOGYAKARTA**



**Musyaffa' Hisyam Amanullah**

**NIM: 19102020064**

**Dosen Pembimbing:**

**Zaen Musyrifin, S. Sos.I, M.Pd.I**

**NIP: 19900428 000000 1 301**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA  
2025**



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1723/Un.02/DD/PP.00.9/12/2025

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA EKS PSIKOTIK DI BALAI REHABILITASI SOSIAL BINA KARYA DAN LARAS (BRSBKL) YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUSYAFFA' HISYAM AMANULLAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 19102020064  
Telah diujikan pada : Selasa, 25 November 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Zaen Musyirifin, M.Pd.I.  
SIGNED

Valid ID: 6932b9e97cc30



Pengaji I  
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED



Pengaji II  
Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 69326fe175176



Yogyakarta, 25 November 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 69367a655972b



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281**

**SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Musyaffa' Hisyam Amanullah  
NIM : 1912020064  
Judul Skripsi : Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan.  
Atas perhatiannya saya ucapan terimakasih.

Yogyakarta, 5 Desember 2023

Mengetahui:

Ketua Prodi,

Slamet, S. Ag, M. Si  
NIP. 19691214 199803 1 002

Pembimbing,

Zaen Musyrifin, S. Sos.I, M.Pd.I  
NIP. 19900428 000000 1 301

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Musyaffa' Hisyam Amanullah  
NIM : 19102020064  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 5 Desember 2023

Yang menyatakan,



Musyaffa' Hisyam Amanullah

19102020064

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **HALAMAN PERSEMPAHAN**

*Alhamdulillaahirabbil'aalamiin*, puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini peneliti persembahkan untuk kedua orang tua tercinta.

Terimakasih atas lantunan doa, motivasi, dan saran yang tak henti-hentinya kalian berikan. Karena berkat doa kalian, Allah memudahkan setiap langkah yang peneliti tempuh hingga akhirnya peneliti dapat berada di tahap saat ini.



## MOTTO

وَلَا تَهُنُوا وَلَا تَحْزُنُوا وَإِنَّمَا الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: Dan janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamu lah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 3:139, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 67.

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrohim. Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Konseling Individu untuk Meningkatkan Percaya Diri dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta. Tak lupa sholawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Semoga kita semua mendapat syafaat beliau di *yaumul hisab* nanti. Aamiin Yaa Rabbal ‘Aalamiin.

Peneliti menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan setulus hati peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, M.A., Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyrifin, S. Sos.I, M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Zaen Musyrifin, S. Sos.I, M.Pd.I., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing dan telah memberikan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi.
5. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membagikan ilmu kepada penulis.

6. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam dan seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu dan pelayanan administrasi.
7. Seluruh staf dan karyawan Dinas Sosial Yogyakarta yang sudah memberikan izin untuk dapat melaksanakan penelitian di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras.
8. Seluruh staf dan karyawan Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta yang telah membantu dan mengizinkan peneliti untuk bisa melakukan penelitian.
9. Ibu Siti Aspiyah, selaku pekerja sosial (peksos) dan subjek dalam penelitian ini yang telah memberikan banyak informasi dan bimbingan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Untuk keluarga tercinta, bapak, ummi, mbak dan suami, mas dan istri, serta adik yang selalu membantu dalam keadaan apapun dan telah memberikan *support* kepada peneliti.
11. Teman-teman BKI angkatan 2019, terimakasih sudah menjadi teman- teman yang baik dan telah mewarnai hari-hari selama menjalani perkuliahan. Dan membantu peneliti dalam proses mengerjakan skripsi. Semoga kita semua menjadi manusia yang bermanfaat. Aamiin
12. Teman-teman KKN UIN Sunan Kalijaga Angakatan 110 Dusun Kentolan Kidul, terimakasih sudah memberikan dukungan dan menjadi sahabat yang baik bagi peneliti, sukses untuk semuanya. Aamiin.

13. Seluruh teman-teman peneliti dan semua pihak yang telah mendo'akan, membantu, dan selalu memberikan motivasinya dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa peneliti sebutkan semuanya.

Semoga kebaikan hati dan keikhlasan semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini menjadi amal ibadah dan semua mendapatkan balasan oleh Allah SWT. Aamiin. Akhir kata, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diperlukan untuk memperbaiki penulisan selanjunya. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua, khususnya bagi peneliti.

Yogyakarta, 20 November 2025



## ABSTRAK

MUSYAFFA' HISYAM AMANULLAH, 19102020064, Konseling Individu untuk Meningkatkan Percaya Diri dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta.

Eks Psikotik adalah seseorang yang mengalami keterbatasan mental atau tingkah laku karena pernah mengalami gangguan jiwa. Agar dapat berperan aktif di masyarakat dan melakukan aktivitas kesehariannya maka dibutuhkan pendampingan dan dilakukan konseling individu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis proses konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta.. Objek dari penelitian ini adalah tahap-tahap konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di Balai rehabilitasi tersebut. Jenis penelitian ini adalah kualitatif *field research* menggunakan metode deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data meliputi: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pelaksanaan konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di balai rehabilitasi sosial bina karya Yogyakarta, mempunyai lima tahap yaitu 1) Tahap perencanaan 2) Tahap pelaksanaan 3) Tahap evaluasi jangka pendek 4) Tahap tindak lanjut 5) Tahap laporan. Tahap perencanaan yaitu merencanakan segala sesuatu yang dibutuhkan selama melakukan konseling, tahap pelaksanaan yaitu dimana sesi konseling dilaksanakan dan mengambil data dari klien eks psikotik, tahap evaluasi jangka pendek yaitu konselor bertugas menganalisis hasil dari kegiatan tahap perencanaan dan pelaksanaan kemudian menafsirkan hasil konseling individu yang telah dilaksanakan, tahap tindak lanjut yaitu dilakukan setelah melakukan penilaian dan evaluasi untuk menetapkan arah kedepannya bagi klien eks psikotik, tahap laporan yaitu kegiatan penyusunan dan pendeskripsi seluruh hasil yang telah yang telah terlaksana dalam prosesi konseling.

**Kata kunci:** Konseling Individu, Percaya Diri, Eks Psikotik.

## **DAFTAR ISI**

HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	5
C. Rumusan Masalah .....	13
D. Tujuan Penelitian.....	13
E. Manfaat Penelitian .....	13
F. Kajian Pustaka .....	14
G. Kerangka Teori .....	19
H. Metode Penelitian.....	53

BAB II GAMBARAN UMUM .....	62
A. Gambaran Umum Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta .....	62
B. Gambaran Umum Konseling Individu di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta.....	71
C. Gambaran Umum Subjek Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta.....	73
<b>BAB III TAHAP-TAHAP KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA EKS PSIKOTIK DI BALAI REHABILITASI SOSIAL BINA KARYA DAN LARAS YOGYAKARTA .....</b>	<b>79</b>
A. Tahap Perencanaan .....	81
B. Tahap Pelaksanaan .....	85
C. Tahap Evaluasi Jangka Pendek .....	93
D. Tahap Tindak Lanjut.....	94
E. Tahap Laporan.....	97
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>105</b>
A. Kesimpulan .....	105
B. Saran .....	106
C. Kata Penutup.....	107
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>108</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>113</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 .....	56
Tabel 3.1 .....	99



## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 ..... 69



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan Judul**

Untuk menghindari terjadinya kesalahpahaman dalam mengartikan judul, maka dalam penegasan judul akan diuraikan secara rinci. Kata-kata yang perlu dijelaskan dalam judul “Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta” adalah sebagai berikut:

#### **1. Konseling Individu**

Konseling adalah kontak atau hubungan timbal balik antara konselor dan klien untuk menangani masalah klien.<sup>2</sup> Konseling individu yaitu salah satu pemberian bantuan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapatkan bantuan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing/ konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.<sup>3</sup>

Berdasarkan uraian di atas, yang dimaksud proses konseling individu dalam penelitian ini adalah metode yang digunakan oleh pihak Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta

---

<sup>2</sup> Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 25

<sup>3</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 63.

kepada pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS) untuk membantu mereka menjalani proses rehabilitasi.

## 2. Meningkatkan Percaya Diri

Meningkatkan adalah menaikkan derajat, taraf, mempertinggi, memperhebat.<sup>4</sup> Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualis diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri.<sup>5</sup>

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud meningkatkan percaya diri dalam penelitian ini adalah meningkatkan rasa percaya diri para PPKS di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta.

## 3. Menghadapi Dunia Kerja

Dalam KBBI menghadapi berarti menjumpai; mengalami (bahaya, musibah, kesulitan, dan sebagainya).<sup>6</sup> Dunia kerja terbagi atas dua kata yaitu dunia yang berarti lingkungan atau lapangan kehidupan, serta kata kerja yang berarti kegiatan melakukan sesuatu, yang dilakukan (diperbuat) atau sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah, mata pencaharian.<sup>7</sup>

---

<sup>4</sup> Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kelima*, (Jakarta: PT Balai Pustaka, 2018), hlm. 1753.

<sup>5</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Alumni, 2000), hlm. 202.

<sup>6</sup> Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kelima*, (Jakarta: PT Balai Pustaka, 2018), hlm. 564

<sup>7</sup> Anton M. Moeliono, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989), hlm. 428.

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud menghadapi dunia kerja dalam penelitian ini adalah kesiapan para pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS) dalam memasuki dunia kerja yang akan mereka jalani setelah selesai masa rehabilitasi.

#### 4. Eks Psikotik

Eks dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dari Kemdigbud bermakna bekas atau mantan.<sup>8</sup> Sedangkan psikotik yaitu suatu kelainan jiwa yang masih dapat disembuhkan dengan harus menjalani pengobatan terapi kejiwaan secara bertahap dan cukup lama sampai benar-benar sembuh secara klinis.<sup>9</sup> psikotik juga sama dengan gangguan atau penyakit mental, yaitu gangguan atau penyakit yang menghalangi seseorang hidup sehat seperti yang diinginkan baik oleh diri individu itu sendiri maupun orang lain.<sup>10</sup>

Berdasarkan uraian di atas, yang dimaksud eks psikotik dalam penelitian ini adalah seseorang yang sedang mengalami penyakit mental dan sedang menjalani rehabilitasi di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta.

---

<sup>8</sup> Kemdigbud, *KBBI*, dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/eks> (diakses pada tanggal 17 Januari 2024)

<sup>9</sup> Dwi Tiya Rahmawati, *Terapi Terhadap Klien Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Dan Laras Yogyakarta*, skripsi, (Yogyakarta: UIN Yogyakarta, 2018)

<sup>10</sup> Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006) hlm. 9.

