

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENDALIKAN  
KONTROL DIRI PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN  
JIWA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS)  
WELAS ASIH YAYASAN SINAR JATI LAMPUNG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Memperoleh Gelar S1 dalam Fakultas  
Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

**Oleh :**

**RYKA DWI PUTRI**

**NPM : 1841040401**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1444 H / 2022 M**

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENDALIKAN  
KONTROL DIRI PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN  
JIWA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS)  
WELAS ASIH YAYASAN SINAR JATI LAMPUNG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Memperoleh Gelar S1 dalam Fakultas  
Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

**Oleh :**

**RYKA DWI PUTRI**

**NPM : 1841040401**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam**



**Pembimbing I : Dr. Faizal,S.Ag.M.Ag**

**Pembimbing II : Umi Aisyah, M. Pd.I**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1444 H / 2022 M**

## ABSTRAK

Lansia merupakan fase akhir pada tahap perkembangan manusia, pada fase ini setiap individu merasakan perubahan dari segi fisik, sosial maupun kesehatan jiwa. Seperti halnya lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung mengalami gangguan jiwa. Hal ini juga berkaitan dengan menurunnya kemampuan lansia dalam mengontrol diri, yang memicu ketidakstabilan dan tidak terkontrolnya emosi serta perilaku yang bisa menyakiti diri sendiri ataupun orang lain. Salah satu upaya untuk mengatasi keadaan lansia tersebut adalah dengan melakukan konseling individu. Penelitian ini bertujuan untuk memahami, mengidentifikasi dan menjelaskan bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu Untuk mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan sifat penelitian deskriptif kualitatif dimana peneliti menjelaskan dan mendeskripsikan hasil temuan. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Penentuan informan pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Sumber data primer dalam penelitian ini berjumlah 5 orang terdiri dari 3 lansia, 1 pengurus dan 1 konselor. Menggunakan teori Milles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung dalam mendampingi lansia melalui beberapa tahapan konseling yaitu: 1) persiapan, yang meliputi kesiapan fisik dan mood lansia, tempat dan waktu, 2) identifikasi masalah untuk mengetahui permasalahan yang sedang dialami oleh lansia, 3) diagnosis, dilakukan untuk mengetahui penyebab para lansia tidak bisa mengendalikan kontrol diri mereka, 4) Prognosis, untuk menyusun pelaksanaan konseling individu, 5) Treatment atau terapi, dilakukan untuk membantu lansia dengan gangguan jiwa menggunakan pendekatan konseling direktif yaitu membangun hubungan yang baik antara situasi permasalahan dan kebiasaan dalam mereaksi permasalahan tersebut sehingga bisa merubah tingkah lakunya yang emosional dan impulsif menjadi tingkah laku yang lebih rasional, 6) Evaluasi, kegiatan konseling individu dinilai memberikan dampak yang sesuai berdasarkan tujuan yang ingin di capai dari hasil konseling individu ini. Berdasarkan hasil penelitian hasil yang

diperoleh adalah masing-masing lansia dengan gangguan jiwa sudah bisa mengendalikan kontrol diri sesuai porsi yang mereka miliki.

**Kata Kunci** : Konseling Individu, Kontrol Diri, Lansia Dengan Gangguan Jiwa



## ABSTRACT

*Elderly is the final phase in the stage of human development, in this phase every individual feels changes in terms of physical, social and mental health. Like the elderly in the Compassionate Social Welfare Institution (LKS) Sinar Jati Lampung Foundation, they experience mental disorders. This is also related to the decreased ability of the elderly to control themselves, which triggers instability and uncontrollable emotions and behaviors that can hurt themselves or others. One effort to overcome the condition of the elderly is to do individual counseling. This study aims to understand, identify and explain how to implement individual counseling to control self-control in the elderly with mental disorders at the Compassionate Social Welfare Institution (LKS) Sinar Jati Lampung Foundation.*

*The type of research used in this research is field research with the nature of qualitative descriptive research in which the researcher explains and describes the findings. Data collection techniques through observation, interviews and documentation. Determination of informants in this study using a purposive sampling technique. Primary data sources in this study amounted to 5 people consisting of 3 elderly people, 1 caretaker and 1 counselor. Using the theory of Milles and Huberman namely data reduction, data presentation and drawing conclusions.*

*The results showed that the implementation of individual counseling at the Sinar Jati Lampung Foundation's Compassionate Social Welfare Institution (LKS) in assisting the elderly through several stages of counseling, namely: 1) Preparation, which includes the physical readiness and mood of the elderly, place and time, 2) identification of problems to find out the problems that are being experienced by the elderly, 3) diagnosis, carried out to find out the causes the elderly cannot control their self-control, 4) Prognosis, to arrange the implementation of individual counseling, 5) Treatment or therapy, carried out to help the elderly with mental disorders using a directive counseling approach, namely to build a good relationship between problem situations and habits in reacting to problems. in order to change their emotional and impulsive behavior into a more rational behavior, 6) Evaluation, individual counseling activities are considered to have an appropriate impact based on the goals to be achieved from the results of this individual counseling. Based on the*

*results of the research, the results obtained were that each elderly person with mental disorders was able to control themselves according to the portion they had.*

**Keywords:** *Individual Counseling, Self Control, Elderly with Mental Disorders*



## PENYATAAN ORISINIL

Saya yang bertanggung jawab di bawah ini:

Nama : Ryka Dwi Putri  
Npm : 18410404014  
Judul : Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol  
Skripsi Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di  
Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih  
Yayasan Sinar Jati Lampung.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa penulisan Skripsi ini berdasarkan hasil penelitian, pemikiran dan pemaparan asli dari saya sendiri. Jika terdapat karya orang lain, saya akan mencantumkan sumber yang jelas.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya dan sanksi lain sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Bandar Lampung, September 2022  
Yang membuat pernyataan,



Ryka Dwi Putri  
NPM.1841040401



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

*Alamat : Jl. Let. Kol.H. EndroSuratmin, Sukarame Bandar Lampung, 35131 Telp (0721) 7510755*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : **Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung**

**Nama** : **Ryka Dwi Putri**

**NPM** : **1841040401**

**Jurusan** : **Bimbingan Dan Konseling Islam**

**Fakultas** : **Dakwah Dan Ilmu Komunikasi**

**MENYETUJUI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi.**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr.Faizal,S.Ag,M.Ag**  
**NIP.196901171996031001**

**Umi Aisyah,M.Pd.I**  
**NIP.198909012018012003**

**Ketua Jurusan**  
**Bimbingan dan Konseling Islam**

**Dr.Hj.Sri Ilham Nasution,M.Pd**  
**NIP.196909151994032002**



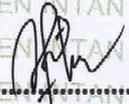
**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin, Sukarame Bandar Lampung, 35131 Telp (0721) 7510755

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul **Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung**, disusun oleh **Ryka Dwi Putri, NPM. 1841040401**, Jurusan **Bimbingan Dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang munaqosyah Dakwah dan Ilmu Komunikasi. Pada hari/tanggal: **03 Januari 2023**.

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua** : **Dr. H. Zamhariri, S.Ag., M.Sos.I** (.....)  
**Sekretaris** : **Risna Rogamelia, M.Pd** (.....)  
**Penguji Utama** : **Dr. Mubasit, S.Ag., M.M** (.....)  
**Penguji Pendamping I** : **Dr. Faizal, S.Ag, M.Ag** (.....)  
**Penguji Pendamping II** : **Umi Aisyah, M.Pd.I** (.....)

Mengetahui,  
Dakwah Dan Ilmu Komunikasi



  
**Dr. Abdul Syukur, M.Ag**  
NIDP.196511011995031001

## MOTTO

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ  
يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

“(yaitu) orang-orang yang selalu berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, orang-orang yang mengendalikan kemurkaannya, dan orang-orang yang memaafkan (kesalahan) orang lain. Allah mencintai orang-orang yang berbuat kebaikan.”

(Q.S Al-Imran: 134).



## PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala nikmat yang diberikan, skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang sangat saya sayangi dan cintai yang telah memberikan dukungan serta memotivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.”. Skripsi ini sebagai bukti dan kasih ku kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta, Bapak B. Kasbi dan Ibu Katmi yang telah mendidik dan merawat saya dengan baik hingga sekarang, terimakasih atas segala kasih sayang dan pengorbanannya, yang tak henti-hentinya selalu memotivasi, mendukung, dan memberikan semangat serta selalu mendoakan atas keberhasilan untuk anak-anaknya.
2. Kakak saya satu-satunya Ryan Ade Febriyan yang selalu memberikan kasih sayangnya dan selalu mensupport dalam keadaan apapun.

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Ryka Dwi Putri lahir pada tanggal 26 September 2000, di Kotabumi, Penulis merupakan anak kedua dari dua bersaudara, merupakan putri dari pasangan Bapak B. Kasbi dan Ibu Katmi.

Riwayat pendidikan yang telah ditempuh oleh penulis adalah dari pendidikan Taman Kanak-Kanak di Widya Pratama dari tahun 2006 dan melanjutkan pendidikan di Sekolah Dasar Negeri 02 Ratu Abung hingga lulus di tahun 2012. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMP) hingga lulus tahun 2015. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMA N 01 Abung Semuli dan lulus di tahun 2018. Setelah lulus SMA penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang ke perguruan tinggi dan terdaftar sebagai mahasiswi Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung melalui jalur Mandiri, dan alhamdulillah pada tahun 2022 penulis menyelesaikan karya ilmiah dijenjang Strata 1 (S1).

Pada tahun 2021, penulis melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di BKKBN Lampung Utara kemudian ditahun yang sama penulis melaksanakan Kuliah Krja Nyata-Daring (KKN-DR) di desa Ratu Abung Kecamatan Abung Selatan Kabupaten Lampung Utara.

Bandar Lampung, September 2022

Ryka Dwi Putri  
NPM.1841040401

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.*

Alhamulillah segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW, serta kepada keluarga, para sahabat serta pengikutnya.

Skripsi dengan judul “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung” adalah salah satu tugas dalam rangka memenuhi syarat guna mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati dan segala rasa hormat, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Abdul Syukur., M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.
3. Ibu Umi Aisyah, M. Pd.I selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan selaku Pembimbing II skripsi yang senantiasa membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Faizal,S.Ag,M.Ag selaku Pembimbing I skripsi yang senantiasa membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah membantu dan mengarahkan serta membekali ilmunya kepada peneliti.
6. Bapak Imam Bagoes S,S.IP selaku ketua Yayasan Sinar Jati dan segenap jajaran pengurus Yayasan Sinar Jati Lampung yang telah memberikan izin kepada penulis unuk melaksanakan penelitian di Sinar Jati.
7. Ibu Eka Sarniati, AMD. Kes dan Bapak Mardhodinata, S.Pd selaku konselor yang menangani lansia dan Ibu Dra. Hj Dyah

Permata B. selaku pekerja sosial dan telah memberikan informasi dan data sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

8. Kepada teman-temanku Aprilia Zelani Surmalinda, Annisa Dwi Meinarni, Alvina Damayanti, Meliza Anggraini, Widya Aprina, Fucek (Annisa Dwi Meinarni, Rara Oktavia, Melinia Nur Rizki, Bigan Elsak Fistialen, Alda Syaputri) dan seluruh teman-teman BKI F'18 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Kalianlah yang selalu membantu dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
9. Bapak dan Ibu Dosen serta seluruh pegawai Fakultas Dakwah yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan ilmu dan motivasi kepada penulis, yang kelak akan menjadi bekal penulis di masyarakat.

