

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Usia tua/lanjut usia adalah periode penutup dalam masa rentang hidup seseorang, yaitu suatu masa dimana seseorang tersebut telah “beranjak jauh” dari masa terdahulu yang menyenangkan atau beranjak jauh dari waktu yang dulu sangat menyenangkan dan bermanfaat. Dalam kehidupannya sehari-hari akan banyak mengalami kemunduran dan perubahan-perubahan. Meliputi perubahan fisik, dan psikologis.<sup>1</sup>

Dinas Sosial Dan Tenaga Kerja (DINSOSNAKER) Kabupaten Pandeglang merilis data jumlah penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) tahun 2015. Dari 7 kategori PMKS dengan 26 jenis masalah sosial, kategori lanjut usia terlantar mendominasi PMKS di Pandeglang dengan jumlah 9.856 jiwa disusul masalah penyandang disabilitas sebanyak 6.299 orang.<sup>2</sup> Banyak sekali persoalan yang menyangkut tentang lansia yang terlantar. Persoalan-persoalan yang membuat lansia terlantar di antaranya ialah karena pihak keluarga yang

---

<sup>1</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Prenada Media Group), p. 253

<sup>2</sup> Redaksi, “*Waduh Di Pandeglang Banyak Lansia Terlantar*”, ( 4 april 2016) <http://bantenheadline.com>

tidak mau mengurus anggota keluarganya yang sudah masuk periode lansia, bahkan lansia ditelantarkan begitu saja oleh anak atau sanak keluarga yang dekat.

Panti jompo/sosial menurut kamus besar bahasa Indonesia, kata panti jompo diartikan sebagai tempat merawat dan menampung jompo.<sup>3</sup> Seperti salah satu panti yang ada di daerah Kabupaten Pandeglang yaitu PANTI SOSIAL NINI AKI “BERKAH” PANDEGLANG yang menampung orang yang sudah lanjut usia, lansia yang menjadi penghuni di panti ini kebanyakan adalah lansia yang hidup di lingkungan sekitar panti, atau tempatnya tidak jauh dengan panti ini.

Lansia yang dimasukkan ke Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang karena anak dan saudaranya takut tidak bisa memberikan kehidupan yang layak atau karena kondisi ekonomi anak yang jauh dari harapan. Namun, ada juga yang sengaja memasukannya ke panti sosial karena lansia tersebut tidak ada yang menemani atau tidak ada waktu untuk mengurusnya.<sup>4</sup>

Pada lansia permasalahan psikologis terutama muncul bila lansia tidak berhasil menemukan jalan keluar masalah yang timbul

---

<sup>3</sup> Indrawan, *Kamus Besar Lengkap Bahasa Indonesia*, ( Jombang: Lintas Media) p. 392.

<sup>4</sup> Wawancara dengan Bu Epi, 25 april 2016, Catatan Pribadi. Dan Recording

sebagai akibat dari proses menua, rasa tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tak kunjung sembuh, kematian pasangan, merupakan sebagian kecil dari keseluruhan ketidaknakan yang harus dihadapi lansia.<sup>5</sup>

Permasalahan-permasalahan pemahaman diri lansia yang tinggal di panti jompo menjadi persoalan yang sangat mengganggu bagi perkembangan diri lansia tersebut, yaitu konsep diri negatif yang dirasakan oleh lansia tersebut, seperti minder, tidak mau bergabung dengan yang lain, egois, tidak bisa menerima kritikan/masukan dari orang lain, malu dan bahkan menganggap dirinya tidak berguna lagi di karenakan tinggal di panti jompo/sosial.

Konsep diri bisa dikatakan di mana individu tersebut memahami dirinya sendiri dan memaknai kondisi fisik dan psikisnya, seperti gambaran diri, ideal diri, identitas diri, dan harga diri.<sup>6</sup> Konsep diri dilakukan oleh seorang lansia, bagaimana bisa menyadari keadaan fisiknya, keadaan lingkungan yang ada di panti sosial tersebut, sehingga lansia bisa menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan.