## 5. Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL)

Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) merupakan Unit Pelaksanaan Teknisi Daerah Dinas Sosial D.I. Yogyakarta yang bertugas dalam perlindungan sosial, jaminan sosial, dan rehabilitasi sosial bagi penyandang masalah sosial khususnya gelandangan, pengemis, dan penyandang disabilitas mental.

Pada pelaksanaan di lapangan Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta terbagi dua unit. Unit Bina Karya dalam pelaksanaannya lebih fokus pada menangani masalah sosial dengan sasaran garapnya adalah gelandangan dan pengemis. Unit Bina Karya terletak di Jl. Sidomulyo TR IV/369, Bener, Tegalrejo, Yogyakarta. Sedangkan Unit Bina Laras sasaran garapannya adalah penyandang disabilitas mental eks psikotik terlantar dan rawan sosial tempat pemberian rehabilitasi sosial berada di Karangmojo, Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta.<sup>11</sup>

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) adalah tempat para pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS) mendapat layanan rehabilitasi.

Kesimpulan peneliti dari berbagai penjelasan di atas tentang penegasan judul “Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Bina Karya Dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta” dapat disimpulkan sebagai

---

<sup>11</sup> Hasil observasi langsung peneliti pra penelitian di Balai RSBKL unit bina karya

penelitian tentang konseling individu yang dilakukan oleh Balai Rehabilitasi Bina Karya Dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta kepada eks psikotik untuk meningkatkan percaya diri mereka dalam menghadapi dunia kerja. Dalam penelitian ini eks psikotik adalah seseorang yang mempunyai kelainan mental atau tingkah laku karena pernah mengalami sakit jiwa supaya dapat kembali hidup teratur dan dapat berperan kembali dalam kehidupan bermasyarakat.

## B. Latar Belakang

Gangguan Kesehatan jiwa adalah gangguan yang menyebabkan kepribadian seseorang terganggu sehingga tidak sanggup atau mengalami kegagalan dalam menjalani tugas kehidupannya sehari-hari.<sup>12</sup> Menurut Zakiya Daradjat gangguan mental yaitu kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal baik yang berhubungan dengan fisik maupun mental, ketidaknormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian tubuh/badan, meskipun kadang-kadang gejalanya tidak terlihat.<sup>13</sup>

Gangguan jiwa sering diartikan sebagai kondisi yang tidak sehat secara psikis. Data menunjukkan jumlah penderita gangguan kesehatan jiwa di masyarakat masih sangat tinggi, yakni satu dari empat penduduk Indonesia menderita kelainan jiwa dari rasa cemas, depresi, stres, penyalahgunaan obat, kenakalan remaja sampai skizofrenia.<sup>14</sup> Kesehatan

<sup>12</sup> Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam Pengembangan Dakwah melalui Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), hlm. 16.

<sup>13</sup> Zakiya Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 2001), hlm. 3.

<sup>14</sup> Iyus Yosep, *Keperawatan Jiwa*, (Bandung: Rifika Aditama, 2007), hlm. 30.

mental yang baik dapat dilihat dari seseorang mampu untuk merealisasikan abilitasnya, mengalami stress dalam kehidupan, bekerja secara produktif dan sukses, serta kontribusi terhadap masyarakat. Namun berbeda jika individu tidak mampu memenuhi kebutuhan fisik biologis dan sosiopsikologisnya dengan seimbang, seseorang bisa saja akan mengalami kelainan pada kesehatan mentalnya.<sup>15</sup>

Gangguan mental selalu berkaitan dengan gangguan-gangguan internal yaitu berupa motivasi yang tidak riil dan kekuatan yang saling berkonflik dalam kepribadian seseorang, misalnya pertentangan antara dorongan *infantile* (sifat kekanak-kanakan) dengan pertimbangan rasional dan matang, konflik antara norma batin sendiri dengan standar sosial yang dianut orang lain dan konflik yang saling bertentangan dalam diri seseorang.<sup>16</sup> Menurut data *World Health Organization* (WHO) regional Asia Pasifik jumlah penderita gangguan mental di Indonesia sebanyak 9.162.886 kasus atau sebanyak 3,7 % dari populasi (2018), Depresi menjadi kontributor utama kematian akibat bunuh diri yang mendekati 800.000 kejadian bunuh diri setiap tahunnya, dan menurut catatan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), Prevalensi gangguan emosional pada penduduk usia 15 tahun ke atas, meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% di tahun 2018.

---

<sup>15</sup> Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologi dan Agama*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2018), hlm. 28.

<sup>16</sup> Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000), hlm. 83-84.

Stigma negatif di masyarakat terhadap penderita gangguan mental ini memperparah jumlah peningkatan jumlah penderita gangguan mental ini.<sup>17</sup>

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risksedas) tahun 2018. Riset 5 tahunan tersebut dilaksanakan di seluruh wilayah Indonesia dengan jumlah sampel bisa menggambarkan keadaan per wilayah kabupaten/kota di Indonesia. Untuk wilayah D.I Yogyakarta, salah satu penyakit tidak menular yang mengalami kenaikan cukup tinggi yaitu gangguan jiwa berat. Hasil Risksedas tahun 2013 menunjukkan angka gangguan jiwa berat di DIY masih 2,3 per mil, namun pada kurun waktu 5 tahun ini mengalami kenaikan tajam menjadi 10 per mil, artinya setiap 1000 penduduk terdapat satu penderita gangguan jiwa berat/psikosis di masyarakat.<sup>18</sup>

Masalah gangguan jiwa tiap tahun semakin naik. Hal ini ditandai dengan meningkatnya jumlah penyandang eks psikotik di Yogyakarta berdasarkan data dari bappeda jogja sebagai berikut, pada tahun 2019 penyandang eks psikotik di Yogyakarta sebanyak 1375 orang yang terdiri dari 803 pria dan 554 wanita. Pada tahun 2020 tidak diketahui berapa jumlah penyandang eks psikotik di Yogyakarta. Lalu pada tahun 2021 penyandang eks psikotik bertambah menjadi 1819 orang yang terdiri dari 1084 pria dan 735 wanita. Pada tahun 2022 jumlah penyandang eks psikotik di Yogyakarta mengalami peningkatan yang cukup tinggi menjadi 7284 orang yang terdiri

---

<sup>17</sup> Diakses dari <https://ppsdmaparatur.esdm.go.id/artikel/pentingnya-literasi-informasi-terkait-kesehatan-mental-bagi-masyarakat> pada 23 Agustus 2023

<sup>18</sup> Diakses dari <https://dinkes.jogjaprov.go.id/berita/detail/risksedas-2018gangguan-jiwa-berat--risksedas-2018--gangguan-jiwa-berat-di-diy-melejit-urutan-2-nasional> pada 23 Agustus 2023

dari 3982 pria dan 3266 wanita. Sementara data penyandang eks psikotik di Yogyakarta pada tahun 2023 belum tercantum.<sup>19</sup>

Salah satu bentuk gangguan jiwa adalah psikotik. Psikotik juga sama dengan gangguan atau penyakit mental yaitu, gangguan atau penyakit yang menghalangi seseorang hidup sehat seperti yang diinginkan baik oleh diri individu itu sendiri maupun orang lain.<sup>20</sup> Psikotik bisa dipulihkan dengan melakukan rehabilitasi. Yogyakarta merupakan salah satu provinsi yang menyediakan tempat bagi mereka penderita gangguan jiwa mulai dari Rumah Sakit Jiwa, *Camp Assessment*, hingga panti-panti rehabilitasi sosial seperti Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) yang memiliki program-program rehabilitasi dan pelayanan sosial guna membantu gangguan jiwa mengembalikan keberfungsiannya dan bisa menjalani kehidupan di tengah-tengah masyarakat.<sup>21</sup> Pada kenyataan di lapangan, kondisi percaya diri penyandang eks-psikotik berbeda-beda, kebanyakan penyandang eks psikotik memiliki sikap percaya diri rendah.

Hal ini dapat dilihat dari adanya gejala-gejala yang tampak di antaranya: tidak berani mengungkapkan pendapat, proses berpikir lambat, kecemasan, emosi dan psikomotorik, cenderung diam, tidak percaya diri, penyandang

---

<sup>19</sup> Diakses dari [https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/105-penyalang-masalah-kesejahteraan-sosial-dan-sarana-kesejahteraan-sosial](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/105-penyalang-masalah-kesejahteraan-sosial-dan-sarana-kesejahteraan-sosial) pada 22 Agustus 2023

<sup>20</sup> Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), hlm. 9.

<sup>21</sup> M. Izzul Imam Syauqi, *Efektifitas Pelaksanaan Program Klasifikasi Bagi Rehabilitasi Psikososial Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras*, tidak diterbitkan, skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016.

eks-psikotik cenderung menutup diri, dan penyandang eks-psikotik tidak percaya bahwa dirinya mampu dalam mengambil keputusan.<sup>22</sup>

Pada kenyataan lapangan ketika peneliti melakukan pra penelitian di Balai RSBKL Unit Bina Karya Yogyakarta peneliti menemukan banyak PPKS eks psikotik yang menginginkan segera keluar dari Balai RSBKL. Mereka ingin segera bertemu kembali dengan keluarga dan melakukan aktivitas seperti bekerja. Namun ketika mereka diberi pertanyaan apakah siap dengan dunia kerja beberapa dari mereka menjawab siap, namun terkadang mereka masih meragukan kemampuan mereka di bidang pekerjaan. Hal ini dilatarbelakangi karena mereka tidak memiliki rasa percaya diri dan sudah minder duluan.

Lauster mendefinisikan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup, yang memiliki aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.<sup>23</sup> Percaya diri merupakan sifat yang dimiliki oleh seseorang dengan rasa percaya dan yakin terhadap kemampuan yang ada di dalam dirinya. Sehingga semua rencana dalam hidup bisa dilaksanakan dengan baik. Di dalam Agama Islam percaya diri sangat penting bagi pemeluknya karena hal tersebut berkaitan dengan

---

<sup>22</sup> Aristiani, R, *Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual*. (Jurnal Konseling GUSJIGANG, Vol. 2 No. 2, 2016)

<sup>23</sup> M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2011), hlm. 34.

keyakinan dan kepercayaan kepada Allah SWT. Allah berfirman dalam surat ali Imran 139:

وَلَا تَهُنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمُ أَلْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِينَ ۝

Artinya: *Dan janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.*<sup>24</sup>

Dari ayat di atas dapat diartikan bahwa ayat tersebut mengingatkan manusia agar jangan bersikap lemah dalam arti manusia harus memiliki tekad yang kuat untuk mendorong dirinya menjadi percaya diri agar selalu kuat jiwa dan mental. Ketika seseorang sudah memiliki rasa percaya diri maka ketika ia menjalani kehidupan akan dihadapinya dengan mudah.

