



NOMOR SKRIPSI
6952/BKI-D/SD-S1/2024

**PERAN KONSELOR DALAM MENGATASI DEPRESI MELALUI
TEKNIK *SELF CONTROL* PADA KLIEN DI RUMAH SAKIT
JIWA TAMPAN PEKANBARU**



SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh
Gelar S.Sos pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh

AFNI LELI HASIBUAN
NIM. 11940221771

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITA ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM
RIAU
1446 H/2024 M**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

كلية الدعوة و الاتصال

FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No. 155 Tuah Madani Tampan - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp. 0761-562051
 Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@Pekanbaru-indo.net.id

PENGESAHAN UJIAN MUNAQASYAH

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah Penguji Pada Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini:

Nama : Afni Leli Hasibuan
 NIM : 11940221771
 Judul : Peran Konselor dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik *Self Control* Pada Klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru

Telah dimunaqasyahkan Pada Sidang Ujian Sarjana Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari : Jum'at
 Tanggal : 15 November 2024

Dapat diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat memperoleh gelar S.Sos pada Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 22 November 2024



Dekan
 Prof. Dr. Imron Rosidi, S.Pd, M.A
 NIP. 9811118 200901 1 006

Tim Penguji

Ketua/ Penguji I,

Zulamri, S.Ag, M.A
 NIP. 19740702 200801 1 009

Sekretaris/ Penguji II,

Rosmita, S.Ag, M.Ag
 NIP. 19741113 200501 2 005

Penguji III,

Dra. Silawati, M.Pd
 NIP. 19690902 199503 2 001

Penguji IV,

Nurjanis, S.Ag, M.A
 NIP. 19690927 200901 2 003

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 c. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 d. Pengutipan harus mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 e. Pengutipan harus dilakukan dengan cara yang benar.
 f. Pengutipan harus disertai dengan pernyataan bahwa pengutipan tersebut adalah untuk kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Setelah melakukan bimbingan, arahan, koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap penulis skripsi saudara:

Nama : Afni Leli Hasibuan

Nim : 11940221771

Judul Skripsi : "**Peran Konselor Dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik Self Kontrol Pada Klien Di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru**"

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian persetujuan ini kami sampaikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam

Zulamri, S.Ag., M.A
NIP.197407022008011009

Pekanbaru, 22 Mei 2024
Pembimbing

Nurjanis, MA
NIP. 19690927 200901 2 003

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta dilindungi undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Nomor : Nota Dinas
 Lampiran : 4 (eksemplar)
 Hal : Pengajuan Ujian Skripsi
 an. **Afni Leli Hasibuan**

Kepada Yth.
 Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
 UIN Suska Riau
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
 Setelah mengadakan pemeriksaan atau perubahan seperlunya guna kesempurnaan skripsi ini, maka kami sebagai pembimbing skripsi saudara (**Afni Leli Hasibuan**) NIM. (11940221771) dengan judul "**(Peran Konselor Dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik Self Kontrol pada Klien Di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru)**" telah dapat diajukan untuk mengikuti ujian munaqasyah guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian Surat Pengajuan ini kami buat, atas perhatian dan kesediaan Bapak diucapkan terima kasih,

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Pembimbing

(Nurjanis, MA)
 NIP. 19690927 200901 2 003

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : Afni Leli Hasibuan

NIM : 11940221771

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini yang berjudul: (**PERAN KONSELOR DALAM MENGATASI DEPRESI MELALUI TEKNIK SELF KONTROL PADA KLIEN DI RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN PEKANBARU**) adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan Skripsi dan gelar yang saya peroleh dari Skripsi tersebut.

Pekanbaru, 22 Mei 2024

Pernyataan,



Afni Leli Hasibuan
NIM.11940221771

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang menyalin sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



ABSTRAK

Afni Leli Hasibuan (2024) : Peran Konselor dalam Mengatasi Depresi melalui Teknik Self Kontrol pada Klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru.