---

<sup>5</sup> Utami Munandar, *Psikologi Perkembangan Pribadi Dari Bayi Sampai Lanjut Usia*, (Jakarta: UI-pres, 2001), p. 198.

<sup>6</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Cv. Pustaka Setia, 2003), pp.399, 504.

Masalah konsep diri yang negatif seperti yang penulis deskripsikan tersebut yang terdapat di Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” contohnya seperti pada HT bahwa dirinya merasa dibuang oleh anaknya, menganggap dirinya tidak berharga, dikucilkan.<sup>7</sup> Berbagai macam permasalahan yang dialami lansia terhadap psikis, dan fisiknya, maka dari itu peneliti ingin mengubah pikiran-pikiran yang menjadi penghambat dalam diri psikis lansia yang cenderung negatif.

Bimbingan dan Konseling adalah proses pemberian bantuan kepada individu maupun kelompok untuk mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya, dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimilikinya, agar individu tersebut bisa menyesuaikan diri lebih efektif dengan dirinya sendiri dan dengan lingkungannya.<sup>8</sup>

Konseling *Rational Emotive Behavior* adalah proses pemberian bantuan pada individu untuk memahami permasalahan yang di hadapinya dan merasionalkan apa yang tidak rasional dalam pikirannya

---

<sup>7</sup> Wawancara Dengan Nini HT, usia 69, Hari Kamis, 7 April 2016, Panti Sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang Pukul 09:00 WIB.

<sup>8</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT. Asdi Mahasatya, 2009), pp. 98,100

atau menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku.<sup>9</sup>

Dari latar belakang di atas penulis tertarik untuk meneliti konsep diri yang negatif pada lansia di Panti Sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang. Melalui penerapan konseling *rational emotive behavior*, dengan merubah cara berpikir yang negatif dapat menghasilkan perubahan yang berarti pada perasaan dan perilaku. Koseling *rational emotive behavior* ini membantu memecahkan masalah yang dikarenakan pola pikir yang salah, dalam konseling ini juga terdapat formula ABC yang membantu lansia menggali masalah yang dialami dengan melihat fakta-fakta tentang masalah yang dihadapi, dari kejadian, akibat dan kepercayaan atau keyakinan yang mendasari terjadinya sesuatu.

## **B. Rumusan Masalah**

Untuk memudahkan penelitian, maka perlu dirumuskan masalah apa yang menjadi fokus penelitian. Rumusan masalah yang penulis akan bahas ialah:

1. Bagaimana konsep diri lansia di Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang ?

---

<sup>9</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM, 2015), p.77

2. Bagaimana penerapan dan dampak konseling *rational emotive behavior* dalam mengubah konsep diri yang negatif pada lansia di Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui konsep diri lansia di panti jompo Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang
2. Untuk mengetahui penerapan dan dampak konseling *rational emotive behavior* dalam mengubah konsep diri yang negatif pada lansia di panti sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang

### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat secara teoritis maupun manfaat secara praktis.

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara bidang keilmuan bimbingan dan konseling Islam dan bidang keilmuan psikologi, bagaimana konsep diri negatif lansia di panti jompo, mahasiswa yang jurusan bimbingan dan konseling Islam bisa

mengatahui lebih dalam perkembangan psikologis lansia yang ada di panti jompo/sosial.

## 2. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan memberi manfaat pada:

- a. Keluarga mendapatkan informasi bagaimana perasaan lansia yang dikirim ke panti sosial atau panti jompo, sehingga keluarga mau mengurus lansia.
- b. Lansia mendapatkan informasi mengatasi permasalahan emosi jika di tinggal di panti sosial, dan menerima keadaan yang baik ketika tinggal di panti sosial.