Salah satunya adalah ketika memasuki dunia kerja.

Menurut Mitchell Dreese, indikator siap memasuki dunia kerja adalah apabila sudah sanggup melalui pengalaman praktis memahami cara melaksanaan pekerjaan yang benar, cara bergaul dengan orang lain, mengerti instruksi dan petunjuk-petunjuk serta mampu bertanggung jawab.<sup>25</sup> Dunia kerja merupakan tempat bagi sekumpulan orang melakukan aktivitas kerja, baik di dalam perusahaan maupun organisasi. Masyarakat sadar akan pentingnya bekerja untuk keberlangsungan hidup. Salah satu faktor penentu keberhasilan dalam bekerja yaitu memiliki sumber daya

---

<sup>24</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 3:139, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Syigma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 67.

<sup>25</sup> Mitchell Dreese, *Penuntun Mencari Pekerjaan*, (Jakarta: CV Samajaya, 1983), hlm. 17.

manusia (SDM) yang berkualitas. Untuk mencapai itu diperlukan keterampilan pada diri individu.

Di dalam Agama Islam bekerja merupakan salah satu ibadah yang diperintahkan Allah SWT kepada umat Muslim. Apalagi jika orang tersebut sudah memiliki tanggungan keluarga yang harus dinafkahi. Bekerja dan berusaha merupakan kegiatan mulia dan menjadi kewajiban bagi setiap individu yang mampu melakukannya. Umat Muslim sangat dianjurkan bekerja untuk memerangi sikap malas, lemah, mengemis, dan pengangguran. Sebagaimana dijelaskan dalam Surat Az-Zumar ayat 39:

قُلْ يَقُولُوا عَلَىٰ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَمَلْتُ فَسْوَفَ تَعْلَمُونَ

Artinya: Katakanlah (Muhammad): "Hai kaumku, bekerjalah sesuai dengan keadaanmu, sesungguhnya aku akan bekerja (pula), maka kelak kamu akan mengetahui,"<sup>26</sup>

Dari ayat tersebut dapat dimaknai bahwa apapun pekerjaannya, bagaimanapun kondisinya, kita dianjurkan bekerja sesuai kemampuan kita. Kita dianjurkan untuk mencari kerja sebagaimana Rasulullah bekerja pula dengan kondisinya pada saat itu.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh PPKS eks psikotik yang tidak pecaya diri ketika masa rehabilitasi mereka selesai. Para PPKS eks psikotik ragu akankah mereka bisa mendapatkan kerja selayaknya orang pada umumnya, mengingat bahwa mereka adalah eks psikotik yang bagi sebagian masyarakat dianggap tidak kompeten dalam bekerja. Oleh karena itu

---

<sup>26</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 39:39, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Syigma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 462.

peneliti berusaha untuk memberikan layanan kepada mereka sehingga diharapkan para remaja bisa berubah menjadi pribadi yang lebih baik.

Peneliti mengambil penelitian proses konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) unit bina karya Yogyakarta sebagai bahan penelitian karena beberapa Alasan. Alasan pertama, pendekatan yang dilaksanakan di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) unit bina karya Yogyakarta menggunakan pendekatan konseling individu. Dimana PPKS diberi jadwal masing-masing untuk mendapat layanan konseling. Sehingga setiap PPKS mendapatkan waktu penuh di setiap sesinya. Alasan kedua, kurangnya tingkat percaya diri PPKS dalam menjalani dunia luar terutama di bidang kerja membuat mereka minder dan tidak siap menjalani dunia kerja. Alasan ketiga, walaupun fokus sasaran di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) unit bina karya Yogyakarta adalah gelandang dan pengemis, namun di balai tersebut juga terdapat PPKS eks psikotik yang sebelumnya dari unit bina laras dan dirasa sudah lebih baik secara psikologis dan siap untuk dibina dalam hal berkarya dan bekerja.

Berbagai alasan inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti tahap-tahap konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dan latar belakang permasalahan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana tahap-tahap konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Unit Bina Karya Yogyakarta?

### D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis proses konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di balai rehabilitasi sosial bina karya Yogyakarta.

### E. Manfaat Penelitian

#### 1. Secara Teoritis

- a. Diharapkan memberikan tambahan ilmu terhadap pengembangan ilmu Bimbingan Konseling Islam (BKI) mengenai konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja.
- b. Hasil penelitian dapat menjadi acuan dan pedoman bagi peneliti selanjutnya dalam penelitian yang lebih terperinci dan mendalam mengenai konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja.

## 2. Secara Praktis

- a. Bagi Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL)

Sebagai bahan dan acuan dalam memberikan layanan konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja bagi para PPKS.

- b. Bagi Pekerja Sosial

Sebagai tambahan ilmu dalam menangani eks psikotik dengan layanan konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja bagi para PPKS.

- c. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman tentang gambaran di lapangan sebagai konselor dan guna memenuhi syarat kelulusan.

## F. Kajian Pustaka

Berdasarkan penelusuran yang dilakukan, peneliti menemukan beberapa penelitian yang sejajar dengan penelitian ini, namun peneliti tidak menemukan objek yang sama. Sebagai telaah pustaka dan bahan perbandingan, peneliti mengemukakan beberapa objek formal yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan, diantaranya:

1. Skripsi yang ditulis oleh Ima Nurhikmayani dengan judul “*Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN 2 Kuningan*”. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga Yogyakarta tahun 2022. Hasil penelitian Ima Nurhikmayani menunjukkan bahwa tahapan

konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X

MAN 2 Kuningan terdapat 3 tahapan, yang pertama adalah tahap awal konseling, yang kedua tahap pertengahan dan yang ketiga tahap akhir.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ima Nurhikmayani memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Persamaannya terdapat pada teknik penelitian yaitu menggunakan konseling individu untuk meningkatkan percaya diri.

Sedangkan perbedaannya terdapat pada tahapan konseling yang dilakukan dan juga subjek penelitian.<sup>27</sup>

2. Skripsi yang ditulis oleh Rahmadyah Dewi Pangesti dengan judul "*Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Akibat Bullying Verbal di Smp Negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta*". Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2021. Hasil penelitian Rahmadyah Dewi Pangesti menunjukkan tahapan konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa akibat bullying verbal di smp negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta memiliki 5 tahapan yang pertama adalah tahap perencanaan, yang kedua tahap pelaksanaan, yang ketiga tahap evaluasi, yang keempat tahap tindak lanjut, dan yang kelima tahap laporan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmadyah Dewi memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang

---

<sup>27</sup> Ima Nurhikmayani, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN 2 Kuningan*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).

dilakukan peneliti. Persamaannya terdapat pada teknik penelitian yaitu konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dan juga terdapat persamaan dalam tahapan konseling. Sedangkan perbedaannya terdapat pada subjek penelitian.<sup>28</sup>

3. Skripsi yang ditulis oleh Ulva Almunafisah dengan judul “*Konseling Individu Untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*”. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2020. Hasil penelitian Ulva Almunafisah menunjukkan tahapan konseling individu untuk menangani penyandang disabilitas mental eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta memiliki 3 tahapan yaitu tahap awal, tahap pertengahan, tahap akhir. Pada penelitian yang dilaksanakan oleh Ulva Almunafisah terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Persamaannya terdapat pada Teknik yang digunakan menggunakan konseling individu, begitu pula dengan subjek penelitian yaitu klien eks psikotik. Sedangkan perbedaannya terdapat pada tahapan yang dilaksanakan, penelitian Ulva Almunafisah menggunakan 3 tahapan sementara peneliti menggunakan 5 tahapan.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Rahmadyah Dewi Pangesti, *Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Akibat Bullying Verbal di Smp Negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021).

<sup>29</sup> Ulva Almunafisah, *Konseling Individu Untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021).

4. Skripsi yang ditulis oleh Dwi Tiya Rahmawati dengan judul “Terapi Terhadap Klien Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta”. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga Yogyakarta tahun 2018. Hasil penelitian Dwi Tiya Rahmawati menunjukkan terdapat 2 metode yang digunakan Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras dalam upaya kesembuhan dan pemulihan warga binaan yaitu yang pertama adalah psikoterapi, dan yang kedua yaitu biomedis. Pada penelitian yang dilaksanakan oleh Dwi Tiya Rahmawati terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Persamaannya terdapat pada subjek penelitian yaitu klien eks psikotik. Sementara perbedaannya terdapat pada metode atau teknik yang digunakan, Dwi Tiya Rahmawati menggunakan terapi sedangkan peneliti menggunakan konseling individu.<sup>30</sup>

5. Skripsi yang ditulis oleh Ajeng Suci Wulandari dengan judul “*Layanan Konseling Individu untuk Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta*”. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga Yogyakarta tahun 2022. Hasil penelitian Ajeng Suci Wulandari menunjukkan hasil bahwa pendekatan

---

<sup>30</sup> Dwi Tiya Rahmawati, *Terapi Terhadap Klien Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2018).

yang dilakukan oleh P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta untuk pemulihan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual ada dua, yang pertama yaitu pendekatan direktif dan yang kedua yaitu pendekatan non direktif. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Suci Wulandari terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Persamaannya terdapat pada tekniknya menggunakan konseling individu dan objek untuk pemulihan percaya diri. Sedangkan perbedaannya terdapat pada fokus penelitian yaitu metode yang digunakan sementara peneliti fokus terhadap tahap-tahap konseling individu.<sup>31</sup>

6. Skripsi yang ditulis oleh Rahmatan Azzahra dengan judul, “*Konseling Individu Untuk Membentuk Penyesuaian Diri Santri Mengikuti Pendidikan di PPM MBS Yogyakarta*”. Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta 2021. Hasil penelitian Rahmatan Azzahra menunjukkan tahapan konseling individu untuk membentuk penyesuaian diri santri mengikuti pendidikan di PPM MBS Yogyakarta terdapat 5 tahapan, tahap pertama adalah tahap perencanaan, yang kedua tahap pelaksanaan, yang ketiga tahap evaluasi, yang keempat tahap tindak lanjut, dan yang kelima tahap laporan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmatan Azzahra terdapat persamaan dan perbedaan dengan

---

<sup>31</sup> Ajeng Suci Wulandari, *Layanan Konseling Individu untuk Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).

penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Persamaannya terdapat pada teknik yang digunakan yaitu konseling individu, serta terdapat persamaan juga pada tahapan konseling individu yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terdapat pada subjek penelitian dimana subjek Rahmatan Azzahra yaitu santri di PPM MBS sedangkan subjek peneliti adalah klien eks psikotik.<sup>32</sup>

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, masing-masing mempunyai perbedaan, begitu juga dengan penelitian ini. Penelitian ini memfokuskan pada konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik. Sehingga berbeda dari penelitian di atas. Sedangkan persamaan dari penelitian ini yaitu pada layanan konseling individu, dan meningkatkan kepercayaan diri, namun berbeda pada subjek, objek penelitian serta lokasi penelitian. Dengan adanya konseling individu yang diberikan kepada PPKS harapannya mereka mampu dan siap memasuki dunia kerja.