Depresi merupakan satu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, depresi sendiri adalah suatu kondisi dimana seseorang yang mengalami emosional yang ditandai dengan adanya kesedihan dan perasaan yang tidak berarti dan memiliki rasa bersalah, menjauhkan diri dari lingkungan, kehilangan selera makan, tidak bisa tidur dengan tenang dan mengalami kegelisahan. Dalam penelitian ini peneliti membahas bagaimana peran konseling dapat mengatasi depresi yang dimana ada peran konselor yang sangat penting dalam membantu dan mengatasi masalah klien yang mengalami depresi. Depresi biasanya ditimbulkan oleh: rasa-rasa inferior, sakit hati yang mendalam, kekecewaan-kekecewaan hebat, kecemasan-kecemasan, penyalahan-diri sendiri dan trauma-trauma psikis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik self kontrol pada klien di rumah sakit jiwa tampan Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Informan penelitian ini adalah 1 orang konselor, 3 orang klien. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode pengamatan (observasi), wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini ialah Peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik *self control* pada klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan dilakukan dengan program kekeluargaan, dimana program tidak diberikan langsung oleh konselor, tetapi dengan memberikan tugas yang berhubungan dengan kegiatan sehari-hari yang mengharuskan mereka untuk saling mengingatkan. Pada aspek pola pikir dan persepsi (*Cognitif control*) klien sudah bisa mengubah pola pikir ke arah yang lebih positif dan mengubah persepsi diri menjadi lebih baik dan pada aspek mengambil keputusan (*Decisional Control*, klien sudah mampu mengambil keputusan dengan baik dengan pertimbangan yang baik tanpa meminta bantuan atau pendapat dari orang lain.

Kata Kunci : Konselor, self control, depresi, konseling

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



ABSTRACT

Afni Leli Hasibuan (2024) : *The role of counselors in overcoming depression through self-control techniques for clients at the Tampan Pekanbaru mental hospital.*

Depression is a period of disruption of human function related to sad feelings and accompanying symptoms. Depression itself is a condition where a person experiences emotions characterized by sadness and feelings of meaninglessness and guilt, distancing himself from the environment, loss of appetite. eating, not being able to sleep peacefully and experiencing anxiety. In this study, the researcher discusses how the role of counseling can overcome depression, where there is a very important role of the counselor in helping and overcoming the problems of clients experiencing depression. Depression is usually caused by: feelings of inferiority, deep hurt, great disappointments, anxieties, self-blame and psychological trauma. This research aims to determine the role of counselors in overcoming depression through self-control techniques for clients at the Tampan Pekanbaru mental hospital. This research uses qualitative methods. The informants for this research were 1 counselor, 3 clients. Data collection techniques in this research used observation, interviews and documentation methods. The results of this research are that the role of counselors in overcoming depression through self-control techniques for clients at Tampan Mental Hospital is carried out with a kinship program, where the program is not given directly by the counselor, but by giving tasks related to daily activities that require them to remind each other. . In the aspect of thought patterns and perceptions (Cognitive control), clients are able to change their thinking patterns in a more positive direction and change their self-perception for the better and in the aspect of making decisions (Decisional Control), clients are able to make good decisions with good consideration without asking. help or opinions from others.

Keywords: *Counselor, self control, depression, counseling*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillah Robbi“ Alamin, puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karuniah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik self control pada klien di rumah sakit jiwa tampan pekanbaru.**”. Tak lupa pula shalawat beriring salam penulis hadiahkan kepada junjungan alam yakni Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa manusia dari alam jahiliyah menuju alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Skripsi ini penulis susun guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada fakultas dakwah dan komunikasi, Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidaklah terlepas dari dukungan, bimbingan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini dengan kerendahan hati dan penuh dengan rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Terimakasih sedalam dan sebesar-besarnya kepada keluarga tercinta, kedua orang tua ayah Alm H.Pagar Hasibuan dan ibu Hj. Rodiah Lubis yang telah berjuang untuk memberikan yang terbaik kepada penulis. yang telah memberikan semangat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Ibu Prof. Dr. Hj Helmiati, M.Ag., selaku Wakil Rektor 1, Dr. H. Mas’ud Zein, M. Pd., selaku Wakil Rektor 2, Prof. Edi Erwan, S. Pt, M. Sc, Ph.D., selaku Wakil Rektor 3 Uin Suska Riau dan seluruh staff dan jajarannya.
4. Bapak Prof. Imron Rosidi, S. Pd., M.A., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau, beserta Prof. Dr. Masduki, M. Ag selaku Wakil Dekan 1, Dr. Toni Hartono, M. Si selaku Wakil Dekan 2 dan Dr. H. Arwan, M. Ag selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

5. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Zulamri, MA Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, dan Rosmita, M. Ag Selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, serta Nurjanis, S.Ag. M.Ag Selaku Penasehat Akademik
6. Nurjanis, S.Ag. M.Ag Selaku Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, kesempatan dan memberikan ilmu serta nasehat kepada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
8. Terimakasih kepada Abang saya Alm Mhd Arifin dan wahida lubis dan juga H.Lindung Hasibuan dan Hj. Efrida Nasution Yang telah memberi semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada sahabat dan adik adik saya Riski hasanah lubis, Suci ramadani lubis, Siti masgolang Hasibuan, Nur saiba hasibuan yang memberi support agar skripsi ini cepat selesai dan memberi semangat.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tak luput dari kesalahan, oleh karena itu penulis meminta maaf sedalam-dalamnya apabila ada kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Harapan Penulis semoga karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat kepada semua kalangan terkhususnya bagi kalangan yang membutuhkan, baik dari kalangan akademis, maupun non akademis.

Pekanbaru, November 2024

Penulis

Afni Leli Hasibuan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Penegasan Istilah	2
1.3 Rumusan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Kajian Terdahulu	4
2.2 Peran Konselor	5
2.3 Penyembuhan Klien Depresi	12
2.4 Faktor Penyebab Depresi.....	13
2.5 Ciri ciri Kepribadian.....	14
2.6 Gejala Depresi	14
2.7 Kerangka Berfikir	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Sumber Data Penelitian	27
3.3 Informan Penelitian	27
3.4 Teknik Pengumpulan Data	28
BAB IV GAMBARAN UMUM.....	29
4.1 Gambaran Umum Rumah Sakit Jiwa Tampan	29
4.2 Tugas Pokok dan Fungsi Rumah Sakit Jiwa Tampan	31
4.3 Struktur Organisasi	32

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
5.1 Hasil Penelitian.....	34
5.2 Pembahasan	57
BAB VI PENUTUP	61
6.1 Kesimpulan	61
6.2 Saran	62

DAFTAR PUSTAKA



DAFTAR TABEL

2.1 Kerangka Berfikir	26
-----------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

3.1 Struktur Organisasi	33
-------------------------------	----



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Wawancara
Lampiran 2	Surat Riset Penelitian
Lampiran 3	Dokumentasi



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang penuh dengan keberagaman yang unik, mulai dari tempat tinggal, lingkungan, suku, ras, bahasa, agama, hingga kepribadian. Kepribadian, sebagai inti dari individualitas seseorang, membentuk cara mereka berkelakuan, memandang dunia, dan berpikir. Dengan demikian, setiap individu tidak dapat disederhanakan menjadi sekadar label atau kategori tertentu.

Kepribadian seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lingkungan, genetika, pengalaman keluarga, pembelajaran sepanjang hidup, dan faktor lainnya. Konsep diri, yang merupakan gambaran menyeluruh tentang diri seseorang, terbentuk melalui proses panjang pembentukan yang melibatkan interaksi dengan lingkungan dan orang lain.

Salah satu tantangan sosial yang sering dihadapi individu adalah kepercayaan diri. Ketika seseorang merasa kurang yakin akan dirinya sendiri, hal itu dapat menghambat kemampuannya dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik. Kepercayaan diri adalah kunci untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidup, sementara ketidakpercayaan diri dapat menghambat kemampuan seseorang untuk meraih potensinya sepenuhnya.

Dalam konteks ini, peran seorang konselor sangatlah penting. Seorang konselor adalah seorang profesional yang memiliki keahlian dalam memberikan bimbingan dan konseling. Mereka membantu individu untuk mengatasi berbagai masalah, termasuk masalah kepercayaan diri, melalui pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan dan situasi klien.