## **E. Kajian Pustaka**

Sejauh ini banyak sekali skripsi yang mengkaji dan membahas tentang lansia. Dalam penulisan skripsi ini, ada beberapa judul skripsi yang pernah ditulis oleh peneliti terdahulu yang oleh penulis jadikan sebagai tinjauan pustaka, antara lain:

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Hayati dengan judul *“Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenian Pada Lansia”*, Fakultas Psikologi, Universitas Sumatra Utara Tahun 2010. Skripsi ini menjelaskan peranan sosial terhadap lansia yang kesepian, penelitian menggunakan kuantitatif, objek lansia yang berada di panti jompo.

Ternyata tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia bisa dikatakan tinggi, dalam skripsi ini mendeskripsikan pula perasaan lansia yang tinggal dengan anaknya, lansia tersebut merasakan kesepian pula.<sup>10</sup>

Skripsi selanjutnya ialah skripsi dari Ahmad Zakariya yang berjudul *“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulya 04 Margaguna Jakarta Selatan”*, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Dan Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2009. Penelitian ini menjelaskan perubahan-perubahan fisik sehingga berpengaruh pada kemandirian lansia, aktivitas lansia yang dikatakan mandiri disini lansia melakukan aktivitasnya sendiri, seperti melakukan mandi, gosok gigi, memakai pakaian sendiri dan mengurus dirinya sendiri.<sup>11</sup>

Tesis dari Rossy Damaiati yang berjudul *“Komunikasi Persuasif Perawat Dan Lansia, Jurusan Ilmu Komunikasi (Studi Deskriptif Komunikasi Persuasive Perawat Dengan Lansia Dalam Membangun Sikap Positif Lansia Di Panti Werda Hanna Yogyakarta”*,

---

<sup>10</sup> Sri Hayati, *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia*, Universitas Sumatra Utara, 2010. [Http://Repository.Usu.Ac.Id](http://Repository.Usu.Ac.Id) Diakses 21 April 2016 Pukul 15:00 Wib.

<sup>11</sup> Ahmad Zakariya, *Factor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budhi Mulya 04 Margaguna Jakarta Selatan*, 2011, [Http://Repository.Uinjkt.Ac.Id/.../AHMAD%20ZAKARIYA-FKIK.Pdf](http://Repository.Uinjkt.Ac.Id/.../AHMAD%20ZAKARIYA-FKIK.Pdf). Diakses 21 April 2016



Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2011. Bagaimana cara berkomunikasi pengasuh yang ada di panti dengan penghuni panti yaitu lansia, karena dengan komunikasi persuasif antara pengasuh dengan lansia yang ada di panti sosial akan meminimalisir salah faham, lansia dengan perasaanya yang lebih sensitif jadi harus saling memahami dan komunikasi yang bagus.<sup>12</sup>

Ketiga penelitian tersebut berbeda dengan penelitian penulis lakukan. Sebab, meskipun sama-sama membahas tentang lansia, namun penelitian ini peneliti melakukan intervensi berupa teknik konseling *rational emotive behavior* dalam mengatasi konsep diri negatif pada lansia.

## **F. Kerangka Teori**

### **1. Lansia**

Usia tua/lanjut usia adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, seseorang bisa dikatakan usia tua atau lanjut usia ketika usianya mencapai usia 65/70 tahun sampai akhir kehidupan seseorang.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Rosy Damaiaiti, *Komunikasi Persuasive Perawat Dan Lansia*, [Http://Thesis.Umy.Ac.Id/Datapublik/T11473.Pdf](http://Thesis.Umy.Ac.Id/Datapublik/T11473.Pdf) Diakses 21 April 2016 Pukul 15:00 Wib

<sup>13</sup> Istiwidiyanti dan Soedjarwo, *Psikologi Perkembangan*, Terjemahan, Elizabeth B. Hurluck, (Jakarta: erlangga), p. 380

Berikut beberapa aspek perkembangan yang terjadi selama masa usia tua/lanjut usia yaitu:

- a. Perkembangan fisik: dilihat dari masa perkembangan fisik, pada awal masa dewasa kemampuan fisik mencapai puncaknya, dan sekaligus mengalami penurunan selama periode ini. Yaitu kesehatan badan yang sekarang menurun, sensor dan perseptual seperti lima panca inderanya yang sekarang sudah tidak seperti dulu, serta otak yang mengalami penurunan daya ingat.
- b. Perkembangan kognitif: kemampuan kognitif orang dewasa meliputi perkembangan pemikiran postformal pada masa ini orang sudah dewasa lanjut sudah mengalami penurunan untuk memikirkan hal-hal yang abstrak. Perkembangan memori, namun dalam masa dewasa akhir memorinya semakin menurun maka banyak lansia dikatakan cepat pikun. Perkembangan intelegensi, usia semakin menua kecerdasan yang dimiliki lansia semakin terbatas, karena aktifitas tidak seperti dulu yang masih bisa belajar intelegensi pun tergantung dari perkembangan memori lansia tersebut.
- c. Perkembangan psikososial, pola dan tingkah laku sosial orang dewasa berbeda dalam beberapa hal dari orang yang lebih

muda. Selama dalam periode ini orang melibatkan diri secara khusus dengan karir, pernikahan, dan hidup berkeluarga. Menurut Erikson dalam buku Psikologi Perkembangan Desmita, perkembangan psikososial selama masa dewasa dan tua ini ditandai dengan tiga gejala penting, yaitu keintiman, generatif, dan integritas.<sup>14</sup> Keintiman dapat diartikan sebagai suatu kemampuan memperhatikan orang lain dan membagi pengalaman dengan mereka. Generativitas yaitu suatu perkembangan perasaan yang merasa bahwa dirinya masih bisa berguna dan bisa membantu orang lain dengan sisa hidupnya. Integritas yaitu proses seseorang yang berhasil menangani masalah-masalah yang timbul pada setiap tahap kehidupan sebelumnya, maka dia akan mendapatkan perasaan utuh.<sup>15</sup>

## **2. Konsep Diri**

Hurlock dalam buku Teori-Teori Psikologi karangan M. Nur Gufron. Konsep diri merupakan gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Burn

---

<sup>14</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: 2013, PT. Rosda Karya), pp: 234-242

<sup>15</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan...* pp. 242-253

mendefinisikan konsep diri adalah sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri sendiri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai.<sup>16</sup>

Jadi dari pengertian menurut para ahli tersebut tentang konsep diri, diri merupakan bagaimana individu bisa mengerti dengan dirinya sendiri secara lebih baik dan memahami bagaimana individu itu mempersepsikan dirinya sendiri dan penerimaan dirinya.

### **2.a. Komponen-Komponen Konsep Diri**

Menurut Markus dan Nurius dalam buku Psikologi Umum Alex S. konsep diri terdiri dari beberapa komponen, diantaranya yaitu:

#### **a. Gambaran Diri**

Gambaran diri adalah pandangan individu terhadap tubuhnya, baik dalam hal bentuk, ukuran, fungsi, dan potensi yang dimiliki.<sup>17</sup>

#### **b. Ideal Diri**

Ideal diri merupakan persepsi seseorang dalam berperilaku berdasarkan standar, nilai dan norma, serta tujuan yang ingin di capai.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> M. Nur Gufron dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: 2010, Ar-Ruzz Media), p. 13

<sup>17</sup> Burns, *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku*, (Jakarta: Arcan, 1993), p. 191, cet. 1

### c. Harga Diri

Harga diri adalah penilaian individu terhadap pencapaian diri terhadap dengan menganalisa seberapa berharga dirinya berdasarkan perilaku dan idieal diri yang yang dimiliki.<sup>19</sup>

### d. Identitas Diri

Identitas diri adalah kesadaran atas keunikan diri berdasarkan penilaian dan observasi diri. Identitas diri terbentuk oleh pengalaman yang dialami oleh individu tersebut selama rentang masa kehidupannya.<sup>20</sup>

## 2.b. Jenis-jenis Konsep Diri

Jenis-jenis konsep diri terbagi menjadi dua, yaitu konsep diri negatif dan konsep diri positif.