## G. Kerangka Teori

### 1. Tinjauan Tentang Konseling Individu

#### a. Pengertian Konseling Individu

Konseling individu adalah suatu layanan berupa dialog tatap muka antara konselor dan klien untuk memecahkan berbagai

---

<sup>32</sup> Rahmatan Azzahra, *Konseling Individu Untuk Membentuk Penyesuaian Diri Santri Mengikuti Pendidikan di PPM MBS Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).

masalah dan mengembangkan segenap potensi yang ada.<sup>33</sup>

Konseling individu adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antar konselor dan seorang konseli (siswa).<sup>34</sup>

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.<sup>35</sup> Konseling individu yaitu salah satu pemberian bantuan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapatkan bantuan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing/ konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.<sup>36</sup>

Berdasarkan uraian diatas yang dimaksud konseling individu adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada klien untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh klien.




---

<sup>33</sup> Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 105.

<sup>34</sup> Dudung Hamdun, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Fakultas tarbiyah dan keguruan UIN Sunan kalijaga, 2013), hlm. 5.

<sup>35</sup> Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 25.

<sup>36</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 63.

### b. Tujuan Konseling Individu

Konseling individu memiliki beberapa tujuan, diantaranya yaitu:

- 1) Sebagai suatu proses pemberian bantuan konseling memiliki tujuan, yaitu meliputi:
  - a) Menyediakan fasilitas untuk perubahan tingkah laku
  - b) Meningkatkan keterampilan untuk meghadapi sesuatu
  - c) Meningkatkan kemampuan dalam mengambil sesuatu
  - d) Meningkatkan hubungan antar perorangan (interpersonal)
- 2) Sebagai tujuan akhir yang ingin dicapai adalah menjadi pribadi yang mandiri dalam hal:
  - a) Mengenal dan menerima diri dan lingkungan
  - b) Mengambil keputusan sendiri tentang berbagai hal
  - c) Bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya
  - d) Mengarahkan diri sendiri
  - e) Mengaktualisasikan diri<sup>37</sup>

Menurut Syamsul Yusuf, tujuan konseling yang terkait dengan aspek pribadi (individu) yaitu memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang ditunjukan dengan sikap sebagai berikut:

---

<sup>37</sup> Aip Badrujaman, *Teori dan Aplikasi Progam Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), hlm. 36.

- 1) Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain.
- 2) Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan (anugrah) dan yang tidak menyenangkan (musibah).
- 3) Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif.
- 4) Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri.
- 5) Memiliki kemampuan melakukan pilihan secara sehat.
- 6) Bersifat respek terhadap orang lain, menghormati dan menghargai orang lain.
- 7) Memiliki rasa tanggung jawab.
- 8) Memiliki kemampuan berinteraksi sosial.
- 9) Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik internal maupun dengan orang lain.
- 10) Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.<sup>38</sup>

Berdasarkan poin-poin di atas tujuan konseling individu adalah untuk membantu individu memahami diri dan lingkungannya lebih baik, mampu mengatasi masalah yang dihadapi, mengembangkan potensi diri, serta mencapai kemandirian dan penyesuaian hidup yang optimal.

---

<sup>38</sup> Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2006), hlm. 14.

### c. Fungsi Konseling Individu

Konseling individu mempunyai beberapa fungsi, 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 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.

#### 3) Fungsi pengentasan

Dalam bimbingan dan konseling, konselor bukan ditugaskan untuk mengentaskan dengan unsur-unsur fisik yang berada di luar diri klien, tapi konselor mengentaskan dengan menggunakan kekuatan-kekuatan yang berada dalam diri klien sendiri.

#### 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi 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, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui berbagai peraturan, kegiatan dan program.<sup>39</sup>

Berdasarkan penjabaran uraian di atas bahwa konseling individu memiliki beberapa fungsi penting yang saling mendukung yaitu fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, dan fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Hal ini menunjukkan bahwa konseling individu merupakan pendekatan komprehensif untuk mendukung kesejahteraan klien.

#### d. Prinsip Konseling Individu

Dalam menghadapi berbagai macam masalah yang dialami klien, seorang konselor bimbingan dan konseling harus dapat berpegang pada prinsip-prinsip umum, yaitu:

- 1) Konselor harus membentuk hubungan baik dengan klien
- 2) Konselor harus memberikan kebebasan kepada klien untuk berbicara dan mengekspresikan dirinya
- 3) Konselor sebaiknya tidak memberikan kritik kepada klien dalam suatu proses konseling
- 4) Konselor sebaiknya tidak menyanggah konselinya, karena penyanggahan dapat mengakibatkan rusaknya hubungan kepercayaan antara konselor dengan klien

---

<sup>39</sup> Makmun Khairani, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja, 2014), hlm. 19.

- 5) Konselor sebaiknya melayani klien sebagai pendengar yang penuh perhatian dan penuh pengertian, dan konselor diharapkan tidak bertindak atau bersikap otoriter
- 6) Konselor harus mengerti perasaan dan kebutuhan klien
- 7) Konselor harus bisa menanggapi pembicaraan klien dalam hubungannya dengan latar belakang kehidupan pribadinya dan pengalaman-pengalaman pada masa lalu
- 8) Konselor sebaiknya memperhatikan setiap perbedaan pernyataan klien, khususnya mengenai nilai-nilai dan nada perasaan klien
- 9) Konselor harus memperhatikan apa yang diharapkan oleh klien dan apa yang akan dikatakan oleh klien, tetapi klien tidak dapat mengatakannya
- 10) Konselor sebaiknya berbicara dan bertanya pada saat yang tepat
- 11) Konselor harus memiliki dasar *acceptance* (menerima) terhadap

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA  
Berdasarkan penjabaran di atas konselor bimbingan dan konseling harus berpegang pada prinsip-prinsip umum untuk menciptakan proses konseling yang efektif. Prinsip-prinsip tersebut meliputi pembentukan hubungan yang baik, memberikan kebebasan berekspresi kepada klien, menghindari kritik dan penyanggahan

---

<sup>40</sup> Yusuf Gunawan dan Chaterine Dewi Liwansubroto, *Pengantar Bimbingan dan Konseling: Buku Panduan Mahasiswa*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992), hlm. 127.

yang dapat merusak kepercayaan, serta bersikap penuh perhatian, pengertian, dan tidak otoriter. Konselor juga diharapkan mampu memahami perasaan, kebutuhan, serta latar belakang kehidupan klien, memperhatikan perbedaan pernyataan klien, dan bertanya pada saat yang tepat. Selain itu, konselor perlu mengadopsi sikap penerimaan (*acceptance*) terhadap klien untuk mendukung proses konseling yang optimal.

#### e. Metode Konseling Individu

Ada tiga metode dalam konseling yang bisa digunakan dalam konseling individu, yaitu:

##### 1) Konseling direktif

Konseling direktif berarti konseling yang dilakukan secara langsung. Cara pendekatan ini menunjukkan bahwa klien tidak mampu mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya. Karena itu klien membutuhkan bantuan dari orang lain yaitu konselor.

Dalam konseling direktif klien bersifat pasif dan yang aktif adalah konselor. Konseling direktif berlangsung menurut langkah-langkah umum sebagai berikut:

- a) Analisis data tentang klien.
- b) Pensintesan data untuk mengenali kekuatan-kekuatan dan kelemahan-kelemahan klien.
- c) Diagnosis masalah.

- d) Prognosis atau prediksi tentang perkembangan masalah selanjutnya.
  - e) Pemecahan masalah.
  - f) Tindak lanjut dan peninjauan hasil-hasil konseling<sup>41</sup>
- 2) 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 mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikiran secara bebas. Pendekatan ini berasusmsi 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 di pundak klien sendiri. Sedangkan kewajiban dan peranan utama konselor adalah menyiapkan suasana agar potensi dan

---

<sup>41</sup> Abror Sudik, *Pengantar bimbingan dan konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2017), hlm. 117-118.

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.<sup>42</sup>

### 3) Konseling eklektik

Konseling eklektik 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 pernyataan praktek konseling menunjukkan bahwa tidak semua masalah dapat dientaskan secara baik hanya dengan satu pendekatan atau teori saja.

Pendekatan atau teori mana yang cocok digunakan sangat

ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain:

- a) Sifat masalah yang dihadapinya (misal tingkat kesulitan dan kekompleksannya).
- b) Kemampuan klien dalam memainkan peranan dalam proses konseling.
- c) Kemampuan konselor sendiri, baik pengetahuan maupun keterampilan dalam menggunakan masing-masing

---

<sup>42</sup> *Ibid.*, hlm. 118.

pendekatan atau teori konseling. Kebanyakan diantara mereka bersikap elektrik yang mengambil berbagi kebaikan dari kedua pendekatan ataupun dari berbagai teori konseling yang ada itu, mengembangkan dan menerapkannya dalam praktek sesuai dengan permasalahan klien.<sup>43</sup>

Berdasarkan uraian di atas dalam proses konseling metode dapat disesuaikan sesuai kebutuhan klien, bisa menggunakan metode direktif, metode non-direktif dan metode eklektik karena ketiga metode ini sangat betentangan satu sama lain dan lebih baik jika sudah ditentukan sebelum proses konseling berlangsung.

#### **f. Tahapan Konseling Individu**

Proses konseling individu adalah suatu proses untuk mengadakan perubahan pada diri klien, perubahan itu sendiri pada dasarnya adalah menimbulkan sesuatu yang baru yang sebelumnya belum berkembang, misalnya berupa perubahan pandangan, sikap, ketrampilan dan sebagainya.<sup>44</sup> Menurut Tohirin proses pelaksanaan layanan konseling individu menempuh beberapa tahapan kegiatan, yaitu sebagai berikut:

##### **1) Tahap perencanaan**

Pada tahapan ini meliputi kegiatan antara lain:

---

<sup>43</sup> *Ibid.*, hlm. 119-120.