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan kepada penulis akan mendapat balasan lebih baik dari Allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangatlah penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi diri penulis dan berguna bagi bangsa dan agama.

*Wassalamu'alaikum WarahmatullahiWabarakatuh.*

Bandar Lampung, September 2022  
Peneliti

Ryka Dwi Putri  
NPM: 1841040401

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR ORISINIL</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERSETUJUAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ix</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>x</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang Masalah .....	5
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian .....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	11
G. Kajian Terdahulu yang Relevan .....	11
H. Metode Penelitian .....	14
I. Sistematika Pembahasan .....	21
<b>BAB II KONSELING INDIVIDU DAN KONTROL DIRI PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN JIWA</b>	
A. Konseling Individu .....	23
1. Pengertian Konseling Individu .....	23
2. Tujuan Konseling Individu .....	24
3. Fungsi Konseling Individu .....	26
4. Pelaksanaan Konseling Individu.....	27
5. Unsur-unsur Konseling Individu .....	28
B. Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa ....	30
1. Pengertian Kontrol diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	30
2. Kriteria Emosi dalam Kontrol diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	38

3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa.....	38
4. Jenis dan Aspek Kontro Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	39
5. Indikator Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	41
6. Fungsi Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	43

**BAB III GAMBARAN LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) WELAS ASIH YAYASAN SINAR JATI LAMPUNG**

A. Profil Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung .....	45
1. Sejarah Berdirinya Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung .....	45
2. Visi, Misi dan Tujuan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung .....	47
3. Jumlah SDM Yayasan Sinar Jati Lampung.....	48
4. Struktur Organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.....	49
B. Pelaksanaan Konseling Individu untuk Mengendalikan Kontrol Diri pada Lansia .....	50
1. Gambaran Kontrol Diri Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung .....	50
2. Pelaksanaan Konseling Individu di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.....	54

**BAB IV ANALISIS PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGENDALIKAN KONTROL DIRI PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN JIWA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL (LKS) WELAS ASIH YAYASAN SINAR JATI LAMPUNG**

Analisis Pelaksanaan Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan

Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial  
(LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung ..... 77

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan ..... 89  
B. Rekomendasi ..... 90

**DAFTAR RUJUKAN  
LAMPIRAN**



## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Struktur Organisasi Sinar Jati .....	49
--	----



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kualitas Staff dan Pengelola .....	48
Tabel 3.2 Jadwal Aktivitas Kegiatan .....	55
Tabel 3.3 Daftar Nama Lansia Dengan Gangguan Jiwa .....	60
Tabel 3.4 Permasalahan Lansia Sebelum Konseling Individu .....	71
Tabel 3.5 Hasil/Perkembangan Setelah Konseling Individu .....	74



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pedoman Observasi
- Lampiran 2 Pedoman Wawancara dengan pengurus di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.
- Lampiran 3 Pedoman Wawancara dengan Konselor di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.
- Lampiran 4 Pedoman Wawancara dengan Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.
- Lampiran 5 Pedoman Dokumentasi
- Lampiran 6 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 7 Surat Keterangan Judul Skripsi
- Lampiran 8 Berita acara Seminar Proposal
- Lampiran 9 Surat Penelitian dari PTSP
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian dari Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.
- Lampiran 11 Hasil Cek Plagiarisme

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Penegasan judul ini gunanya agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami isi proposal yang terkandung didalam judul ini, maka penulis akan menguraikan secara singkat penjelasan tentang pengertian dan maksud dari judul ini. Judul skripsi ini adalah “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung”.

Konseling individu mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.<sup>1</sup> Melalui tatap muka, dilaksanakan interaksi langsung antara konselor dengan klien. Mereka membahas berbagai hal tentang permasalahan yang sedang dihadapi oleh klien tersebut. Pembahasan tersebut bersifat mendalam, menyentuh hal-hal penting yang berhubungan dengan diri klien (bahkan tidak menutup kemungkinan menyangkut rahasia pribadi diri klien), bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah. Berkaitan dengan hal tersebut, masalah klien dicermati dan diupayakan pengentasannya sedapat-dapatnya dengan kekuatan klien sendiri.<sup>2</sup>

Konseling individual sendiri merupakan bantuan yang diberikan oleh konselor pada klien dan proses ini dimulai ketika suatu kondisi hubungan psikologis terbentuk antara konselor

---

<sup>1</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 159

<sup>2</sup> Muhammad Husni, *Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*, Al-Ibrah, Vol. 2 No.2 Desember 2017.

dengan klien; dan akan berjalan dengan sendirinya ubungan tersebut dan konseling akan sukses apabila hal-hal yang penting dalam konseling terpenuhi.<sup>3</sup>

Berdasarkan pengertian tersebut yang dimaksud konseling individu dalam penelitian ini adalah bantuan yang diberikan oleh konselor pada klien secara tatap muka bernuansa *rapport* membahas berbagai hal tentang permasalahan yang sedang dihadapi oleh klien tersebut dengan tujuan untuk mengembangkan pribadi klien dan klien bisa mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi.

Kontrol diri juga berkaitan dengan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan berbagai situasi serta kondisi guna menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutup perasaannya.<sup>4</sup>

*Self control* (kontrol diri) dikatakan sebagai kemampuan manusia untuk menahan dan mengendalikan perilaku sosial yang tidak pantas. Kontrol diri berkaitan erat pula dengan keterampilan emosional.<sup>5</sup> Menurut Mahoney dan Thoresen dalam Robert, kontrol diri merupakan jalinan secara utuh (*integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih

---

<sup>3</sup> Umi Aisyah dan Laras Prameswarie, *Konseling Individual bagi Anak Korban Pemerkosaan di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Tanggamus*. Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling dan Psikologi Islam, Vol. 08, No. 2, 2020, 137

<sup>4</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita. S, *Teori-teori Psikologi*. (Jogjakarta : Ar-Ruz Media, 2012), . 22.

<sup>5</sup> Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta : PT Pranamedia, 2013), 107

fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Dalam penelitian ini yang dimaksud oleh peneliti mengenai kontrol diri yaitu upaya dalam mengendalikan atau mengontrol diri terhadap emosi dan individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif yang di latar belakang oleh faktor hereditas, keluarga, ekonomi, lingkungan.

Lansia dengan gangguan jiwa merupakan lansia yang mengalami masalah gangguan dalam pikiran, perilaku dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi sebagai manusia. Di kalangan orang lanjut usia, masalah yang berkaitan dengan gangguan jiwa problem yang umum terjadi adalah depresi. Karena terjadinya penurunan relasi sosial dan peran-peran sosial, dan kemungkinan adanya faktor genetik.<sup>6</sup>

Proses menua yang dialami oleh lanjut usia menyebabkan mereka mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian dan mudah tersinggung. Perasaan tersebut merupakan permasalahan kesehatan jiwa pada manusia lanjut usia.<sup>7</sup> Selain itu muncul juga perubahan yang menyangkut kehidupan psikologis lanjut usia, seperti perasaan tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru misalnya penyakit yang tidak kunjung sembuh atau kematian pasangan.<sup>8</sup>

Berdasarkan pengertian tersebut yang dimaksud dengan lansia dengan gangguan jiwa adalah lanjut usia yang mengalami masalah kejiwaan. Pada masa lansia, manusia menghadapi

---

<sup>6</sup> Moeljono Notoosoedirdjo dan Latipun, *Kesehatan Mental Konsep Dan Penerapan*, (Malang: UMM Press, 2014), 16

<sup>7</sup> Siti Maryam dkk, "*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*", (Jakarta: Salemba Medika, 2008), 62.

<sup>8</sup> Endah Puspita Sari dan Sartini Nuryoto, "*Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*", *Jurnal Psikologi*, 2002, No. 2, 74.

masalah-masalah seperti adanya penurunan fisik, aktivitas yang berkurang, seringnya mengalami gangguan perilaku, pikiran dan perasaan yang dapat menghambat aktivitas sosial lansia. Gangguan jiwa pada lansia di sebabkan oleh seperti perasaan tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru misalnya penyakit yang tidak kunjung sembuh atau kematian pasangan. Seperti pada lansia yang ada di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung dengan jumlah total lansia 10 orang.

Yayasan Sinar Jati Lampung telah dirintis sejak tahun 1992, yayasan ini merupakan wadah pelayanan dan rehabilitasi sosial penyandang masalah kesejahteraan sosial di lampung. Mulai dari panti jompo atau lansia terlantar, rehabilitasi korban penyalahgunaan narkoba, anak jalanan dan anak terlantar hingga menampung para gelandangan dan pengemis. Dengan penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) yang ditangani di yayasan sinar jati lampung adalah Panti Bina Laras yang menangani masalah penderita psikotik dan eks psikotik, Panti Pamardi Putra yang menangani masalah korban penyalagunaan narkoba LKS Welas Asih yang menangani masalah lansia atau jompo terlantar, Panti Nur Qolbu menangani masalah anak jalanan dan anak terlantar. Peneliti meneliti bagian yang ditangani dalam sistim panti yaitu LKS Welas Asih yang menangani segala permasalahan lansia yaitu individu dengan usia 60 tahun keatas.

Dari pengertian istilah-istilah yang digunakan dalam judul skripsi ini yaitu “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung” adalah suatu usaha pemberian bantuan terhadap lansia dengan gangguan jiwa yang memicu ketidakstabilan emosi dan perilaku yang tidak bisa mengendalikan perilaku dengan memberikan Konseling Individu pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Yayasan Sinar Jati Lampung yang dilakukan oleh konselor yang bertujuan membantu mengendalikan kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa.