### 1. Konsep diri negatif

Berikut adalah ciri-cirinya:

- a) Individu mempunyai kecendrungan sulit menerima kritik dari orang lain.
- b) Individu mempunyai sikap untuk mengalihkan kekurangan dirinya kepada kekurangan orang lain.

---

<sup>18</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum... p.505*

<sup>19</sup> Burns, *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku . . .*  
p.69, cet. 1

<sup>20</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum... p.505*

- c) Individu mempunyai sikap untuk mengetahui dirinya salah.
- d) Individu kurang mempunyai sikap untuk mengungkapkan perasaannya dengan baik.
- e) Individu dengan konsep diri yang negatif cenderung bersikap mengasingkan diri, malu-malu, dan menarik diri dari lingkungannya.<sup>21</sup>

## 2. Konsep diri positif

Berikut adalah ciri-cirinya:

- a. Adanya perluasan diri
- b. Memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain
- c. Terjaminnya keamanan emosi
- d. Memiliki persepsi realistis
- e. Memiliki keterampilan-keterampilan
- f. Memiliki pemahaman diri
- g. Memiliki filsafat hidup<sup>22</sup>

### **2.c. Konsep Diri Dalam Perspektif Islam**

Membangun konsep diri membantu merencanakan kesuksesan kedepan. Bahkan salah satu ekspresi yang kuat dari bertakwa adalah

---

<sup>21</sup> Gufron Nur M dan Rini R., *Teori-Teori Psikologi*, p. 19

<sup>22</sup> Baihaqi MIF, *Psikologi Pertumbuhan Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, (Jakarta: Rooda Karya, 2008), p. 97

merencanakan pengembangan diri kita. Dalam al-quran surah Al-Israa ayat 84 di jelaskan:

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ۗ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا ﴿٨٤﴾

*“Katakanlah: Tiap-tiap orang berbuat menurut pembawaannya masing-masing. Maka tuhan kalian lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya”*

Dalam buku Al-Quran dan Tafsir dijelaskan, Allah memerintahkan Nabi Muhamad untuk menyampaikan kepada umatnya agar mereka bekerja menurut potensi dan kecenderungan masing-masing. Semuanya dipersilahkan bekerja menurut tabiat, watak, kehendak, dan kecenderungan masing-masing. Ada dua poin pelajaran yang dapat dipetik; 1). Perilaku seseorang adalah jelmaan pikiran, peringai, dan tabiatnya. 2). Pikiran, maksud dan niat jahat akan menjadi pintu bagi munculnya perilaku yang tidak sabar. Allah SWT sebagai penguasa semesta alam mengetahui siapa diantara mereka yang mengikuti kebenaran, dan yang mengikuti kebatilan semuanya nanti akan diberi keputusan yang adil.<sup>23</sup>

Berikut adalah pribadi seseorang yang baik dalam perspektif Alquran dan hadist:

---

<sup>23</sup> *Al-Quran Dan Tafsirannya*, (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), p.532