<sup>44</sup> Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 107.

- a) Mengidentifikasi klien.
  - b) Mengatur waktu pertemuan.
  - c) Mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan.
  - d) Menetapkan fasilitas layanan.
  - e) Menyiapkan kelengkapan administrasi.
- 2) Tahap Pelaksanaan
- Pada tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa kegiatan sebagai berikut:
- a) Menerima klien.
  - b) Menyelenggarakan penstrukturran.
  - c) Membahas masalah klien dengan menggunakan teknik-teknik.
  - d) Mendorong pengentasan masalah klien (bisa digunakan teknik-teknik khusus).
  - e) Memantapkan komitmen klien dalam pengentasan masalahnya.
  - f) Melakukan penilaian segera.
- 3) Tahap Evaluasi Jangka Pendek

Pada tahap ini konselor bertugas menganalisis hasil dari kegiatan tahap perencanaan dan pelaksanaan kemudian menafsirkan hasil konseling individu yang telah dilaksanakan.

#### 4) Tahap Tindak Lanjut

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan konselor adalah:

- a) Menetapkan jenis arah tindak lanjut.
- b) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-  
pihak terkait.
- c) Melaksanakan rencana tindak lanjut.

#### 5) Tahap Laporan

Pada tahap ini tugas konselor adalah:

- a) Menyusun laporan layanan konseling individu.
- b) Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau  
madrasah dan pihak yang terkait.
- c) Mendokumentasikan laporan.<sup>45</sup>

Berdasarkan penjabaran uraian di atas proses konseling individu adalah konseling bertujuan untuk membawa perubahan pada diri klien, baik dalam pandangan, sikap, keterampilan, dan aspek lainnya. Proses konseling individu melibatkan lima tahap utama yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi jangka pendek, tahap tindak lanjut, dan tahap laporan.

---

<sup>45</sup> Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 169.

## 2. Tinjauan Tentang Percaya Diri

### a. Pengertian Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok. Lauster mendefinisikan bahwa kepercayaan diri di peroleh dari pengalaman hidup, yang memiliki aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.<sup>46</sup>

Maslow menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualis diri. Dengan percaya diri orang

---

<sup>46</sup>M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2011), hlm. 34.

akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya, percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandinkan dirinya dengan orang lain.<sup>47</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang menandai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat.

#### b. Ciri-Ciri Percaya Diri

Enung Fatimah mengemukakan beberapa ciri-ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional adalah sebagai berikut:

- a. Percaya akan kemampuan atau kompetensi diri, hingga tidak membutuhkan puji, pengakuan, penerimaan ataupun hormat dari orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.

---

<sup>47</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Alumni, 2000), hlm. 202.

- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- d. Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil).
- e. Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung atau mengharapkan bantuan orang lain).
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dansituasi yang terjadi.<sup>48</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa keberhasilan kepercayaan diri yaitu bila kesadaran kita akan

kelebihan dan kekurangan diri, kemampuan berpikir positif, tidak takut gagal dan mencoba hal baru, serta mampu menerima saran dan kritikan dengan bijak.

### **c. Aspek-Aspek Percaya Diri**

Menurut Rini orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi

---

<sup>48</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), hlm. 149-150.

yang cukup baik, tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat.<sup>49</sup>

Lauster mengemukakan aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain:

1) Keyakinan akan Kemampuan diri.

Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2) Optimis.

Sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.

3) Objektif.

Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung jawab.

Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

---

<sup>49</sup> M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), hlm. 35.

5) Rasional.

Rasional yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.<sup>50</sup>

Berdasarkan penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa aspek-aspek yang membentuk percaya diri meliputi keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, dan rasionalitas. Semua ini berperan penting dalam membentuk individu yang tenang dan mampu menghadapi tantangan dengan percaya diri. Kepercayaan diri yang tinggi membantu individu untuk bergaul dengan fleksibel, memiliki toleransi, dan mengambil keputusan dengan tegas.

**d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri**

Faktor-faktor yang mempengaruhi keperayaan diri pada individu dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal sebagai berikut:

1) Faktor Internal

a) Konsep diri.

Terbentuknya percaya diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Konsep diri merupakan gagasan

---

<sup>50</sup> Ibid., hlm. 35-36.

tentang dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif.

b) Harga diri.

Yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri.

c) Kondisi fisik.

Perubahan kondisi fisik berpengaruh pada percaya diri. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

d) Pengalaman hidup.

Pengalaman yang mengecewakan seringkali menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri, lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

## 2) Faktor Eksternal

### a) Pendidikan.

Pendidikan mempengaruhi percaya diri seseorang.

Tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa di bawah kekuasaan yang lebih, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

### b) Lingkungan dan pengalaman hidup.

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan

percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan Masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri berkembang.

Berdasarkan beberapa faktor di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri suatu individu baik berupa konsep diri,

harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Sementara faktor eksternal merupakan faktor yang dipengaruhi dari luar diri pada individu, seperti Pendidikan dan lingkungan hidup.

#### e. Meningkatkan Kepercayaan Diri

Menurut Santrock yang menyebutkan ada empat cara meningkatkan rasa kepercayaan diri yaitu:

- a. Mengidentifikasi penyebab kurang kepercayaan diri dan identifikasi domain-domain kompetensi diri yang penting.

Remaja memiliki tingkat rasa percaya diri yang tinggi ketika mereka berhasil di dalam domain-domain kompetensi yang penting,yaitu kompetensi dalam domain-domain diri yang penting merupakan langkah yang penting untuk memperbaiki tingkat kepercayaan diri.

- b. Memberi dukungan emosional dan penerimaan sosial

Dukungan emosional dan persetujuan sosial dalam bentuk

konfirmasi dari orang lain merupakan pengaruh bagi rasa kepercayaan diri remaja, seperti guru, teman sebaya dan keluarga.

- c. Prestasi

Dengan membuat prestasi melalui tugas-tugas yang telah diberikan secara berulang-ulang.

d. Mengatasi masalah

Menghadapi masalah dan selalu berusaha untuk mengatasinya.

Rasa kepercayaan diri dapat juga meningkat ketika remaja mengalami suatu masalah dan berusaha untuk mengatasinya, bukan hanya menghindarinya.<sup>51</sup>

Berdasarkan uraian di atas bahwa untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri pada remaja, terdapat empat cara utama yang dapat diterapkan diantaranya pentingnya mengidentifikasi penyebab kurangnya kepercayaan diri serta mengetahui domain-domain kompetensi diri yang dianggap penting, dukungan emosional dan penerimaan sosial, pencapaian prestasi, dan kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi masalah.

f. Percaya Diri dalam Perspektif Islam

Al-Qur'an berbicara kepada akal dan perasaan manusia; mengajar mereka tentang aqidah tauhid; membersihkan jiwa mereka dengan berbagai praktik ibadah; memberi mereka petunjuk untuk kebaikan dan kepentingannya, baik dalam kehidupan individu maupun sosial; menunjukkan kepada mereka jalan terbaik, guna mewujudkan jati dirinya, mengembangkan kepribadiannya dan meningkatkan dirinya menuju kesempurnaan insani, sehingga

---

<sup>51</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga,2007), hlm. 355.

mampu mewujudkan kebahagiaan bagi dirinya, di dunia dan akhirat.<sup>52</sup>

Al-Qur'an sebagai rujukan pertama juga menegaskan tentang percaya diri dengan jelas dalam beberapa ayat-ayat yang mengindikasikan percaya diri seperti dalam Quran Surat Ali Imran ayat 139 dan Quran Surat Fussilat ayat 30

وَلَا تَهُوَا وَلَا تَحْرُوَا وَأَنْتُمْ أَلَاّ عَلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: *Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamu lah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.* (QS. Ali Imran: 139)<sup>53</sup>

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَنَزَّلَ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَا

تَخَافُوا وَلَا تَحْرُوَا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya: *Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu"* (QS. Fussilat: 30)<sup>54</sup>

Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih

---

<sup>52</sup> Aya Mamlu'ah, *konsep percaya diri dalam Al Qur'an surat ali Imran ayat 139*, (IAI Sunan Giri Bojonegoro, Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman Volume 01 Nomor 01 Edisi Juli- Desember 2019), hlm. 31.

<sup>53</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 3:139, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 67.

<sup>54</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 41:30, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 480.

serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Banyaknya ayat-ayat lain yang menggambarkan tentang keistimewaan kedudukan manusia di muka bumi dan juga bahkan tentang keistimewaan umat Islam, yang menurut penulis merupakan ayat-ayat yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri.

*Ma'rifatun-nafsi* atau mengenal diri sendiri terkenal dengan ungkapan "barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya", Dapat disejajarkan dengan konsep diri, *selfconcept* yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. *Khusnudzon* atau prasangka yang baik juga dapat disejajarkan dengan berpikir positif. Kata-kata yang terus beriringan dalam al-Quran yaitu iman dan amal merupakan penegasan dari harus adanya keyakinan dan tindakan. Untuk menyikapi semua tindakan-tindakan dan hasil yang diperoleh atas semua usahanya Islam memberikan konsep lain seperti tawakal, syukur dan muhasabah yang harus diamalkan dalam kehidupan sehari-hari. Akumulasi konsep-konsep tersebut jika diteliti secara berkesinambungan akan menimbulkan dan mengisyaratkan adanya konsep percaya diri yang terungkap dalam al-Qur'ani

Berdasarkan uraian di atas maka kepercayaan diri secara prespektif Islam adalah hal yang berakar pada keimanan kepada Allah SWT dan kesadaran akan potensi yang diberikan-Nya, bukan kesombongan atau keakuan. Kepercayaan diri ini tumbuh dari

keyakinan bahwa diri adalah hamba Allah yang memiliki derajat tinggi. serta diwujudkan melalui ikhtiar yang optimal, tawakal kepada Allah, menjaga diri dari kelemahan dan kesedihan, dan memiliki tujuan hidup yang positif dan bermanfaat.

### **3. Tinjauan Tentang Dunia Kerja**

#### **a. Pengertian Dunia Kerja**

Dunia kerja atau yang sering disebut dengan pekerjaan merupakan segala sesuatu yang dikerjakan oleh manusia dengan berbagai tujuan.<sup>55</sup> Wirawan menjelaskan bahwa “pekerjaan (*job*) merupakan sejumlah posisi, semuanya dengan tugas yang sama dan dengan sejumlah pegawai yang melaksanakannya”.<sup>56</sup>

Sunyoto menjelaskan bahwa suatu pekerjaan sebelumnya harus dirancang atau dilakukan desain pekerjaan, hal ini untuk mendapatkan efek positif bagi peningkatan produktivitas kerja serta tidak kalah pentingnya, yaitu efektivitas dan efisiensi baik pada pola kerja maupun dari segi pembiayaan tenaga kerja<sup>57</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dunia kerja dapat diartikan sebagai tanggapan individu berdasarkan stimulus atau rangsangan terhadap beberapa lingkungan pekerjaan

---

<sup>55</sup> Aswin, dkk., *Pengaruh Persepsi Dunia Kerja Terhadap Perencanaan Karir Peserta Didik Kelas XI Sosial Sma*, (Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling FKIP Untan Pontianak, 2016), hlm. 3.