## B. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia akan mengalami fase dimana dirinya akan menjadi tua yang mana merupakan proses alami dan mau tidak mau semua orang akan mengalaminya. Menua bukanlah hal yang perlu disesali sebab menjadi tua adalah yang patut untuk disyukuri. Dari bayi, remaja, dewasa hingga kemudian menjadi tua, ditandai adanya perubahan fisik dan psikologis menurun. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Q.S Gafir ayat 67, berikut firman Allah:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نُّرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ ثُمَّ لَتَكُونُوا شُيُوخًا ۖ وَمِنْكُمْ مَنْ يَتَوَفَّىٰ مِنْ قَبْلٍ ۖ وَلِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّىٰ وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

*“Dialah yang menciptakanmu dari tanah, kemudian dari setetes air mani, lalu dari segumpal darah, kemudian kamu dilahirkan sebagai seorang anak,, kemudian dibiarkan kamu sampai dewasa, lalu menjadi tua. Tetapi diantara kamu ada yang dimatikan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) agar kamu sampai kepada kurun waktu yang ditentukan, agar kamu mengerti.” (Q.S. Gafir [40]:67)*

Dalam perjalanan hidup manusia sejak masa konsepsi, lahir, tumbuh dan berkembang hingga masa usia lanjut-jika tidak diwafatkan sebelum masa itu mengikuti pola-pola fase pertumbuhan dan perkembangan dengan karakteristik masing-masing. Sejak masa balig (dewasa) tingkat kekuatan organ-organ tubuh secara keseluruhan mencapai puncaknya kemudian setelah melewati paruh baya (*middle age*) masa keperkasaan itu secara berangsur-angsur menurun. Bersamaan dengan penurunan itu pula banyak masalah yang mungkin timbul dalam kehidupan usia lanjut dan mudah dikenali.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islam : menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pascakematian*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2008), 123.

Beberapa peneliti menyatakan, pada lansia depresi dan emosi dapat melemahkan sistem imun, padahal mereka itu rentan terhadap stres dan depresi. Stres menyebabkan perubahan fisiologis tubuh yang melemahkan sistem imun, dan akhirnya mempengaruhi kesehatan sehingga mudah terserang penyakit.<sup>10</sup> Pada lansia terjadi kemunduran mental yang disebabkan juga oleh mundurnya fungsi otak, seperti lebih sering lupa, daya konsentrasi berkurang, yang disebut juga kemunduran *senil*.<sup>11</sup>

Manusia berkembang dan tumbuh dari ketidakberdayaan hingga menjadi manusia yang sempurna dan juga mandiri serta menjadi renta tak berdaya lagi. Namun, ada sebagian orang yang takut dan sulit untuk menerima kenyataan yang ada serta tidak tahu harus bagaimana menghadapi masa lanjut usianya.<sup>12</sup> Di kalangan orang lanjut usia, problem kesehatan mental juga perlu memperoleh perhatian. Problem yang umum terjadi adalah depresi. Karena terjadinya penurunan relasi sosial dan peran-peran sosial, dan kemungkinan adanya faktor genetik, depresi di kalangan lansia sering terjadi. Demikian juga demensia, yaitu penurunan kemampuan kognitif secara progresif, di kalangan lansia ini banyak dijumpai. Gangguan mental lain yang dialami banyak lansia adalah obsesif, kecemasan, hilangnya relasi sosial dan pekerjaan.<sup>13</sup>

Munculnya permasalahan pada lansia apabila lansia tidak berhasil menemukan jalan keluar dari masalah yang timbul sebagai akibat dari proses menua. Lansia mengalami perubahan dalam hidup mereka misalnya, hilangnya pekerjaan, pensiun, berubahnya peran sosial, merasa ditinggalkan dan jauh dari anak cucu, kehilangan pasangan suami atau istri, jika penyesuaian diri pada lansia dalam menghadapi perubahan dalam kehidupannya

---

<sup>10</sup> Dewi Panji, *Menembus Dunia Lansia*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2012), 5.

<sup>11</sup> Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), 81.

<sup>12</sup> Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*, (Yogyakarta: Teras, 2013), 154-155.

<sup>13</sup> Moeljiono Notosoedirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*, (Malang: Penerbit UMM Press, 2014), 167

lambat dan tidak mampu menyesuaikan diri, hal ini akan menimbulkan kondisi stress dan akan semakin bertambahnya beban mental pada lansia kondisi ini menyebabkan lansia jarang bersosialisasi dan berinteraksi. Keadaan ini cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum (fisik) maupun kesehatan jiwa secara khusus.<sup>14</sup>

Richard's menggambarkan bahwa individu lanjut usia yang memiliki kematangan emosi adalah individu yang mampu menyesuaikan diri secara baik, dengan proses penuaan dirinya. Artinya, individu memiliki kontrol diri yang baik, memiliki rasa tanggung jawab, mampu memberi arti pada hubungan sosial yang dilakukannya, dan mampu menghargai keberadaan dirinya saat ini.<sup>15</sup> Hurlock berpendapat bahwa individu yang matang emosinya dapat dengan bebas merasakan sesuatu tanpa beban. Perasaannya tidak terbebani, tidak terhambat dan tidak terkekang. Hal ini bukan berarti ada ekspresi emosi yang berlebihan, sebab adanya kontrol diri yang baik dalam dirinya sehingga ekspresi emosinya tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapi.<sup>16</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu pengurus di LKS Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung mengenai permasalahan pada lansia dengan kehidupan sehari-hari, kebanyakan lansia yang sulit dalam mengendalikan emosinya saat suatu hal yang diharapkan tidak sesuai dengan yang dikehendaki oleh lansia tersebut seperti, kemauan lansia untuk melakukan aktivitas seperti sebelumnya di kehidupan sehari-hari tetapi kondisi fisik atau kesehatan yang mulai tidak stabil, gangguan psikologis, serta adanya penurunan pada alat indra yang tidak lagi bisa berfungsi dengan baik sehingga memicu ke tidak stabilan emosi pada lansia.<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> Yiyit Hentika, "Konsep Diri Lansia di Panti Jompo", *Journal of School Counseling* (2019), 3(2), 46-54

<sup>15</sup> Endah Puspita Sari dan Sartini Nuryoto, "Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi", *Jurnal Psikologi*, 2002, No. 2, 80

<sup>16</sup> *Ibid*, 77

<sup>17</sup> Ibu Diah, Pengurus di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung, *Wawancara*, Juni 12, 2022.

Calhoun dan Acocella mendefinisikan kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.<sup>18</sup> Kontrol diri juga berkaitan dengan mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya. Seseorang yang memiliki kontrol diri akan mempertimbangkan segala konsekuensi yang akan terjadi sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Seorang yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.

Pengontrolan diri khususnya emosi yang sering terjadi pada lansia dengan gangguan jiwa yang merupakan sebuah tindakan guna mengatur perasaan, amarah serta pikiran dengan menggunakan cara yang positif agar dapat mengantisipasi atau mencegah sesuatu yang buruk dan bisa merugikan baik diri sendiri maupun orang lain. Sebab *self-control* ini bersangkutan dengan pengontrolan emosi, yang artinya mampu menahan, mengatur, mengendalikan atau mengontrol suatu pikiran dan perasaan seseorang menuju keadaan yang muncul secara tiba-tiba. Oleh karenanya, peneliti tertarik untuk meneliti tentang kontrol diri (*self-control*) pada lansia dengan gangguan jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

Konseling individu yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseling mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di derita konseling.<sup>19</sup>

Konseling individu menjadi salah satu bimbingan yang digunakan oleh konselor untuk meningkatkan kemampuan mengontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa dengan

---

<sup>18</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2012), 22.

<sup>19</sup> Hellen. *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching. 2005),

memberikan bimbingan serta arahan pada lansia agar lansia memiliki kemampuan dalam mempertimbangkan apa yang bisa dan tidak bisa mempengaruhi tindakan pribadi yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain di sebuah kondisi atau situasi tertentu, karena kontrol diri sangat penting bagi lansia sebab kematangan emosi dan penerimaan diri lansia dipengaruhi oleh kontrol diri yang baik. Yang artinya kestabilan emosi bergantung pada kemampuan individu dalam mengendalikan emosi tersebut dengan cara mengontrol diri.

Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung berlokasi di Jalan Marga No.14/200 Kelurahan Sumber Rejo Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. LKS Welas Asih Yayasan Sinar Jati ini merupakan yayasan yang merawat lansia yang terlantar, ditinggalkan oleh keluarga, dengan pelayanan yang diberikan secara jasmani maupun rohani serta memberikan perlindungan penuh untuk lansia.

Walaupun tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung sudah menjadi pilihan yang harus dijalani para lansia, tetapi masih banyak dijumpai permasalahan psikologis pada lansia tersebut. Seperti, perasaan cemas, adanya gangguan psikologis, merasa tidak berguna yang mengakibatkan tidak stabilnya emosi dalam diri lansia. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kontrol diri pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung, dari observasi awal yang telah peneliti lakukan banyak lansia dengan emosi yang kurang stabil.

Dengan demikian untuk menyikapi permasalahan yang terjadi pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung peran konseling individu ini sangat diperlukan bagi lansia dengan gangguan jiwa. Oleh karenanya, pemberian konseling individu dengan tujuan mengarahkan serta membimbing lansia untuk memiliki kontrol diri atau pengendalian diri yang baik sehingga lansia mampu memiliki keterampilan dari segi emosional, sosial serta intelektual.

Berdasarkan uraian diatas, untuk lebih dalam mengetahui adanya pengaruh antara konseling individu pada lansia dengan gangguan jiwa untuk menunjang proses kematangan emosi, penulis tertarik untuk melanjutkan penelitian dengan judul “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung”.

### **C. Fokus Dan Subfokus Penelitian**

Fokus Penelitian ini berfokus pada pelaksanaan konseling individu di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung untuk mengendalikan kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa yang diberikan oleh konselor.

Dari fokus penelitian ini terdiri atas satu sub fokus yaitu mengenai proses pelaksanaan konseling individu untuk mengendalikan kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan sebagai berikut: Bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pelaksanaan Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk semua pihak, baik secara teoritis maupun secara praktis, adapun kegunaan dari penelitian ini adalah :

### 1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna untuk membantu lansia untuk menyadari pentingnya memahami dan meningkatkan kontrol diri yang baik. Dan memberikan wacana tambahan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian yang sehubungan dengan kontrol diri pada lansia.

### 2. Secara Praktis

Menjadi pedoman untuk pihak-pihak yang bekerja dengan lansia, khususnya bagi pendamping di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung dalam membimbing lansia dengan gangguan jiwa untuk mengendalikan kontrol diri, supaya lansia mampu memiliki kontrol terhadap diri sendiri, pikiran dan emosi.