- a) Hubungan idividu dengan tuhan. Maksudnya ialah seseorang tersebut meyakini adanya Allah, malaikat, kitab, adanya hari akhir, dan pembalasan, mendekatkan diri pada Allah SWT dengan beribadah secara ikhlas, menjalankan segala perkara yang baik dan menjauhkan diri pada perbuatan maksiat, perilaku yang buruk, dan segala perkara yang Allah larang.
- b) Hubungan individu dengan dirinya sendiri: seseorang tersebut dapat memahami dirinya sendiri dan bisa mengontrol emosinya. Percaya pada kemampuan dirinya sendiri dalam memikul kesulitan dalam hidupnya, memiliki kesabaran dalam menghadapi masalah, dan memasrahkan segala sesuatunya kepada Allah, karena segala sesuatunya atas kehendak Allah.
- c) Hubungan individu dengan orang lain: berhubungan dengan orang lain memiliki rasa kasih sayang kepada orang lain, suka menolong, berkata jujur pada orang lain, mau berinteraksi sosial dengan orang lain, selalu rendah diri, menghormati pendapat orang lain, melakukan aktifitas yang



menurutnya maslahat, tidak menyimpan rasa dengki, benci dan hasut.

- d) Hubungan individu dengan alam semesta: seseorang tersebut mengetahui hakikat keberadaanya di alam semesta ini sebagai makhluk yang dimuliakan oleh Allah SWT atas makhluk lainnya. Menjalani hidupnya dengan penuh kebahagiaan, karena apa yang ada di alam semesta ini semuanya bereaksi atas kehendak Allah.<sup>24</sup>

Oleh karena itu setiap orang bertingkah laku sesuai dengan konsep diri masing-masing. Keimanan akan membimbing manusia untuk membentuk konsep diri yang positif, dan konsep diri yang positif akan menciptakan perilaku yang positif juga.

### **3. Konseling Rational Emotive Behavior**

#### **3.a. Pengertian Konseling Rational Emotive Behavior**

Konseling *Rational Emotive Behavior* merupakan pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> ‘Utsman Najati M, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis Alhadits Wa ‘Ulum An-Nafs*, Terjemahan, Zaenudin Abu Bakar, ( Jakarta: Pustaka Al Husna, 2004), pp. 323-325

<sup>25</sup> Gintina dan Eka, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), p. 202

Menurut Winkel dalam buku Pengantar Konseling Dan Psikoterapi penulis Andi Ampiare, *Rational Emotive Behavior* adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat, perasaan dan perilaku, serta sekaligus dalam menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.<sup>26</sup>

### **3.b. Tujuan Konseling Rasional Emotif Behavior**

Tujuan dari konseling rasional emotive behavior adalah sebagai berikut:

3. Membantu individu bahwa individu bisa hidup rasional
4. Mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan.
5. Mengubah kebiasaan berfikir dan tingkah laku yang merusak diri.<sup>27</sup>

Namun Elis dan Bernard mendeskripsikan beberapa sub tujuan, tujuan untuk mencapai hidup dan untuk menikmati hidup, yaitu;

1. Memiliki minat diri
2. Memiliki minat sosial

---

<sup>26</sup> Mappiare AT Andi, *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), P.156

<sup>27</sup> Gantina dan Eka, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), p. 212

3. Memiliki pengarahan diri
4. Toleransi
5. Fleksibelitas
6. Memiliki penerimaan
7. Dapat menerima ketidakpastian
8. Dapat menerima diri sendiri
9. Dapat mengambil resiko
10. Memiliki harapan yang realitas
11. Memiliki toleransi terhadap frustrasi yang tinggi
12. Memiliki tanggung jawab pribadi.<sup>28</sup>

### **3.c. Formula ABC**

Pandangan pendekatan rasional emotif Behavior tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu *Activating event (A)*, *Belief (B)*, dan *Emotional. Consequence (C)*. Kerangka pilar ini yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC.

---

<sup>28</sup> Gantina dan Eka, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), p. 213

*Activating Event* (A) merupakan peristiwa terdahulu yang dialami oleh individu yang berupa fakta, peristiwa, perilaku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk bagi calon karyawan itu merupakan antecedent event bagi seseorang.

*Belief* (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi dari individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (rB) dan keyakinan yang tidak rasional (iB). keyakinan rasional merupakan keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana dan oleh sebab itu individu tersebut produktif. Keyakinan yang tidak rasional ialah cara berpikir individu yang salah, tidak masuk akal, emosional, maka sebab itu individu tersebut tidak produktif.