<sup>56</sup> Wirawan, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015), hlm. 82.

<sup>57</sup> Danang Sunyoto, *Manajemen dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service), 2015), hlm. 79.

yang dapat merubah keadaan hidup mereka untuk menjadi lebih baik dengan melakukan sejumlah kegiatan.

### b. Persiapan Masuk Dunia Kerja

Gambaran seseorang mengenai memasuki dunia kerja oleh sebagian orang merupakan sesuatu yang menakutkan, membuat tidak optimis dan ragu-ragu. Akan tetapi, kenyataannya tidaklah demikian, gambaran mengenai pekerjaan tidaklah sesuram dan segelap itu. Dari diri kita sendiri tidak dituntut kecuali percaya diri, pengalaman, kecakapan, dan persiapan yang sesuai dengan pekerjaan yang dipilih.<sup>58</sup>

Untuk menghindari hal-hal tersebut, diperlukan adanya persiapan pengetahuan untuk menghadapi tuntutan-tuntutan dalam sebuah pekerjaan, yaitu:

#### 1) Signifikan Latihan

Pengetahuan umum yang berkaitan dengan pekerjaan, latihan untuk mencapai tingkat keterampilan dan kecakapan mempunyai peran penting dalam persiapan diri. Semakin meningkat persyaratan suatu pekerjaan maka semakin meningkat pula diperlukannya latihan (*vocational training*) yang sesuai dengan masing-masing bidang.

---

<sup>58</sup> Mitchell Dreese, *Penuntun Mencari Pekerjaan*, (Jakarta: CV. Samajaya, 1983), hlm. 19.

## 2) Alternatif Sekolah

Saat menghadapi tuntutan-tuntutan dalam persiapan sebuah pekerjaan, tentu saja kita sudah mengkaji mengenai alternatif-alternatif sekolah yang dapat memberi kita ilmu tentang pekerjaan yang akan dipilih secara mendalam dan mampu membantu kita dalam mempersiapkan diri.

## 3) Pengalaman Kerja

Pengalaman kerja ini dapat kita peroleh dalam dunia pendidikan maupun tidak, dalam jenjang sekolah menengah kejuruan ada Praktik Kerja Lapangan (PKL), dalam dunia universitas ada Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan Magang. Di luar dunia pendidikan pengalaman kerja bisa diperoleh saat kita mempunyai relasi dengan teman maupun saudara, sehingga kita bisa mencari pengalaman di suatu pekerjaan tersebut. Semua itu bertujuan untuk memberikan

pengalaman lapangan guna mempersiapkan kita untuk memasuki dunia kerja yang akan kita pilih selanjutnya.<sup>59</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gambaran negatif mengenai dunia kerja sering kali disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri, pengalaman, dan persiapan. Namun, realitas dunia kerja tidaklah sesuram itu, untuk menghadapi tuntutan pekerjaan diperlukan persiapan matang yang meliputi tiga aspek utama yaitu

---

<sup>59</sup> *Ibid.*, hlm. 26-31.

latihan signifikan, alternatif sekolah, dan pengalaman kerja. Dengan persiapan ini, individu akan lebih siap dan percaya diri dalam memasuki dunia kerja.

### c. Dunia Kerja Dalam Perspektif Islam

Dalam kaitannya dengan iman, perbuatan atau kerja Islami justru merupakan manifestasi dan bagian daripadanya. Karakteristik iman ada dua: 1) kepercayaan atau keyakinan hati, 2) pengamalan atau kerja sebagai bukti bahwa keyakinan itu berfungsi. Iman dalam hati baru menjadi eksis apabila telah melahirkan perbuatan atau kerja.<sup>60</sup>

Umat Muslim sangat dianjurkan bekerja untuk memerangi sikap malas, lemah, mengemis, dan pengangguran. Sebagaimana dijelaskan dalam Quran Surat Az-Zumar ayat 39

فُلْنَ يَقُولُواْ عَلَىٰ مَكَانِتُكُمْ إِلَىٰ عَمَلٍ فَسَوْفَ تَعْلَمُونَ

Artinya: Katakanlah (Muhammad): "Hai kaumku, bekerjalah sesuai dengan keadaanmu, sesungguhnya aku akan bekerja (pula), maka kelak kamu akan mengetahui."<sup>61</sup>

Ayat ini adalah perintah (*amar*) dan karenanya mempunyai nilai hukum "wajib" untuk dilaksanakan. Siapapun mereka yang secara pasif berdiam diri tidak mau berusaha untuk bekerja, maka

---

<sup>60</sup> Ahmad Janan Asifudin, *Etos Kerja Islami*, (Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2004), hlm. 60.

<sup>61</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 39:39, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Syigma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 462.

dia telah menghujat perintah Allah, dan sadar atau tidak kenistaan bagi dirinya.<sup>62</sup>

Allah berfirman dalam Quran Surat At-Taubah ayat 105

وَقُلِ اعْمَلُوا فَسِيرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ  
وَسُتُّرُدُونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُبَيِّنُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya: *Dan Katakanlah: "Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan."*<sup>63</sup>

Menurut Hamka, ayat ini dihubungkan dengan surat al-Isra'

ayat 84: "Katakanlah: tiap-tiap orang beramal menurut bakatnya tetapi Tuhan engkau lebih mengetahui siapakah yang lebih mendapat petunjuk dalam perjalanan". Setelah dihubungkan dengan ayat tersebut, dapat diketahui bahwa Allah menyuruh manusia untuk bekerja menurut bakat dan bawaan, yaitu manusia diperintahkan untuk bekerja sesuai tenaga dan kemampuannya. Artinya manusia tidak perlu mengerjakan pekerjaan yang bukan pekerjaannya, supaya umur tidak habis dengan percuma. Dengan demikian, manusia dianjurkan untuk tidak bermalas-malas dan menghabiskan

---

<sup>62</sup> Toto Tasmara, *Etos Kerja Pribadi Muslim*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 1995), hlm. 6.

<sup>63</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, 9:105, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2010), hlm. 203.

waktu tanpa ada manfaat. Mutu pekerjaan harus ditingkatkan, dan selalu memohon petunjuk Allah SWT.<sup>64</sup>

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud etos kerja dalam prespektif Islam adalah ibadah mulia yang memiliki tujuan mencari rezeki halal untuk kebutuhan hidup, menjaga amanah, memelihara martabat diri, dan menjadi sarana berbakti kepada Allah SWT serta memberi manfaat bagi sesama. Ini dilakukan dengan etos kerja yang dilandasi niat ikhlas karena Allah, bertanggung jawab, disiplin, jujur, serta menjaga keseimbangan antara dunia dan akhirat.

#### **4. Tinjauan Tentang Eks Psikotik**

##### **a. Pengertian Eks Psikotik**

Eks psikotik adalah seseorang yang pernah mengalami gangguan pada fungsi kejiwaan seperti proses berfikir, emosi, kecemasan dan psikomotorik.<sup>65</sup> Eks psikotik merupakan seseorang yang pernah mengalami kelainan kepribadian yang besar, karena seluruh kepribadian orang yang bersangkutan terkena dan orang tersebut tidak dapat lagi hidup dan bergaul normal dengan orang-orang lain disekitarnya.<sup>66</sup> Eks psikotik adalah seseorang yang pernah mengalami gangguan pada fungsi kejiwaan, seperti proses berfikir, emosi, kecemasan, dan psikomotorik.<sup>67</sup>

---

<sup>64</sup> Hamka, *Tafsir al-Azhar*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1985), Juz 28, hlm. 39.

<sup>65</sup> Iyus Yosep & Titin Sutini, *Buku Ajar Keperawatan*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), hlm. 46.

<sup>66</sup> Sarwono, *Teori-teori Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali, 1996), hlm. 119.

<sup>67</sup> Suliswati, dkk, *Konsep Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: EGC, 2005), hlm. 7.

Sedangkan psikotik didefinisikan sebagai gangguan jiwa yang lebih berat, klien menunjukkan gejala perilaku yang abnormal secara kasat mata. Mereka orang yang kerap mengoceh tidak karuan, dan melakukan hal-hal yang bisa membahayakan dirinya dan orang lain, seperti mengamuk.<sup>68</sup> Psikotik yaitu suatu kelainan jiwa yang masih dapat disembuhkan dengan harus menjalani pengobatan terapi kejiwaan secara bertahap dan cukup lama sampai benar-benar sembuh secara klinis.<sup>69</sup> Psikotik juga sama dengan gangguan atau penyakit mental yaitu, gangguan atau penyakit yang menghalangi seseorang hidup sehat seperti yang diinginkan baik oleh diri individu itu sendiri maupun orang lain.<sup>70</sup>

Berdasarkan uraian di atas eks psikotik dapat diartikan gangguan jiwa yang dialami seseorang dan menghalangi individu untuk melakukan aktivitas sebagaimana mestinya namun bisa disembuhkan melalui terapi kejiwaan.

#### b. Karakteristik Psikotik

Seorang yang mengidap psikotik bisa ditandai dengan mempunyai ciri dan tingkah laku yang dianggap tidak normal dengan tingkah laku manusia normal pada umumnya, yaitu sebagai berikut:

---

<sup>68</sup> Iyus Yosep, *keperawatan jiwa*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), hlm. 30.

<sup>69</sup> Dwi Tiya Rahmawati, *Terapi terhadap klien eks psikotik di balai rehabilitasi sosial bina karya dan laras Yogyakarta*, skripsi, (Yogyakarta: UIN Yogyakarta, 2018)

<sup>70</sup> Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), hlm. 9.

- 1) Tingkah laku dan relasi sosialnya selalu eksentrik (kegila-gilaan dan kronis patologis). Kurang memiliki kesadaran sosial, fanatik, sangat individualistik dan selalu bertentangan dengan lingkungan dan norma.
- 2) Sikapnya masih frontal, aneh, sering berbuat kasar, dan marah tanpa sebab.
- 3) Pribadinya tidak stabil, responnya kurang tepat, dan tidak dapat dipercaya.