## **G. Kajian Terdahulu yang Relevan**

Untuk menghindari adanya plagiarisme dalam suatu hal yang akan diteliti berdasarkan fakta yang didapat oleh peneliti tentang “Konseling Individu Untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa Di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung” Ditemukan beberapa peneliti yang serupa dengan penelitian ini yaitu di antaranya:

1. Akhmad Munandar (2018), Dengan Judul “Pola Dampungan Lanjut Usia Di Panti Jompo Mappakasunggi Kota Parepare (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)”. Skripsi ini membahas tentang bagaimana pola dampungan bagi lanjut usia di panti jompo mappakasunggi Kota Parepare. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif. Dari hasil penelitian diketahui bahwa pola dampungan lanjut usia dengan berbagai pendampungan dari bimbingan agama,

bimbingan keterampilan, bimbingan kesehatan dan bimbingan konseling islam dengan sepenuh hati lansia merasa nyaman tinggal dipanti jompo dan pendamping yang selalu berusaha mendampingi lansia dengan sepenuh hati.<sup>20</sup>

Berdasarkan penelitian diatas, persamaan dari penelitian yang dilakukan oleh Akhmad Munandar sama-sama meneliti tentang Lansia dan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian Akhmad Munandar tinjauan bimbingan konseling islam pada lansia menggunakan dengan berbagai pendampingan dari bimbingan agama, bimbingan keterampilan, bimbingan kesehatan dan bimbingan konseling islam. Sedangkan penelitian ini mengkaji tentang konseling individu untuk mengendalikan kontrol diri. Perbedaan selanjutnya yaitu penelitian Akhmad Munandar bertempat di Panti Jompo Mappakasunggi Kota Parepare. Sedangkan penelitian ini bertempat di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

2. Hafsah (2018), dengan judul “Upaya Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Keberagaman Lanjut Usia Di Yayasan Ar-Rahman Palu Barat”. Metode yang digunakan dalam skripsi ini adalah dengan metode kualitatif. Adapun hasil dari penelitian Hafsah, menjelaskan bahwa upaya dalam meningkatkan kesadaran keberagaman lansia melalui majelis taklim, pengajian, ceramah, juga pengurus yayasn memberikan semangat dan motivasi kepada lansia agar lansia tetap semangat dalam meningkatkan nilai-nilai agama dan dapat bersosialisasi dengan lingkungannya.<sup>21</sup>

Berdasarkan penelitian diatas, penulis menegaskan adanya persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian

---

<sup>20</sup> Akhmad Munandar, “Pola Dampungan Lanjut Usia Di Panti Jompo Mappakasunggi Kota Parepare (Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)”, (Skripsi Sarjana: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Bimbingan Konseling Islam, 2018).

<sup>21</sup> Hafsah, “Upaya Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Keberagaman Lanjut Usia Di Yayasan Ar-Rahman Palu Barat”, (Skripsi Sarjana: Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, 2018).

sebelumnya. Persamaan dengan penelitian Hafsa yaitu sama-sama meneliti tentang lansia. Perbedaannya adalah penelitian Hafsa yang mengkaji tentang bimbingan konseling islam untuk meningkatkan kesadaran keberagaman lansia dengan bimbingan kelompok. Sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan konseling secara individu. Dan perbedaan lainnya adalah penelitian Hafsa bertempat di Yayasan Ar-Rahman Palu Barat dan penelitian peneliti bertempat di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

3. Yunita (2017), Dengan Judul “Program Pengembangan Diri Lansia (Studi di Yayasan Aura Ilmi Pondok Kelapa 2 Bengkulu Tengah)”. Skripsi ini membahas tentang bagaimana program dan mendeskripsikan pengembangan diri lansia Aura Ilmi. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif dengan teknik analisis data menggunakan metode Miles dan Huberman. Dengan program kegiatan keagamaan dan keterampilan lansia. Adapun hasil dari penelitian Yunita adalah memberikan dampak yang baik bagi lansia, meningkatkan jiwa sosial lansia, keterampilan lansia, dan meningkatkan pengetahuan diri lansia, pada kebahagiaan dihari tua, serta lebih mendekatkan diri kepada Sang Pencipta.<sup>22</sup>

Melalui sedikit penjelasan pada penelitian diatas, terdapat persamaan yaitu penelitian Yunita menggunakan metode deskriptif kualitatif dan sama-sama membahas mengenai lansia. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian Yunita menggunakan program kegiatan keagamaan dan keterampilan sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan konseling individu. Perbedaan selanjutnya penelitian Yunita bertempat di Yayasan Aura Ilmi Pondok Kelapa 2 Bengkulu Tengah, sedangkan penelitian ini

---

<sup>22</sup> Yunita, “*Program Pengembangan Diri Lansia Studi di Yayasan Aura Ilmi Pondok Kelapa 2 Bengkulu Tengah*”, (Skripsi Sarjana: Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, 2017).

bertempat di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung..

Dari semua penelitian yang ada, penulis menegaskan bahwa penelitian yang penulis lakukan memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Persamaan dari penelitian sebelumnya adalah sama-sama membahas mengenai Lansia, sedangkan perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah sebagai berikut: penelitian *pertama* adalah menitikberatkan pada bagaimana pola dampungan pada lanjut usia. Penelitian *kedua* menitikberatkan pada untuk meningkatkan keberagaman pada lansia. Yang *ketiga* menitikberatkan pada lansia dalam membimbing pengembangan diri lansia.

## H. Metode Penelitian

Metode penelitian atau metode ilmiah adalah prosedur atau langkah-langkah dalam menadapatkan pengetahuan ilmiah atau ilmu.<sup>23</sup> Guna mempermudah dan memperoleh hasil data dan informasi yang tepat, maka dalam tulisan ini, peneliti akan mengurai metode penelitian yang digunakan:

### 1. Jenis dan Sifat Penelitian

#### a. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang dilakukan untuk mempelajari secara intensif tentang latar belakang keadaan tempat penelitian. Penelitian di lapangan dilakukan dengan menggali data bersumber dari lokasi penelitian, yaitu data observasi, kuesioner dan wawancara.<sup>24</sup>

Penelitian Field Research dikerjakan dwngan menggali datayang bersumber dari lokasi atau lapangan

---

<sup>23</sup> Suryana, *Metode Penelitian Model Praktis PENELITIAN Kualitatif dan Kuantitatif*, Universitas Pendidikan Indonesia 2010.

<sup>24</sup> Kartono Kartini, *Pengantar Metodologi araiset Sosial*, (Bandung: Mandar maju, 2012), 185

penelitian berkenaan dengan upaya yang dilakukan pengurus dan konselor di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif, metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Metode yang meneliti suatu kelompok, objek, kondisi, dan sistem pemikiran hubungan antar dua gejala atau lebih yang dijelaskan secara umum ke khusus hingga mengerucut pada inti peristiwa masalahnya.<sup>25</sup> Adapun definisi mengenai penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan. Secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.

Jadi pada penelitian ini penulis akan mendeskripsikan sesuai dengan apa yang ada di lapangan, untuk memberikan penjelasan mengenai pokok-pokok permasalahan yang akan diteliti yaitu agar dapat mengetahui bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu untuk Mengendalikan Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

## 2. Sumber Data

Menurut Lofland sumber data utama adalah semua bentuk kata-kata dan tindakan, sedangkan sumber data tambahan berupa dokumen tertulis, foto, rekaman, dan lain-lain.<sup>26</sup> Dalam pengumpulan sumber data, peneliti melakukan

---

<sup>25</sup> Irawan Suhartono, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), 35

<sup>26</sup> Ibrahim, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2015), 67.

pengumpulan sumber data dalam bentuk data primer dan data sekunder:

a. Sumber Data Primer

Menurut Bungin, data primer adalah data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian.<sup>27</sup> Data primer adalah data yang didapat secara langsung, penulis mengumpulkan data primer dengan metode observasi dan wawancara. Peneliti menggunakan tehnik sampel bertujuan (*purposive sampling*), yaitu tehnik sampling yang digunakan oleh peneliti jika peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam sampelnya.<sup>28</sup> Total jumlah lansia di LKS Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung berjumlah 10 orang, dengan 1 pengurus dan 1 konselor. Adapun kriteria yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah:

- 1) Lansia dengan gangguan jiwa dengan rentan usia 60 tahun keatas
- 2) Lansia yang kurang mampu mengendalikan kontrol diri dan minimal 3 bulan tinggal di LKS Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.
- 3) Lansia dengan gangguan jiwa yang bisa diajak berkomunikasi dua arah dan mampu memberikan *feedback* berjumlah 3 lansia.

Berdasarkan kriteria di atas dalam penelitian ini sumber data primer yang digunakan peneliti di LKS Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung adalah 3 lansia, 1 pengurus dan 1 konselor. Sehingga jumlah keseluruhan yang menjadi sumber data dalam penelitian ini yaitu 5 orang.

---

<sup>27</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Banjarasin: Antasari Press, 2011), 71.

<sup>28</sup> Suharsimi Arikunto, *Management Penelitian*, (Jakarta: Rineka cipta, 2010), 97.

## b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data-data yang diperoleh dari sumber kedua yang merupakan pelengkap, meliputi buku-buku yang menjadi referensi terhadap tema yang diangkat.<sup>29</sup>

Pada penelitian ini data sekunder adalah data yang berguna untuk melengkapi informasi, seperti dokumentasi secara tertulis maupun berupa foto di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

### a. Observasi

Menurut kamus ilmiah populer kata observasi berarti suatu pengamatan yang teliti dan sistematis, dilakukan secara berulang-ulang. Metode observasi seperti yang Nurkencana adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap suatu objek dalam suatu periode tertentu dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati.<sup>30</sup>

Dilihat dari segi bentuknya, pengamatan dapat dilakukan secara terlibat (partisipan) ataupun non partisipan. Observasi partisipan merupakan jenis pengamatan yang melibatkan peneliti dalam kegiatan orang yang menjadi sasaran penelitian, tanpa mengakibatkan perubahan pada kegiatan atau aktivitas yang bersangkutan dan tentu saja peneliti tidak menutupi dirinya selaku peneliti. Untuk menyempurnakan aktivitas pengamatan partisipatif ini, peneliti harus mengikuti kegiatan keseharian yang dilakukan informan dalam

---

<sup>29</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial, Format-format Kuantitatif dan Kualitatif* (Surabaya: Airlangga Press, 2001), 129

<sup>30</sup> Susilo Rahardjo dan Gudnanto, *Pemahaman Individu Teknik Nontes*, (Jakarta: PT Kharisma Putra Utama, 2013), 43.

waktu tertentu, memerhatikan apa yang terjadi, mendengarkan apa yang dikatakannya, mempertanyakan informasi yang menarik, dan mempelajari dokumen yang dimiliki<sup>31</sup> Sedangkan observasi non partisipan adalah pengamatan yang dilakukan oleh peneliti tanpa terjun langsung ke dalam anggota kelompok yang akan di observasi sehingga peneliti hanya sebagai pengamat.

Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa peneliti menggunakan metode observasi non partisipan, yang mana peneliti hanya mengamati pelaksanaan konseling individu saja tanpa terjun langsung dalam anggota kelompok yang akan di observasi sehingga peneliti hanya sebagai pengamat. Dari metode ini diperoleh data mengenai pelaksanaan konseling individu untuk mengendalikan kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

#### b. Wawancara

Wawancara merupakan metode ketika subjek dan peneliti bertemu dalam satu situasi tertentu dalam proses mendapatkan informasi. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan fakta, kepercayaan, perasaan, keinginan dan sebagainya yang diperlukan untuk mencapai tujuan penelitian yang diharapkan peneliti.<sup>32</sup>

Ditinjau dari pelaksanaannya wawancara dibedakan menjadi dua yaitu

##### 1) Wawancara terstruktur (*Structured interview*)

Wawancara terstruktur adalah wawancara yang pertanyaannya telah di persiapkan lebih dulu oleh interviewer, demikian pula urutan hal-hal (materi) yang akan ditanyakan. Dalam wawancara ini

---

<sup>31</sup> Abuddin Nata, *Islam & Ilmu Pengetahuan*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 198.