*Emotional Consequence* (E) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan antecedent event (a). konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari (a) akan tetapi disebabkan oleh beberapa variable antara bentuk keyakinan (B) baik yang rasional (rB) atau yang irasional (iB).<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, . . . p. 77

Sistem keyakinan seseorang berkisar pada dua kemungkinan, yaitu rasional dan irasional. Jika mampu berpikir secara rasional maka tidak akan mengalami hambatan emosi. Menurut Ellis orang yang berkeyakinan rasional akan mereaksi peristiwa-peristiwa yang dihadapi kemungkinan akan mampu melakukan sesuatu yang realistis. Akan tetapi sebaliknya jika individu tersebut berkeyakinan irasional maka dalam menghadapi peristiwa akan mengalami hambatan emosional, seperti perasaan cemas, menganggap ada bahaya sedang mengancam dan pada akhirnya akan melakukan atau mereaksi suatu peristiwa itu secara tidak realistis.<sup>30</sup>

### **3.d. Tahapan Konseling Rational Emotif Behavior**

Dalam proses *konseling rational emotive behavior* terdapat beberapa tahapan yang dikerjakan oleh konselor dan konseli, yaitu:

#### Tahap 1

Konseli diperlihatkan dan disadarkan oleh konselor bahwa mereka dengan pikirannya tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka mempunyai potensi untuk mengubah hal tersebut.

---

<sup>30</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, . . . p.78

## Tahap 2

Membantu klien untuk meyakini bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat diubah. Dan kesediaan klien untuk mengeksplor ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebatkan pikiran irasional dengan menggunakan pertanyaan menantang.

## Tahap 3

Tahap ketiga atau akhir ini, konseli dibantu untuk terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak lagi pada masalah-masalah yang disebabkan oleh pikiran irasional.<sup>31</sup>

## **G. Metode Penelitian**

### 1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor yang dikutip oleh Lexy. J. Moleong, pendekatan kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari

---

<sup>31</sup> Gantina dan Eka, *Teori dan Teknik Konseling*, . . . p. 215

orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>32</sup> Dan penelitian ini ditekankan dengan masalah dan realita yang terjadi di lapangan sehingga dapat menemukan kesimpulan yang objektif, logis, konsisten dan sistematis sesuai dengan tujuan yang dikehendaki dalam penulisan skripsi ini.

## 2. Subjek dan Lokasi Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang. Lansia yang ada disana berjumlah 14 orang. 2 laki-laki, 12 perempuan. Namun yang peneliti wawancarai hanya 4 orang, karena bisa diajak komunikasi dengan baik, 1 dari penghuni panti meninggal dunia ketika peneliti masih melakukan penelitian. Lalu 3 penghuni perempuan dan 3 penghuni laki-laki dalam keadaan badrest, 2 yang lainnya tidak bisa berkomunikasi baik, karena tuna rungu.

### b. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini di lakukan di Panti Sosial Nini Aki “BERKAH” Pandeglang, yang berada di Kp. Kadupereng, Desa Cadasari, Kabupaten Pandeglang. Waktu penelitian dilakukan bulan

---

<sup>32</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), p. 4

Oktober 2016 - Januari 2017. Panti Sosial ini milik Pemerintah Kabupaten Pandeglang.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penulisan skripsi ini dilakukan dengan cara sebagai berikut:

#### a. Wawancara

Dalam melakukan metode wawancara ini penulis melakukan wawancara kepada lansia mengenai konsep diri lansia tersebut dengan beberapa pertanyaan secara *face to face* atau berhadapan. Dalam sesi wawancara ini peneliti menanyakan beberapa hal yaitu yang berkaitan dengan konsep diri lansia di Panti Sosial Nini Aki "BERKAH" Pandeglang.