Berdasarkan uraian di atas karakteristik psikotik mengacu pada serangkaian gejala yang menunjukkan hilangnya kontak dengan realitas, seperti delusi (keyakinan yang salah) dan halusinasi (persepsi yang tidak nyata). Orang dengan karakter psikotik mungkin juga menunjukkan pikiran yang membingungkan, perilaku aneh, omongan tidak teratur, dan kehilangan minat pada aktivitas sehari-hari, yang mencerminkan gangguan dalam pemikiran dan persepsi.

#### e. Jenis-Jenis Psikotik

Kriteria psikotik dipandang dari penyebabnya terbagi menjadi dua. Menurut kartini kartono yaitu psikotik organik dan psikotik fungsional, sebagaimana berikut penjelasannya:

- 1) Psikotik organik adalah psikotik yang disebabkan oleh faktor-faktor fisik dan faktor-faktor internal yang mengakibatkan penderita mengalami kekalutan mental, *maladjustment* dan tidak

kuasa secara sosial. Hal tersebut menyebabkan fungsi jaringa otak tidak maksimal karena ada gangguan pada pusat susunan urat syaraf pada psikotik gangguan fisik termasuk gangguan ingatan, gangguan orientasi dan fungsi berfikir.

- 2) Psikotik fungsional merupakan psikotik disebabkan oleh faktor non organik dan ada *maladjustment* fungsional, sehingga penderita mengalami kepecahan pribadi total, menderita *maladjustment* intelektual, dan instabilitas wataknya. Jenis-jenis psikotik fungsional diantaranya, *schizophrenia* yaitu gangguan yang ditandai dengan gangguan kepribadian, distorsi realita, dan ketidakmampuan untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Mania-depresif merupakan kekalutan atau penyakit mental serius yang berupa gangguan emosional dan suasana hati yang ekstrim. Paranoid merupakan gangguan mental serius yang dicirikan dengan timbulnya banyak delusi kebesaran.<sup>71</sup>

Berdasarkan uraian diatas jenis-jenis psikotik dibagi menjadi dua, yaitu psikotik organik yang datang dari dalam diri penderita berupa kekalutan mental dan tidak kuasa secara sosial sedangkan psikotik fungsional itu datang dari non organik dan penderita mengalami kepecahan pribadi total yang mengakibatkan gangguan kepribadian.

---

<sup>71</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Bandung: Mandar Maju, 2009), hlm. 136.

#### d. Faktor-Faktor Penyebab Psikotik

Dalam psikotik yang sakit atau menderita adalah manusia seutuhnya, bukan badan, jiwa dan lingkungannya. Sumber penyebab psikotik atau gangguan jiwa dipengaruhi oleh faktor-faktor pada ketiga unsur yang saling berpengaruh yaitu:

- 1) Faktor biologis, dalam pandangan biologi psikotik disebabkan karena genetik atau keturunan, ketidakseimbangan biokimiawi di dalam otak yang dapat mempengaruhi perilaku, struktur biologis atau jasmani yang cenderung lemah. Selain itu juga bisa karena keracunan alkohol yang mengakibatkan penderita mengalami banyak halusinasi atau delusi.
- 2) Faktor psikososial, pada faktor ini psikotik disebabkan karena persepsi diri, trauma masa kecil, pengasuhan keluarga yang tidak baik, struktur keluarga yang patogenik, keluarga yang berantakan dan pola komunikasi yang menyimpang.
- 3) Faktor spiritual, yang mana bahwa agama dapat berperan sebagai pelindung daripada sebagai penyebab masalah. Orang yang memiliki spiritual rendah (keimanan dan ketakwaan) akan mudah mengalami gangguan jiwa.<sup>72</sup>

Berdasarkan penjabaran uraian di atas penyebab psikotik dapat dipengaruhi oleh tiga faktor utama antara lain faktor biologis, faktor

---

<sup>72</sup> Iyus Yosep, *Keperawatan Jiwa*, (Bandung: Rifika Aditama, 2007), hlm. 61.

psikososial, dan faktor spiritual. Interaksi ketiga faktor ini saling memengaruhi dan berkontribusi terhadap timbulnya psikotik.

## H. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisasi untuk menyelidiki suatu masalah tertentu dengan maksud mendapatkan informasi untuk digunakan sebagai solusi atas masalah tersebut. Cara yang dimaksud dilakukan dengan menggunakan metode ilmiah yang terdiri dari berbagai tahapan atau langkah-langkah.<sup>73</sup> Dari sini dimaksudkan bahwa metode yang diperoleh dari penelitian ini menghasilkan data yang valid. Agar mempermudah penelitian yang telah dipaparkan,

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang pengumpulan datanya dilakukan di lapangan, seperti di lingkungan masyarakat, lembaga-lembaga dan organisasi kemasyarakatan dan lembaga pemerintahan.<sup>74</sup> Menurut Bogdan dan Taylor dalam bukunya Basrawi dan Suwandi menerangkan bahwa penelitian kualitatif adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa tulisan dan perilaku orang-orang

---

<sup>73</sup> Ulber Silalahi, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2010), hlm. 12.

<sup>74</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 4.

yang diamati.<sup>75</sup> Metode yang digunakan adalah metode deskriptif yaitu prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan atau melukiskan keadaan subjek atau objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya.<sup>76</sup>

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah tentang orang-orang yang menjadikan sumber informasi dan dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang akan diteliti.<sup>77</sup> Pemilihan subjek dengan teknik sampling, yaitu dengan menjaring sebanyak mungkin informasi dari berbagai macam sumber dan bangunannya (*construction*). Sampling digunakan untuk menggali informasi yang akan menjadi dasar dari rancangan dan teori yang muncul. Pada penelitian kualitatif tidak ada sampel acak, tetapi sempel bertujuan (*purposive sample*).<sup>78</sup> *Purposive sample* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, misalnya orang tersebut adalah

---

<sup>75</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 1.

<sup>76</sup> Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1995), hlm. 63.

<sup>77</sup> Tatang Amrin, *Menyusun Rencana Penelitian*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1998), hlm. 135.

<sup>78</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 223

orang yang paling dianggap tahu tentang apa yang diharapkan oleh penulis.<sup>79</sup>

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah pekerja sosial, dan pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS). Adapun kriteria yang digunakan untuk menentukan subjek penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Dari pekerja sosial (peksos) di Unit Bina Karya dengan kriteria:
  - a) Pekerja sosial yang bekerja kurang lebih satu tahun di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya Yogyakarta
  - b) Pekerja sosial yang berpengalaman dalam menangani PPKS / eks psikotik
  - c) Pekerja sosial yang melakukan konseling individu kepada PPKS / eks psikotik

Subjek pekerja sosial 1 orang, karena peksos yang bertugas

di Balai RSBKL unit Bina Karya hanya 1, maka yang memenuhi syarat dengan kriteria ini adalah Ibu Siti Aspiyah.

- 2) Dari pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS) dengan kriteria:
  - a) Kondisi klien stabil dan jarang kambuh
  - b) Kondisi mental sudah tertata dan memiliki ketrampilan

---

<sup>79</sup> Sugiono, *Metode Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 2.

c) Cukup kooperatif dalam berkomunikasi serta sudah lama

menjadi warga binaan sosial.

d) Sudah dinyatakan layak bersosialisasi ke masyarakat luar

dan akan siap dipulangkan

Subjek PPKS yang memenuhi syarat dan rekomendasi dari

peksos dengan kriteria ini adalah 2 orang yaitu MS dan KH.

**Tabel 1.1**

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Kriteria
1	Siti Aspiyah	Perempuan	56	Pekerja Sosial
2	MS	Laki-Laki	38	Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)
3	KH	Laki-Laki	44	Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS)

#### b. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah fenomena atau masalah penelitian yang telah diabstraksi menjadi suatu konsep atau variabel.<sup>80</sup> Dalam penelitian ini objek penelitiannya adalah proses konseling individu

---

<sup>80</sup> Ulber Silalahi, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), hlm. 191.

untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik.

### **3. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah paling strategis dalam penelitian, karena tujuan dari penelitian tersebut yaitu memperoleh data. Jika peneliti tidak mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti akan mengalami kesulitan dalam memperoleh data atau tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.<sup>81</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa teknik diantaranya:

#### **a. Wawancara**

Wawancara merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data atau keterangan lisan dari seseorang melalui suatu percakapan yang sistematis dan terorganisasi. Hasil wawancara tersebut dicatat dan direkam oleh pewawancara.<sup>82</sup> Dalam penelitian kualitatif, wawancara mendalam (*indepth interview*) biasanya dilakukan tidak terstruktur. Namun demikian, penelitian boleh melakukan wawancara penelitian kualitatif secara terstruktur.<sup>83</sup>

---

<sup>81</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm. 224.

<sup>82</sup> Ulber Silalahi, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), hlm. 313.

<sup>83</sup> Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rajawali Pres, 2012), hlm. 63.

Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data bila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh. Adapun wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas karena penulis tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya.<sup>84</sup> Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur dengan menyiapkan pedoman wawancara yang telah disiapkan sebelumnya oleh peneliti untuk mendapatkan data yang valid.

### b. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti.<sup>85</sup> Pengamatan dapat dilakukan secara terlibat (partisipan) ataupun tidak terlibat (non partisipan).<sup>86</sup> Pada penelitian ini peneliti menggunakan observasi non partisipan, yaitu pengamat berada di luar subjek yang diamati dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan.<sup>87</sup> Observasi merupakan penunjang wawancara sehingga observasi dan wawancara dilaksanakan secara bersamaan, namun untuk

---

<sup>84</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 321.

<sup>85</sup> Susanto, *Metode Penelitian Sosial*, (Surakarta: UNS Press, 2006), hlm. 126.

<sup>86</sup> Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial (Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif)*, (Yogyakarta: UII Press, 2007), hlm. 129.

<sup>87</sup> Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002), hlm. 70.

mengobservasi lebih mendalam, peneliti juga melakukan pemantauan kepada subjek PPKS di luar jadwal kegiatan dan wawancara.

### c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan cara mengumpulkan data melalui peninggalan tertulis, terutama berupa arsip-arsip dan termasuk buku-buku tentang pendapat, teori dan lain-lain yang berhubungan dengan masalah penelitian.<sup>88</sup> Pada penelitian ini peneliti menggunakan media seperti kamera dengan hasil berupa foto untuk mendokumentasikan hasil dari wawancara maupun observasi. Foto terlampir berupa foto alur pelayanan di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL), brosur profil balai, dan foto prosesi konseling individu. Selain menggunakan media di atas, peneliti juga menggunakan media rekaman suara sebagai penguat data penelitian.