<sup>32</sup> Mita Rosaliza, *Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi dalam Penelitian Kualitatif*, Jurnal Ilmu Budaya, Vol. 11, No. 2 th. 2015,74

interviewer biasanya menggunakan daftar pertanyaan yang disebut pedoman wawancara atau *interview guide*.

2) Wawancara tidak terstruktur (*non-structured interview*)

Wawancara tidak terstruktur merupakan kegiatan wawancara yang belum menentukan hal-hal (materi) yang akan ditanyakan oleh interviewer. Dalam hal ini interviewer mempunyai kebebasan untuk menanyakan apa saja kepada interviewee. Jadi pertanyaan wawancara tidak terbatas pada materi yang dipersiapkan sebelum wawancara.<sup>33</sup>

Dalam pelaksanaannya peneliti menggunakan wawancara terstruktur atau wawancara yang sudah menentukan materi atau hal-hal yang akan ditanyakan menggunakan pedoman wawancara yang sudah disiapkan.<sup>34</sup> Metode wawancara digunakan agar peneliti mendapatkan data lebih mendalam mengenai keadaan lansia dengan gangguan jiwa dan kurangnya kemampuan dalam kontrol diri.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data penelitian melalui sejumlah dokumen (informasi yang di dokumentasikan) berupa dokumen tertulis maupun terekam. Dokumen tertulis dapat berupa arsip, catatan harian, autobiografi, memorial, kumpulan surat pribadi, kliping, dan sebagainya. Sementara dokumen terekam dapat berupa film, kaset rekaman, mikrofilm, foto dan sebagainya.<sup>35</sup>

Dapat disimpulkan bahwa dokumen adalah sumber data yang digunakan untuk melengkapi penelitian, baik

---

<sup>33</sup> Susilo Rahardjo dan Gudnanto, *Pemahaman Individu Teknik Nontes*, (Jakarta: PT Kharisma Putra Utama, 2013), 133

<sup>35</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 85

berupa sumber tertulis, film, gambar (foto), dan karya-karya monumental, yang semuanya itu memberikan informasi bagi proses penelitian.<sup>36</sup> Atau catatan khusus dan dokumen lainnya di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

#### 4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dapat dimaknai sebagai suatu proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori dan satuan dasar, setelah itu dilanjutkan dengan penafsiran (interpretasi) data. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya, sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.<sup>37</sup> Analisis data penelitian ini menurut Miles dan Huberman, yaitu:

a. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Menyederhanakan data yang diperoleh selama penggalian data di lapangan.

b. Penyajian data

Penyajian data adalah kegiatan ketika sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Langkah ini dilakukan dengan menyajikan sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Hal ini dilakukan dengan alasan data-data yang diperoleh selama proses penelitian kualitatif biasanya berbentuk

---

<sup>36</sup> Natalina Nirmalasari, *Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif*, Vol. 8, No.2, 2014, 178

<sup>37</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 280

naratif, sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.

c. Penarikan kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi yang merupakan tahap akhir dalam proses analisis data. Pada bagian ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data-data yang telah diperoleh. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mencari makna data yang dikumpulkan dengan mencari hubungan, persamaan, atau perbedaan. Penarikan kesimpulan bisa dilakukan dengan jalan membandingkan kesesuaian pernyataan dari subyek penelitian dengan makna yang terkandung dengan konsep-konsep dasar dalam penelitian tersebut.<sup>38</sup>

## I. Sistematika Pembahasan

BAB I, berisikan mengenai penegasan judul, latar belakang masalah fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian manfaat penelitian, kajian terdahulu yang relevan, metode penelitian, sistematika pembahasan.

BAB II, pada bab ini memuat uraian tentang landasan teori maupun teori-teori yang berkaitan dengan dua sub tema yaitu yang pertama pengertian konseling individu, tujuan konseling individu, fungsi konseling individu, tahap-tahap pelaksanaan konseling individu dan unsur-unsur konseling individu. Sub tema yang kedua yaitu pengertian kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa, kriteria emosi dalam kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa, jenis dan aspek yang mempengaruhi kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa, faktor yang mempengaruhi kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa dan jenis dan aspek kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa.

---

<sup>38</sup> Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 124

BAB III dalam penelitian ini berisi tentang gambaran umum Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung yang memuat sejarah Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung, visi, misi, tujuan Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung, jumlah SDM Yayasan Sinar Jati Lampung, struktur organisasi Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung, gambaran kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa dan pelaksanaan konseling individu di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung mencakup data beserta wawancara.

BAB IV dalam penelitian ini mengenai analisis penelitian dan pembahasan berisikan temuan penulis berdasarkan data yang dikumpulkan di lapangan dengan tujuan untuk menjawab rumusan masalah pada penelitian ini, yang berisikan: tahapan-tahapan pelaksanaan konseling individu untuk mengendalikan kontrol diri pada lansia dengan gangguan jiwa di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Welas Asih Yayasan Sinar Jati Lampung.

BAB V, adalah kesimpulan yang diperoleh oleh penulis dalam penelitian ini, besertasan yang ingin penulis sampaikan kepada pihak-pihak terkait.



## BAB II

### KONSELING INDIVIDU DAN KONTROL DIRI PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN JIWA

#### A. Konseling Individu

##### 1. Pengertian Konseling Individu

Konseling individu seperti dijelaskan oleh Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell adalah gerakan konseling yang sudah diidentifikasi sebagai aktivitas inti dimana semua aktivitas lain berfungsi efektif. Konseling individu adalah hubungan yang berupa bantuan satu-satu yang terfokus kepada pertumbuhan dan penyesuaian pribadi, dan memenuhi kebutuhan akan penyelesaian problem dan kebutuhan pengambilan keputusan. Bantuan ini merupakan proses terpusat pada klien yang menuntut kepercayaan diri konselor dan kepercayaan klien padanya. Proses ini dimulai ketika suatu kondisi berupa kontak atau relasi psikologis terbentuk antara konselor dan klien.<sup>1</sup>

Menurut Prayitno dalam buku dasar-dasar bimbingan dan konseling, konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.<sup>2</sup>

Menurut Tolbert yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dan klien, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seorang yang normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan

---

<sup>1</sup> Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling, penerjemah: Yudi Santoso*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 51

<sup>2</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta. 1994), 105

sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut klien dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.<sup>3</sup>

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan secara langsung yang diberikan oleh konselor kepada klien agar klien bisa memahami diri sendiri dan mampu mengaktualisasikan diri, dan penyelesaian problem dan kebutuhan pengambilan keputusan.

## 2. Tujuan Konseling Individu

Tujuan konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya.<sup>4</sup> Konseling individu memiliki dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum tujuan konseling adalah supaya klien dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih maju, melalui terlaksananya tugas-tugas perkembangan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup. Secara khusus, tujuan konseling tergantung dari masalah yang dihadapi oleh masing-masing klien.

Tujuan Konseling Individu yaitu agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga dapat mengatasinya. Dengan kata lain Konseling Individu bertujuan untuk mengentaskan masalah

---

<sup>3</sup> Syamsu Yusuf, *Konseling Individual (Konsep Dasar dan Pendekatan)*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), 49.

<sup>4</sup>Henni Syafriana Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep Teori dan Aplikasinya*, (Medan: Penerbit LPPPI, 2019), 140.

yang dialami konseli.<sup>5</sup> Individu yang dibimbing setelah diberikan bantuan diharapkan dapat menjadi mandiri dengan ciri-ciri pokok yaitu mampu:

- a. Mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya.
- b. Menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis.
- c. Mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri.
- d. Pengarahan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambil.
- e. Mewujudkan diri secara optimal sesuai dengan potensi, minat dan kemampuan-kemampuan yang dimiliki.

Layanan konseling tidak hanya bersifat penyembuhan atau pengentasan (*curative*) masalah saja, melainkan konseling juga bertujuan agar klien setelah mendapatkan pelayanan konseling, diharapkan ia dapat menghindari masalah-masalah dalam hidupnya (*preventive*), memperoleh pemahaman diri dan lingkungannya, dapat melakukan pemeliharaan dan pengembangan terhadap kondisi dirinya yang sudah baik agar tetap menjadi baik, dan dapat juga dapat melakukan diri ke arah pencapaian semua hak-haknya sebagai warga negara (*advokasi*).<sup>6</sup>

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling individu adalah membantu klien dalam mengentaskan permasalahan yang dihadapi supaya klien dapat menjadi pribadi lebih baik dari lagi sebelumnya, klien menjadi lebih mandiri dan dapat mengantisipasi permasalahan yang sama sehingga permasalahan tersebut bisa dicegah.

---

<sup>5</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Madrasah* (Jakarta: Raja Pers, 2013), 158

<sup>6</sup> Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2012), 32.

### 3. Fungsi Konseling Individu

Layanan konseling memiliki beberapa fungsi yang dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan konseling. Adapun fungsi-fungsi layanan konseling individu adalah:

a. Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman adalah fungsi konseling yang menghasilkan pemahaman bagi klien tentang dirinya (seperti bakat, minat, pemahaman kondisi fisik), lingkungannya (seperti lingkungan alam sekitar), dan berbagai informasi (misalnya informasi tentang pendidikan dan informasi karir).

b. Fungsi pencegahan

Fungsi pencegahan adalah fungsi konseling yang menghasilkan kondisi bagi tercegahnya atau terhindarnya klien dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat, dan merugikan kerugian tertentu dalam kehidupan dan proses perkembangannya.

c. Fungsi pengentasan

Seorang konseli ketika mengalami problm di dalam suatu keadaan atau kondisi, namun konseli tidak dapat menangani semuanya sendirian, sehingga harus dihilangkan dari keadaan atau kondisi tersebut. Konsekuensinya, konseli harus diangkat dari keadaan yang tidak dipedulikannya atau disukainya. Upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi dengan mengarahkan administrasi konseling pada dasarnya upaya mengurangi.<sup>7</sup> Fungsi ini menghasilkan kemampuan klien untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami klien dalam kehidupan dan perkembangannya.

d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi pemeliharaan dan pengembangan adalah fungsi konseling yang menghasilkan kemampuan klien untuk

---

<sup>7</sup> Giyono, *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2017), 81

memelihara dan mengembangkan berbagai potensi atau kondisi yang sudah baik tetap menjadi baik untuk lebih dikembangkan secara mantap dan berkelanjutan.

e. Fungsi advokasi

Fungsi konseling ini menghasilkan kondisi pembelaan terhadap berbagai bentuk pengingkaran atas hak-hak atau kepentingan pendidikan dan perkembangan yang dialami klien.