#### b. Observasi

Observasi atau pengamatan langsung. Dalam penelitian ini penulis mengadakan observasi langsung ke lapangan. Mengamati perilaku lansia yang tinggal di panti sosial nini aki "BERKAH" Pandeglang.

#### c. Dokumentasi

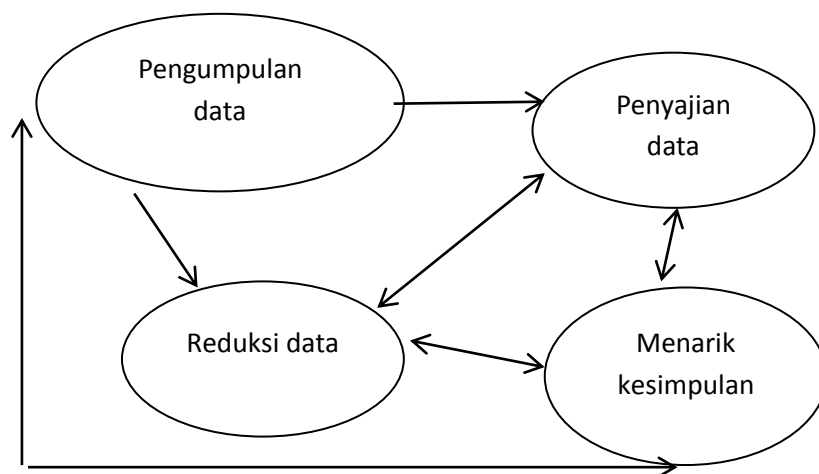
Data-data yang diperoleh dari Panti Sosial Nini Aki "Berkah" Pandeglang yang berhubungan dengan masalah penelitian, baik dari



sumber dokumen formal, file-file berupa profil panti, profil lansia, dan foto.

#### 4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan cara mengolah data yang diperoleh dari lapangan. Hasil analisis data ini merupakan jawaban atas pertanyaan dari rumusan masalah. Setelah semua terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah pengelolaan analisis data kualitatif, maka dalam analisis data dilakukan saat pengumpulan data berlangsung peneliti menggunakan model kualitatif Miles dan Huberman. Menurut Sugiyono tahap analisis data penelitian kualitatif dapat digambarkan sebagai berikut :



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. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

b. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dengan mendisplay data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut, maka dalam menganalisis ini melakukan pendeskripsian yang berisi tentang konsep diri negative lansia, profil lansia.

b. *Verification*

Langkan ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Penarikan kesimpulan adalah kegiatan konfigurasi yang utuh. Kesimpulan juga diverifikasi sebagaimana penelitian memproses. Dalam hal ini peneliti

mencoba untuk menganalisis data-data yang terkumpul sejak awal, artinya sejak peneliti melakukan pengumpulan data awal yang berkaitan mengenai konsep diri negatif pada lansia, profil lansia. Data ini diperoleh dari pihak panti sosial, peksos panti sosial, dan para penghuni panti sosial, yang melalui, wawancara, observasi dan dokumentasi.<sup>33</sup>

## **F. Sistematika Penulisan**

Dalam penyusunan penelitian ini, sistematika yang peneliti gunakan terdiri dari 5 (lima) bab yang terdiri:

BAB I. Bab ini adalah Pendahuluan yang mengandung latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teori, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II. Bab ini mendeskripsikan tentang keadaan Panti Sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang, Profil Panti Sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang.

BAB III Konsep Diri Lansia Yang Ada Di Panti Sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang.

---

<sup>33</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: CV Alfabeta, 2012), pp. 91-99

BAB IV Penerapan dan dampak konseling rasional emotif behavior dalam mengubah konsep diri yang negatif pada lansia di panti sosial Nini Aki “Berkah” Pandeglang.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN. Di dalam bab ini menguraikan tentang kesimpulan yang telah dilakukan oleh peneliti di Panti Sosial/Jompo Nini Aki “Berkah” Pandeglang