## 4. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Miles dan Huberman mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif deskriptif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh.<sup>89</sup> Analisis data menjadi pegangan peneliti selanjutnya. Namun dalam penelitian kualitatif proses analisis data

---

<sup>88</sup> Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1995), hlm. 141

<sup>89</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 246.

difokuskan selama proses penelitian di lapangan bersama dengan pengumpulan data. Dalam kenyataannya, proses analisis data kualitatif berlangsung pada saat proses pengumpulan data berlangsung daripada setelah selesai pengumpulan data.<sup>90</sup> Aktivitas dalam analisis data menurut Miles dan Huberman dalam buku Sugiyono adalah sebagai berikut:

a. Reduksi data (*data reduction*)

Reduksi data dilakukan untuk merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya, dan membuang yang tidak perlu.

b. Penyajian data (*data display*)

Setelah data direduksi, kemudian menyajikan data. Dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk teks yang bersifat naratif.

c. Penarikan kesimpulan (*conclusion drawing/ verification*)

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat menjadi jawaban dari rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, dari hasil data yang telah dikumpulkan dan disusun dalam bentuk narasi.<sup>91</sup>

## 5. Uji Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbaharui dari konsep kesahihan (validitas) dan keandalan (reliabilitas).<sup>92</sup> Triangulasi

---

<sup>90</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 245.

<sup>91</sup> *Ibid.*, hlm. 337-341.

<sup>92</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 321.

adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah pemeriksaan melalui sumber yang lain.<sup>93</sup>

Pendapat Patton yang dikutip oleh Lexy J. Moleong dalam buku Metode Penelitian Kualitatif, menyebutkan triangulasi dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif. Hal itu dapat dicapai dengan jalan:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
- c. Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu.
- d. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang yang berpendidikan menengah atau tinggi, orang berada, orang pemerintahan.
- e. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

---

<sup>93</sup> *Ibid.*, hlm. 330.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian dalam BAB III, maka dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam menghadapi dunia kerja pada eks psikotik di balai rehabilitasi sosial bina karya dan laras (BRSBKL) unit bina karya Yogyakarta menggunakan 5 tahap, yaitu: 1) Tahap Perencanaan, pada tahapan ini meliputi kegiatan seperti mengidentifikasi klien, mengatur waktu pertemuan, mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan, menetapkan fasilitas layanan, dan menyiapkan kelengkapan administrasi. 2) Tahap Pelaksanaan, pada tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa kegiatan seperti menerima klien, menyelenggarakan penstrukturran, membahas masalah klien dengan menggunakan teknik-teknik, mendorong pengentasan masalah klien (bisa digunakan teknik-teknik khusus), memantapkan komitmen klien dalam pengentasan masalahnya, dan melakukan penilaian segera. 3) Tahap Evaluasi Jangka Pendek, pada tahap ini konselor bertugas menganalisis hasil dari kegiatan tahap perencanaan dan pelaksanaan kemudian menafsirkan hasil konseling individu yang telah dilaksanakan. 4) Tahap Tindak Lanjut, pada tahap ini kegiatan yang dilakukan konselor adalah menetapkan jenis arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait, melaksanakan rencana tindak lanjut. 5) Tahap Laporan, pada tahap ini tugas konselor adalah menyusun laporan

layanan konseling individu, menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan pihak yang terkait, mendokumentasikan laporan.

Tahap-tahap konseling individu perlu dilaksanakan atau diimplementasikan secara keseluruhan agar layanan yang diberikan kepada PPKS bisa optimal terutama untuk meningkatkan percaya diri. Karena jika terdapat salah satu tahap tidak dilalui atau tidak diimplementasikan maka akan berefek pada kurang optimalnya suatu layanan konseling terutama konseling individu.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas serta pengamatan yang dilakukan peneliti tentang konseling individu untuk meningkatkan percaya diri dalam memasuki dunia kerja pada eks psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras dapat menambah sumber daya manusi (SDM) di bidang profesi pekerja sosial agar proses konseling maupun pendampingan terhadap PPKS lebih efektif. Lalu memberikan jadwal khusus antara pekerja sosial dengan PPKS untuk membangun hubungan yang lebih dekat.
2. Untuk konselor sebaiknya membuat daftar rencana pelaksanaan layanan yang terstruktur agar prosesi konseling antar PPKS mendapat hasil laporan yang sama, serta menambah waktu bertemu dengan PPKS guna membangun hubungan yang hangat dengan PPKS.

3. Untuk peneliti selanjutnya dapat memberikan kontribusi dengan memberikan wawasan layanan konseling individu yang *update* agar layanan konseling dapat disesuaikan sesuai pada masanya.

### C. Kata Penutup

Alhamdulillaahirabbil'aalamiin, rasa syukur peneliti panjatkan kepada kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan KaruniaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Memasuki Dunia Kerja Pada Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta". Peneliti menyadari bahwa saat melaksanakan penelitian hingga penulisan skripsi ini terdapat banyak kekurangan, oleh karena itu peneliti mengahrapkan kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu dan terlibat dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti lain kedepannya dan bermanfaat bagi pembaca yang membutuhkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almunafisah, Ulva, *Konseling Individu Untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021).
- Amirin, Tatang, *Menyusun Rencana Penelitian*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1998).
- Aswin, dkk., *Pengaruh Persepsi Dunia Kerja Terhadap Perencanaan Karir Peserta Didik Kelas XI Sosial Sma*, (Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling FKIP Untan Pontianak, 2016).
- Azzahra, Rahmatan, *Konseling Individu Untuk Membentuk Penyesuaian Diri Santri Mengikuti Pendidikan di PPM MBS Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kelima*, (Jakarta: PT Balai Pustaka, 2018).
- Badrujaman, Aip, *Teori dan Aplikasi Progam Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011).
- Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008).
- Brosur pelayanan Balai Rehabilitasi sosial Bina Karya dan Laras
- Daradjat, Zakiya, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 2001).
- Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran Terjemah Tafsir Per Kata*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2010).
- Dokumen Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras, “*Sejarah Berdiri BRSBKL Yogyakarta*”, (Yogyakarta: 2023), tidak diterbitkan
- Dewi Pangesti, Rahmadyah, *Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Akibat Bullying Verbal di Smp Negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2021).
- Dreese, Mitchell, *Penuntun Mencari Pekerjaan*, (Jakarta: CV Samajaya, 1983).

Fatimah, Enung, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006).

Gunawan, Yusuf, dan Chaterine Dewi Liwansubroto, *Pengantar Bimbingan dan Konseling: Buku Panduan Mahasiswa*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992).

Hamdun, Dudung, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Fakultas tarbiyah dan keguruan UIN Sunan kalijaga, 2013).

Hamka, *Tafsir al-Azhar*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1985).

Hasil observasi awal peneliti pada 7 September 2023

Hasil observasi langsung peneliti pra penelitian di Balai RSBKL unit bina karya

[https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/105-penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-dan-sarana-kesejahteraan-sosial](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/105-penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-dan-sarana-kesejahteraan-sosial) diakses pada 22 Agustus 2023

<https://dinkes.jogjaprov.go.id/berita/detail/riskesdas-2018gangguan-jiwa-berat--riskesdas-2018--gangguan-jiwa-berat-di-diy-melejit-urutan-2-nasional> diakses pada 22 Agustus 2023

<https://psdmapparatur.esdm.go.id/artikel/pentingnya-literasi-informasi-terkait-kesehatan-mental-bagi-masyarakat> diakses pada 22 Agustus 2023

Idrus, Muhammad, *Metode Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial (Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif)*, (Yogyakarta: UII Press, 2007).

Izzul Imam Syauqi, M., *Efektifitas Pelaksanaan Program Klasifikasi Bagi Rehabilitasi Psikososial Eks Psikotik Di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras*, tidak diterbitkan, skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016.

Janan Asifudin, Ahmad, *Etos Kerja Islami*, (Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2004).

J. Moleong, Lexy, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008).

Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000).

Kartono, Kartini, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Bandung: Mandar Maju, 2009).

Kartono, Kartini, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Alumni, 2000).

Kemdibud, KBBI, dalam <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/eks> (diakses pada tanggal 17 Januari 2024)

Ketut Sukardi, Dewa, *Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).

Khairani, Makmun, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja, 2014).

M. Moeliono, Anton, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989)

Mamlu'ah, Aya, *kONSEP percaya diri dalam Al Qur'an surat ali Imran ayat 139*, (IAI Sunan Giri Bojonegoro, Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman Volume 01 Nomor 01 Edisi Juli- Desember 2019).

Nawawi, Hadari, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1995).

Nurhikmayani, Ima, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN 2 Kuningan*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).

Nur Ghufron, M., dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2011).

Perry, Wayne, *Dasar-Dasar Teknik Konseling*, terj. Helly Prayitno Soetjipto, dkk, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010).

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

Sarwono, *Teori-teori Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali, 1996).

Silalahi, Ulber, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2010).

Semiun, Yustinus, *Kesehatan mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006).

Sodik, Abror, *Pengantar bimbingan dan konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2017).

Suci Wulandari, Ajeng, *Layanan Konseling Individu untuk Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2022).

- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2009).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015).
- Suliswati, dkk, *Konsep Keperawatan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: EGC, 2005).
- Sunyoto, Danang, *Manajemen dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service), 2015).
- Susanto, *Metode Penelitian Sosial*, (Surakarta: UNS Press, 2006).
- Tasmara, Toto, *Etos Kerja Pribadi Muslim*, (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 1995).
- Tiya Rahmawati, Dwi, *Terapi Terhadap Klien Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta, Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2018).
- Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007).
- Tohirin, Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling, (Jakarta: Rajawali Pres, 2012).
- W Santrock, John, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2007).
- Wawancara dengan Ibu Siti Aspiyah selaku pekerja sosial di Balai RSBKL pada 22 September 2023.
- Wawancara dengan PPKS eks psikotik (KH) pada 22 september 2023
- Wawancara dengan PPKS eks Psikotik (MS) pada 22 September 2023
- Wirawan, Manajemen Sumber Daya Manusia, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015).
- Yosep, Iyus & Titin Sutini, *Buku Ajar Keperawatan*, (Bandung: Refika Aditama, 2016).
- Yosep, Iyus, *keperawatan jiwa*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010).
- Yusuf, Syamsu, dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosada Karya, 2006).

Yusuf, Syamsu, *Kesehatan Mental Perspektif Psikologi dan Agama*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2018).

Zainal Arifin, Isep, *Bimbingan Penyuluhan Islam Pengembangan Dakwah melalui Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009).