Berdasarkan uraian fungsi diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi konseling individu adalah dimana seorang konselor memberikan pemahaman kepada klien mengenai permasalahan yang sedang dihadapi, ketika klien sudah memahami maka permasalahan tersebut dapat di entaskan dan di cegah serta klien juga dapat memelihara dan mengembangkan potensi agar tetap dalam keadaan menjadi lebih baik lagi.

#### **4. Pelaksanaan Konseling Individu**

Adapun pelaksanaan dalam konseling individu yaitu sebagai berikut:

- a. Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman konseli dan waktu.
- b. Identifikasi masalah, langkah ini merupakan upaya untuk memahami jenis, karakteristik kesulitan atau masalah yang dihadapi konseli.
- c. Diagnosis, merupakan usaha konselor dalam menetapkan latar belakang masalah atau faktor penyebab timbulnya masalah pada konseli.
- d. Prognosis, setelah diketahui faktor-faktor penyebab timbulnya masalah pada konseli, selanjutnya konselor menetapkan langkah-langkah bantuan yang akan diambil.

- e. *Treatment* atau terapi, merupakan upaya untuk memberikan bantuan atau penyembuhan atas masalah yang dihadapi konseli, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam langkah prognosis.
- f. Evaluasi, evaluasi dilakukan untuk melihat apakah upaya bantuan yang telah diberikan memperoleh hasil atau tidak.<sup>8</sup> Cara manapun yang ditempuh evaluasi atas usaha pemecahan masalah seyogyanya tetap dilakukan untuk melihat seberapa pengaruh tindakan bantuan (*treatment*) yang telah diberikan terhadap pemecahan masalah yang dihadapi konseli.

## 5. Unsur-unsur Konseling Individu

### a. Klien

Klien atau subyek konseling adalah individu atau kelompok yang memerlukan bimbingan konseling. Pelayanan bimbingan yang diberikan tidak hanya kepada lansia yang mempunyai masalah yang tampak (memperlihatkan gejala-gejala kesulitan) melainkan juga kepada semua tahanan sehingga sasaran dari bimbingan konseling tertuju kepada semua tahanan.

### b. Konselor

Kualitas pribadi konselor merupakan faktor yang sangat penting dalam konseling. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas pribadi konselor menjadi faktor penentu bagi pencapaian konseling yang efektif, disamping faktor pengetahuan tentang dinamika perilaku dan keterampilan konseling. Cavanaugh dalam Samsul Yusuf mengemukakan bahwa kualitas pribadi konselor ditandai dengan beberapa karakteristik sebagai berikut: (1) pemahaman diri; (2) kompeten; (3) memiliki kesehatan psikologis yang baik; (4) dapat dipercaya; (5)

---

<sup>8</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 321

jujur; (6) kuat; (7) hangat; (8) responsif; (9) sabar; (10) sensitif; (11) memiliki kesadaran yang holistik.<sup>9</sup>

c. Metode dan Pendekatan Konseling Direktif

Konseling direktif merupakan jenis konseling yang berpusat pada konselor. Hal ini sebagai akibat dari asumsi bahwa konseli merasa tidak mampu menghadapi masalahnya sehingga dalam menyelesaikannya membutuhkan bantuan dari konselor. Dalam proses konseling ini pihak yang paling aktif adalah konselor dimana berusaha mengarahkan, memberikan saran, anjuran, dan nasihat kepada konseli (Rofiqoh, Islahati, Rahmawati, & Salimi.). Pemecahan permasalahan dalam proses konseling dilakukan konseli dengan memanfaatkan dan menggunakan hasil tes dan diagnosa. Klien bersifat menerima perlakuan dan keputusan dari konselor.<sup>10</sup>

Sebagai salah satu konseling yang beraliran behavioristik, konseling direktif bertujuan untuk mengubah tingkah laku konseli secara langsung. Fungsi konseling yang dipakai dalam konseling direktif adalah fungsi *advice*, *communication*, *reassurance*, memberikan emosional *release*, dan *clarified thinking* (Ayu, Fauzi, & Prasetya). Fungsi *advice* adalah terkait dengan pemberian saran atau nasihat dari konselor kepada konseli. Fungsi *communication* adalah kemampuan berkomunikasi dengan baik antara konselor dengan konseli. Ada pula fungsi *reassurance* adalah terkait kemampuan konselor dalam memberikan penguatan pada pernyataan positif yang konseli paparkan. Memberikan emosional *release* merupakan pemberian bantuan untuk membebaskan emosi dari efek

---

<sup>9</sup> Syamsul Yusuf dan Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 37

<sup>10</sup> Ulin Nihayah, dkk, Mengelola Kecemasan Pada Masa *New Normal* Melalui Konseling Direktif, *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, Vol. 4 No.1 (2022), 19

pengalaman yang kemungkinan membuat tertekan. Sementara itu, *clarified thinking* berarti pengklarifikasian pemikiran yang dimiliki.

Seperti yang sudah dipaparkan konseling direktif adalah konseling yang dilakukan dengan pengarahan mengenai permasalahan yang sedang dialami oleh klien dengan berpusat pada konselor. Tak jarang konseling direktif disebut sebagai peralihan behavioristik yang berfokus pada perubahan tingkah laku. Wegeland dalam Putu, Kadek, Ketut menyebutkan pada pendekatan behavior digunakan untuk membingkai ulang ketakutan-ketakutan dan memberi keyakinan pada klien melalui pengalaman-pengalaman baru saat berjalannya proses konseling. Behavioristik sendiri berorientasi pada tehnik yang dapat membantu menekankan proses berjalannya konseling dengan menjadikan pembelajaran bagi klien, sehingga dapat memotivasinya untuk mengubah perilakunya.<sup>11</sup>

## **B. Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa**

### **1. Pengertian Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa**

#### **a. Kontrol Diri ( *Self Control* )**

Kata kontrol diri ini diterjemahkan dari *self-control*. Ada berbagai definisi kontrol diri yang dikemukakan oleh para ahli, salah satunya yang dikemukakan dalam tulisan Muraven dan Baumeister dan Muraven, Shmueli, dan Burkley, kontrol diri *'the overriding or inhibiting of automatic, habitual, or innate behaviors, urges, emotions, or desires that would otherwise interfere with goal directed behavior'*. Definisi ini menekankan bahwa kontrol diri adalah upaya mengesampingkan atau menghambat reaksi otomatis, atau kebiasaan, atau perilaku yang dibawa sejak kecil, desakan-desakan,

---

<sup>11</sup> *Ibid*, 20

emosi, atau hasrat yang dapat mengganggu pencapaian tujuan utama. Kontrol diri ini dilakukan secara sungguh-sungguh termasuk dengan cara mengubah pikiran, perasaan, maupun tindakan-tindakan demi pencapaian tujuan besar dan jangka panjang.<sup>12</sup>

Menurut Chaplin, *self control* atau kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.<sup>13</sup>

Senada dengan definisi kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.<sup>14</sup> Inti pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitikberatkan pada kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan memilih tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakinkan.

Sedangkan Calhoun dan Acocella mengemukakan ada dua alasan yang mengharuskan tiap individu mengontrol diri secara kontinue. Pertama individu hidup bersama dengan kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam pencapaian proses standar tersebut individu tidak

---

<sup>12</sup> Neila Ramdhani, dkk, *Psikologi Untuk Indonesia Tangguh Dan Bahagia* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016), 56.

<sup>13</sup> J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1997), 316

<sup>14</sup> Romadona Dwi Marsela dan Mamat Supriatna, "Kontrol diri : Definisi dan Faktor," *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, Vol.3, No.2 (Agustus, 2019), 66

melakukan hal-hal yang menyimpang.<sup>15</sup> Sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an sebagai berikut :

ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

*“Berdoalah kepada Tuhanmu dengan rendah hati dan suara yang lembut. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas.”* (Q.S Al-A'raf [7] : 55)

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa secara umum Al-Qur'an menganjurkan kepada semua manusia untuk senantiasa mengontrol segala perilaku dan tindakannya dari bisikan hawa nafsu dan sifat yang berlebihan. Agar individu tidak menjadi budak hawa nafsu akan tetapi, individu itulah yang mengendalikan dorongan-dorongan nafsu tersebut. Sebagaimana yang di sebutkan dalam dalil berikut:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قَالَ (لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ إِلَّا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ) متفق عليه

*“Dari Abu Hurairah RA, Rasulullah SAW bersabda: ‘Bukanlah orang yang kuat yang menang dalam pergulatan akan tetapi orang yang kuat ialah yang mampu menahan hawa nafsunya saat marah’* (H.R. Bukhari dan Muslim)

Hadist tersebut secara eksplisit menunjukkan bahwa orang yang bisa mengendalikan nafsu amarahnya lebih kuat daripada orang yang bisa memenankan pertarungan. Sebab perang terberat bukanlah melaan orang lain melainkan melawan diri sendiri (hawa nafsu).

---

<sup>15</sup> James F. Calhoun dan Joan Roes Acocella. *Psikologi tentang penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, Terj. R. S. Satmoko, Edisi ke-3 (Semarang: IKIP, 1995), 130-231.

Kontrol diri (*self control*) sangat diperlukan untuk membantu seseorang dalam mengendalikan kemampuannya yang terbatas serta untuk mengatasi hal-hal yang dapat merugikan, yang kemungkinan terjadi dan berasal dari luar. Sementara itu pendapat dari Piaquet yang mengartikan tingkah laku yang dilakukan dengan sengaja dan mempunyai tujuan yang jelas tetapi dibatasi oleh situasi yang khusus sebagai kontrol diri.<sup>16</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas, kontrol diri dapat di artikan sebagai suatu kemampuan dalam mengendalikan tingkah laku sesuai dengan yang diinginkan, dengan mempertimbangkan segala hal sebelum menentukan sesuatu dalam bertindak agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Semakin besar kontrol diri seseorang, maka semakin intensif pula seseorang dalam mengendalikan tingkah laku begitupun di depan orang lain.

#### b. Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Lansia salah satu termasuk dalam kelompok rentan yang akan mengalami proses perubahan karena akibat dari proses penuaan. Dimana perubahan ini memunculkan suatu permasalahan yang akan mempengaruhi kualitas hidup dari lansia. Menua sehat memang ditentukan dari banyak faktor, secara umum disebabkan faktor luar lansia dan dalam lansia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan faktor paling penting yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Lansia sangat beresiko terhadap gangguan kejiwaan maupun terkait dengan kesehatan mental. gangguan pada mental yang terjadi pada lansia ini biasanya seperti depresi, demensia juga gangguan kejiwaan lainnya yang dimana dari berbagai macam faktor. Data dari WHO (*Whorld Health Organization*), terdapat 20% lansia di dunia memiliki

---

<sup>16</sup> N.R. Carlson, *The Science of Behavior* (Boston: Allin and Bacon a Division of Simon and Scusstter Inc., 1987), 96.

gangguan pada mental. Lansia merupakan seseorang yang telah berumur 60 tahun ke atas, gangguan jiwa pada lansia terjadi karena mood yang tidak baik, putus asa, serta *sensitive* terhadap lainnya.

Pertumbuhan usia seseorang mengakibatkan menurunnya metabolisme dan fisik, kegiatan yang dulu digemari bisa jadi sudah tidak dilakukan ketika usia sudah lansia. Lansia yang secara fisik kurang sehat maka akan berdampak pula akan kesehatan mentalnya. Semakin seseorang lansia maka juga semakin tidak mandiri dalam melakukan aktivitas.<sup>17</sup> Dimana akibat dari tidak mandiri itulah yang mengakibatkan lansia sangat rentan terkena depresi dan akan mengganggu kesehatan jiwanya. Kesehatan jiwa merupakan sebuah kondisi dimana individu terbebas dari segala bentuk gejala-gejala gangguan kejiwaan.

Kelompok lansia adalah kelompok penduduk yang berusia 60 tahun ke atas. Pada lansia akan terjadi proses menghilangkannya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi. Karena itu di dalam tubuh akan menumpuk makin banyak metabolic distortion dan struktural disebut penyakit degenerative yang menyebabkan Lansia akan mengakhiri hidup dengan episode terminal.<sup>18</sup>

Beberapa pendapat para ahli tentang batasan usia bagi lanjut usia yang pertama menurut WHO ada empat tahapan yaitu:

- a. usia pertengahan (*middle age*) antara 45-59 tahun,

---

<sup>17</sup> Rindy Nawang Sari dan Padmono Wibowo, *Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Tingkat Kesehatan Mental Pada Narapidana Lansia Di Rutan Kelas II B Trenggalek*, Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora, Vol. 8 No. 6 Tahun 2021, 1630

<sup>18</sup> Pranaka dan Kris, *Buku Ajar Boedhi Darmojo Geriatri*, (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut), Edisi 4. (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2010), 5.

- b. Lanjut usia (*elderly*) antara 60-74 tahun, dan
- c. Lanjut usia tua (*old*) antara 75-90 tahun,
- d. Usia sangat tua (*very old*) di atas 90 tahun.

Di Indonesia, batasan lanjut usia adalah 60 tahun ke atas. Hal ini dipertegas dalam Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2. Pada tanggal 29 Mei 1996 ditetapkanlah hari lanjut usia pada tanggal 29 yang diterbitkan oleh Departemen Sosial dalam rangka pencanangan hari lanjut usia nasional.<sup>19</sup>

Setiap orang yang memasuki usia lanjut memiliki gangguan psikologis dan spiritual dalam hidupnya. Hal itu wajar terjadi terutama bagi orang yang kurang siap menghadapi perubahan hidup dan kehidupan. Indikator gangguan psikologis menurut BKKBN sebagai berikut:

- a. Kecemasan dan ketakutan.

Perasaan ketidakpastian dalam menghadapi masa depan yang berubah jauh dari pola hidup biasanya, banyak dialami oleh lanjut usia. Hal itu muncul karena berbagai hal seperti daya tahan tubuh dan fungsi organ tubuh yang menurun, kesibukan kerja dan posisi jabatan yang hilang, kehidupan rumah tangga yang kurang harmonis dan sebagainya ikut mempengaruhi kepribadian seseorang yang memasuki usia lansia. Kekhawatiran sosial takut merasa tersingkir dari lingkungan apalagi ketika aktif suka dihormati dan ditakuti orang (bawahan) karena sikapnya yang arogan, sombong dan kurang komunikatif dengan oranglain. Rasa takut dan cemas ketika memasuki lanjut usia akan menambah potensi terserang penyakit fisik dan psikologis, kecuali orang yang mampu menghadapi perubahan keadaan dengan pegangan sspiritual yang kuat dan mantap.

---

<sup>19</sup> Sri Astinawati, *Asuhan Keperawatan Gerontik* (Bogor: Penerbit IN Media, 2014), 4.

b. Mudah tersinggung dan cenderung emosional.

Pertambahan umur dan perubahan fisik jasmani akan mempengaruhi kematapan emosional dan ketabahan spiritual. Penurunan kondisi fisik akan berpengaruh juga akan emosi seseorang. Emosi merupakan suatu kondisi yang dapat menggerakkan perilaku yang manifestasinya dapat dilihat pada gejala: keputatan, kegelisahan, kengerian, atau kesedihan.<sup>20</sup> Lanjut usia umumnya memiliki kepribadian yang labil mudah tersinggung, takut kesepian, turun percaya diri, nostalgia dengan masa jaya dan merasa pernah berjasa tapi tidak dihargai orang. Sikap emosi tersebut hanya bisa diatasi dengan intropeksi diri, mawas diri sekaligus mendekatkan diri kepada Tuhan. Upayanya yaitu dengan mengendalikan emosi dan berusaha melakukan pendekatan diri kepada Tuhan.

Sedangkan menurut Elizabeth B. Hurlock,<sup>21</sup> beberapa masalah psikologi lanjut usia antara lain:

- a) Kesepian, yang dialami lanjut usia saat meninggalnya pasangan hidup terutama yang mengalami penurunan status kesehatan seperti menderita penyakit fisik berat, gangguan mobilitas, atau gangguan sensorik terutama gangguan pendengaran harus dibedakan antara kesepian dengan hidup sendiri. Banyak lanjut usia hidup sendiri tidak mengalami kesepian karena aktivitas sosialnya tinggi, dan adapula lanjut usia yang hidup dilingkungan yang beranggota keluarga yang cukup banyak tetapi dapat mengalami kesepian.
- b) Duka cita, dimana pada periode duka cita ini merupakan periode yang sangat rawan pada lanjut usia, meninggalnya pasangan hidup, teman dekat, yang bisa meruntuhkan

---

<sup>20</sup> Siti Partini Suadirman, *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016), 97.

<sup>21</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), 380.

ketahanan jiwa yang sudah rapuh dari lanjut usia yang selanjutnya memicu terjadinya gangguan fisik dan kesehatannya. Adanya perasaan kosong kemudian diikuti dengan ingin menangis dan kemudian suatu periode depresi.

- c) Depresi, pada lanjut usia stress lingkungan sering menimbulkan depresi dan kemampuan beradaptasi sudah menurun.
- d) Gangguan cemas, terbagi dalam beberapa golongan yaitu: fobia, gangguan panik, gangguan cemas umum, gangguan stress setelah trauma, dan gangguan obsesif kompulsif. pada lanjut usia gangguan cemas merupakan kelanjutan dari dewasa mudadan biasanya berhubungan dengan sekunder akibat penyakit medis, depresi, efek samping obat, atau gejala penghentian mendadak suatu obat.
- e) Psikosis pada lanjut usia, dimana terbagi dalam bentuk psikosis biasa terjadi pada lanjut usia, baik sebagai kelanjutan keadaan dari dewasa muda atau yang timbul pada lanjut usia.
- f) Parafrenia, merupakan suatu bentuk skizofrenia lanjut yang sering terdapat pada lanjut usia yang sering ditandai dengan curiga yang sering lanjut usia merasa tetangganya mencuri barang-barang atau tetangga berniat membunuhnya. Parafrenia biasanya sering terjadi pada lanjut usia yang di isolasi atau menarik diri dari kegiatan sosial.<sup>22</sup>
- g) *Syndroma diagnose*, merupakan suatu keadaan dimana lanjut usia menunjukkan penampilan perilaku yang sangat mengganggu. Rumah atau kamar yang kotor, lanjut usia sering menumpuk barang-barangnya secara tidak teratur. Kondisi ini walaupun kamar sudah dibersihkan namun dapat berulang kembali.

---

<sup>22</sup> Siti Rahmah, *Pembinaan Keagamaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera*, Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 12 No. 23, Januari-Juni 2013, 68

## 2. Kriteria Emosi Dalam Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Kontrol diri (*self-control*) erat kaitannya dengan pengendalian emosi sebab pada dasarnya emosi itu bersifat timbal balik (*feedback*). Emosi merupakan bagian dari aspek afektif yang memiliki pengaruh besar terhadap kepribadian dan perilaku seseorang, emosi bersifat fluktuatif dan dinamis, artinya perubahan emosi sangat tergantung pada kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi.<sup>23</sup> Ada tiga kriteria emosi yang dilakukan individu untuk mengarahkan kearah yang lebih baik, yaitu:

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

*Self control* tiap individu lah yang menyusun standar bagi kinerjanya dan menghargai atau menghukum dirinya bila berhasil atau tidak berhasil mencapai standar tersebut. Kontrol eksternal orang lainlah yang menyusun standar dan memberi ganjaran atau hukuman tersebut. Tidak mengherankan bila kontrol diri dianggap sebagai suatu keterampilan berharga.<sup>24</sup>

## 3. Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari:<sup>25</sup>

---

<sup>23</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Bandung: Refika Aditama, 2007), 180.

<sup>24</sup> Acocella, J.R. dan Calhoun, J. F. *Psychology of Adjustment Human Relationship* (3th end). (New York: McGraw-Hill, 1990)

<sup>25</sup> M. Nur Gufon dan Rini Risnawita S. *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2016), 32.

a. Faktor internal (dari diri individu)

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Kematangan merupakan urutan perubahan yang dialami individu secara teratur yang ditentukan oleh faktor genetik. Pada dasarnya individu berkembang dalam cara yang terpola secara genetik, kecuali jika gangguan atau hambatan oleh faktor lingkungan (pengalaman/sesuatu yang diperoleh dalam kehidupan) yang bersifat merusak.

b. Faktor Eksternal (lingkungan individu)

Faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri lansia adalah pada kondisi sosio-emosional di lingkungan, baik lingkungan keluarga maupun teman sebaya. Jika kondisi lingkungan seseorang tersebut cukup kondusif seperti lingkungan keluarga yang harmonis, saling percaya, saling menghargai, serta penuh dengan tanggung jawab, maka lansia akan memiliki kontrol diri yang baik.

#### 4. Jenis dan Aspek Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Menurut Averill terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decisional control*).<sup>26</sup>

- a. Kontrol perilaku (*behavior control*) merupakan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*).

---

<sup>26</sup> *Ibid*, 29.

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

- b. Kontrol kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
- c. Mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga aspek dalam kontrol diri, yaitu: kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif

(*cognitive control* dan kontrol kepuasan (*decisional control*). Ketiga aspek tersebut berperan dalam mewujudkan perilaku yang akan ditimbulkan setelah adanya stimulus yang di terima.

## 5. Indikator Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Menurut para ahli kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif (pencegahan) selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari *stressor-stressor* lingkungan. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi.<sup>27</sup>

Berdasarkan tinjauan aspek di atas, didapati beberapa indikator *self control*, yakni sebagai berikut :

### a. Kemampuan mengontrol perilaku

Kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dimana terdapat keteraturan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, apakah oleh dirinya sendiri atau orang lain. Individu yang mampu menontrol dirinya dengan baik akan mampu mengatur perilakunya sesuai dengan kemampuan dirinya sebaliknya jika individu tersebut tidak mampu mengatur perilaku berdasarkan internalnya maka ia akan menggunakan sumber eksternal.

### b. Kemampuan mengontrol stimulus

Kemampuan untuk mengetahui bagaimana atau kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki muncul. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan individu dalam mengontrol stimulus yakni mencegah, menjauhi stimulus, menghentikan stimulus sebelum berakhir serta melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian dari stimulus.

---

<sup>27</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 21-22.

c. Kemampuan mengantisipasi peristiwa

Kemampuan individu dalam mengolah informasi dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif. Informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan akan membuat individu mampu mengantisipasi keadaan melalui pertimbangan secara objektif.

d. Kemampuan menafsirkan peristiwa

Penilaian yang dilakukan seorang individu merupakan suatu usaha untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

e. Kemampuan mengambil keputusan

Kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kemampuan dalam mengontrol keputusan akan berfungsi dengan baik apabila terdapat kesempatan dan kebebasan dalam diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan.<sup>28</sup> Kemampuan mengontrol keputusan dengan cara memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Orang yang rendah kemampuan mengontrol diri cenderung akan reaktif dan terus reaktif (terbawa hanyut ke dalam situasi yang sulit). Sedangkan orang yang tinggi kemampuan mengendalikan diri akan cenderung proaktif (punya kesadaran untuk memilih yang positif).<sup>29</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik adalah individu yang mampu mengontrol stimulus dan tindakan dalam

---

<sup>28</sup> Novia SP. Naibaho, *Kontrol diri (self-control) dan perilaku nyeri pada pasien dengan nyeri kronis di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan*, (Skripsi : Universitas Sumatera Utara Medan, 2013), 11.

<sup>29</sup> Yahya AD dan Egalia, *Pengaruh Konseling Kognitif Behavior Therapy (Cbt) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017*, *Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 03 (2); 2016. 136

berperilaku dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. Maka dari itu jika individu memiliki kontrol diri yang rendah bisa menimbulkan salah satu bahkan beberapa aspek indikator kontrol diri yang sebelumnya tidak dimiliki atau yang perlu ditingkatkan lagi.

## **6. Fungsi Kontrol Diri Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa**

Messina & Messina (dalam Singgih Gunarsa) menyatakan bahwa pengendalian diri memiliki beberapa fungsi:

### **a. Membatasi perhatian individu terhadap orang lain**

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya pula, tidak sekedar berfokus pada kebutuhan-kebutuhan, kepentingan, atau keinginan orang lain di lingkungannya. Perhatian yang terlalu banyak pada kebutuhan, kepentingan, atau keinginan orang lain, cenderung akan menyebabkan individu mengabaikan bahwa melupakan kebutuhan pribadinya.

### **b. Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya.**

Dengan adanya pengendalian diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya dapat terkondisi secara bersama-sama. Individu akan membatasi keinginannya atas keinginan orang lain, memberikan kesempatan kepada orang lain untuk berada dalam ruang aspirasinya masing-masing, atau bahkan menerima aspirasi orang lain tersebut secara penuh.

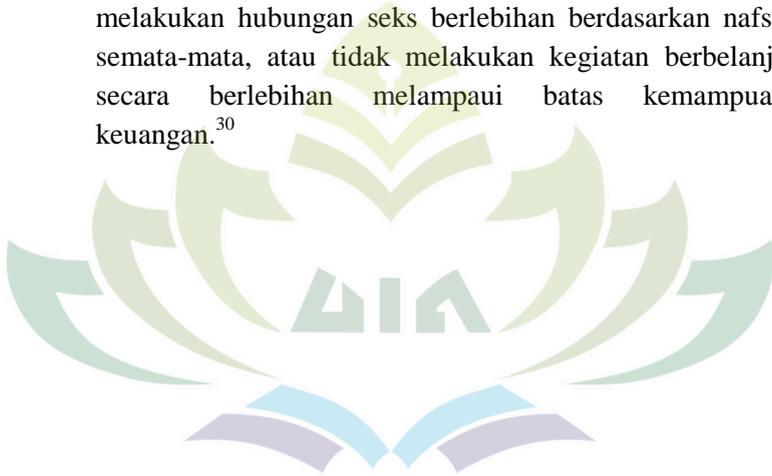
### **c. Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif.**

Individu yang memiliki pengendalian diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Pengendalian diri memiliki arti sebagai kemampuan individu menahan

dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku (negatif) yang tidak sesuai dengan norma sosial.

- d. Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan individu secara seimbang.

Pemenuhan kebutuhan individu untuk hidup menjadi motiv bagi setiap individu dalam bertingkah laku. Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin di penuhi. Dalam hal ini, pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup, seperti tidak memakan makanan secara berlebihan, tidak melakukan hubungan seks berlebihan berdasarkan nafsu semata-mata, atau tidak melakukan kegiatan berbelanja secara berlebihan melampaui batas kemampuan keuangan.<sup>30</sup>



---

<sup>30</sup> Singgih Gunarsa. *Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi perkembangan*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2004) 255-256.

## DAFTAR PUSTAKA

### Sumber Buku:

- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta.PT Raja Grafindo Persada, 2001
- Abuddin Nata, *Islam & Ilmu Pengetahuan*, Jakarta: Prenadamedia Group, 2018
- Acocella, J.R. dan Calhoun, J. F. *Psychology of Adjustment Human Relationship* (3th end). New York: McGraw-Hill, 1990
- Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, Bandung: Refika Aditama, 2007
- Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islam : menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pascakematian*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2008.
- Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial, Format-format Kuantitatif dan Kualitatif*, Surabaya: Airlangga Press, 2001.
- Dede Nasrullah, *Buku Ajar Keperawatan Gerontik, edisi 1*, Jakarta: Cv. Trans Info Media, 2016
- Dewi Panji, *Menembus Dunia Lansia*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2012.
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan*, Jakarta:Erlangga, 1980
- Eva Arifin, *Teknik Konseling di Media Massa*, Yogyakarta: 2010
- Erhamwilda. *Model Treatment Dalam Membantu Korban Kekerasan Rumah Tangga*. Bandung: 2018
- Giyono, *Bimbingan Konseling*, Yogyakarta: Media Akademi, 2017
- Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, Jakarta: Prenadamedia Group, 2012
- Hellen. *Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching. 2005

- Henni Syafriana Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling Konsep Teori dan Aplikasinya*, Medan: Penerbit LPPPI, 2019.
- James F. Calhoun dan Joan Roes Acocella. *Psikologi tentang penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, Terj. R. S. Satmoko, Edisi ke-3 Semarang: IKIP, 1995
- J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1997
- Kartono Kartini, *Pengantar Metodologi araiset Sosial*, (Bandung: Mandar maju, 2012
- Moeljiono Notosoedirjo dan Latipun, *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*, Malang: Penerbit UMM Press, 2014
- M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2012
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktek*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011
- Neila Ramdhani, dkk, *Psikologi Untuk Indonesia Tangguh Dan Bahagia*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016
- Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*, Yogyakarta: Teras, 2013
- N.R. Carlson, *The Science of Behavior*, Boston: Allin and Bacon a Division of Simon and Scusster Inc., 1987
- Pranaka dan Kris, *Buku Ajar Boedhi Darmojo Geriatri, (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*, Edisi 4. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2010
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta. 1994
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011
- Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling, penerjemah: Yudi Santoso*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010

- Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015
- Singgih Gunarsa. *Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi perkembangan*, Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2004
- Siti Maryam dkk, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta: Salemba Medika, 2008
- Siti Partini Suadirman, *Psikologi Usia Lanjut*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2016
- Sofyan S. willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2019
- Sri Astinawati, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, Bogor: Penerbit IN Media, 2014
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2017
- Suharsimi Arikunto, *Management Penelitian*, Jakarta: Rineka cipta, 2010
- Susilo Rahardjo dan Gudnanto, *Pemahaman Individu Teknik Nontes*, Jakarta: PT Kharisma Putra Utama, 2013
- Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, Jakarta : PT Pramedia, 2013
- Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012
- Syamsu Yusuf, *Konseling Individual (Konsep Dasar dan Pendekatan)*, Bandung: Refika Aditama, 2016
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Madrasah*, Jakarta: Raja Pers, 2007
- W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, Jakarta: Rajawali Press, 2012

### **Sumber Jurnal/Skripsi:**

- Akhmad Munandar, "Pola Dampungan Lanjut Usia Di Panti Jompo Mappakasunggi Kota Parepare Tinjauan Bimbingan Konseling Islam)", (Skripsi Sarjana: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Bimbingan Konseling Islam, 2018
- Endah Puspita Sari dan Sartini Nuryoto, "Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi, Jurnal Psikologi, 2002, No. 2
- Hafsah, "Upaya Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Kesadaran Keberagaman Lanjut Usia Di Yayasan Ar-Rahman Palu Barat", Skripsi Sarjana: Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam
- Mita Rosaliza, "Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi dalam Penelitian Kualitatif", Jurnal Ilmu Budaya, Vol. 11, No. 2 th. 2015
- Muhammad Husni, *Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*, Al-Ibrah, Vol. 2 No.2 Desember 2017.
- Natalina Nirmalasari, "Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif", Vol. 8, No.2, 2014
- Novia SP. Naibaho, "Kontrol diri (self-control) dan perilaku nyeri pada pasien dengan nyeri kronis di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan", Skripsi : Universitas Sumatera Utara Medan, 2013
- Rifqi Muhammad, *Konseling Logotherapy Lansia*, Vol. 2 No. 2 Juli-Desember 2010, page 201- 214
- Rindy Nawang Sari dan Padmono Wibowo, *Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Tingkat Kesehatan Mental Pada Narapidana Lansia Di Rutan Kelas II B Trenggalek*, Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora, Vol. 8 No. 6 Tahun 2021
- Romadona Dwi Marsela dan Mamat Supriatna, "Kontrol diri : Definisi dan Faktor," Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research, Vol.3, No.2 Agustus, 2019

- Siti Rahmah, *Pembinaan Keagamaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera*, Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 12 No. 23, Januari-Juni 2013
- Suryana, “Metode Penelitian Model Praktis PENELITIAN Kualitatif dan Kuantitatif”, Universitas Pendidikan Indonesia 2010.
- Ulin Nihayah, dkk, *Mengelola Kecemasan Pada Masa New Normal Melalui Konseling Direktif*, *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, Vol. 4 No.1 2022
- Umi Aisyah dan Laras Prameswarie, *Konseling Individual bagi Anak Korban Pemerkosaan di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Tanggamus*. Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling dan Psikologi Islam, Vol. 08, No. 2, 2020
- Yahya AD, Egalia, Pengaruh Konseling Kognitif Behavior Therapy (Cbt) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017, Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal) , 03 (2); 2016
- Yiyit Hentika, “*Konsep Diri Lansia di Panti Jompo*”, *Journal of School Counseling* (2019), 3(2)
- Yunita, “Program Pengembangan Diri Lansia Studi di Yayasan Aura Ilmi Pondok Kelapa 2 Bengkulu Tengah”, Skripsi Sarjana: Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, 2017