Selain itu, dalam konteks agama, proses pengajaran agama dapat dianggap sebagai bentuk bimbingan dalam perspektif psikologi. Nasihat agama dapat menjadi sumber inspirasi dan panduan bagi individu dalam menghadapi berbagai cobaan dan tantangan dalam hidup mereka.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Namun, tidak jarang individu mengalami kondisi psikologis yang lebih serius, seperti depresi. Depresi adalah gangguan suasana hati yang dapat menyebabkan penderita merasa sedih secara kronis dan kehilangan minat terhadap kegiatan yang biasanya menyenangkan. Depresi berat bahkan dapat mengganggu berbagai aspek kehidupan sehari-hari dan memerlukan intervensi profesional yang tepat.

Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru adalah salah satu tempat yang memberikan layanan rehabilitasi bagi individu yang mengalami gangguan jiwa, termasuk depresi. Layanan ini bertujuan untuk membantu klien mengembangkan keterampilan emosional, sosial, dan intelektual agar dapat berintegrasi kembali ke masyarakat secara mandiri.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi Peran Konselor Dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik Self Kontrol Pada Klien Di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru. Teknik ini bertujuan untuk membantu klien mengidentifikasi dan mengubah pola pikir dan perilaku negatif yang mungkin menjadi penyebab atau memperburuk kondisi depresi mereka. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pemahaman dan penanganan depresi yang lebih efektif di kalangan klien Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru.

1.2 Penegasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalah pahaman dalam mengartikan dan memahami judul penelitian ini, maka peneliti perlu memberi penegasan istilah yang digunakan dalam judul ini:

1. Peran konselor Menurut Soerjono Soekanto merupakan aspek dinamis kedudukan (status), apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajiban sesuai dengan kedudukannya, maka ia menjalankan suatu peran. Berdasarkan pengertian bahwa peranan merupakan penilaian sejauh mana fungsi seseorang atau bagian dalam pencapaian tujuan usaha yang di tetapkan atau ukuran mengenai hubungan dua variable yang mempunyai hubungan sebab dan akibat. (Soerjono, 2006)



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Depresi merupakan keadaan yang dapat dialami oleh setiap orang. Kondisi paling dominan dalam seseorang yang mengalami depresi adalah emosi yang berlebihan seperti susah, sedih, murung, merasa tidak bahagia, tidak lagi memiliki semangat hidup. Keadaan depresi merupakan salah satu benyuk gangguan mental yang mengancam psikologis seseorang.

Pengertian Self control adalah kontrol diri merupakan salah satu kompetensi pribadi yang perlu dimiliki oleh setiap individu. Perilaku yang baik, konstruktif, serta keharmonisan dengan orang lain dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. Self control yang berkembang dengan baik pada diri individu akan membantu individu untuk menahan perilaku yang bertentangan dengan norma sosial. Tangney, dkk (2004,) menyatakan bahwa “*Central to our concept of self control is the ability to override or change one’s inner responses, as well as to interrupt undesired behavioral tendencies and refrain from acting on them*”. Pusat dari konsep pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan menyimpang. Tingkah laku individu ditentukan oleh dua variabel yakni variabel internal dan variabel eksternal.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun perumusan masalah penelitian ini adalah Bagaimana peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik self control pada klien di Rumah sakit jiwa tampan Pekanbaru?

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui factor peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik self control pada klien di Rumah sakit jiwa tampan pekanbaru.

Untuk mengetahui faktor penghambat konselor dalam menjalankan teknik self control mengatasi depresi klien rumah sakit jiwa tampan pekanbaru.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Terdahulu

Dalam Melakukan Penelitian tentang peran konselor ini sudah banyak di bahas, penelitian terlebih dahulu melakukan tinjauan pustaka sebagai langkah awal penyusunan skripsi agar terhindar dari kesamaan isi pada skripsi sebelumnya tinjauan pustaka sebagai berikut:

1. Penulis : Anggi Romadani 2017 dengan judul "Implementasi Konseling Rational Emotive Behavior Therapy dengan Teknik Homework Assignments Dapat Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Peserta Didik di MTSN 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018" Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas konseling REBT dengan teknik homework assignments dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel yang diteliti, di mana penelitian sebelumnya memfokuskan pada peningkatan konsentrasi belajar sementara penelitian ini berfokus pada peningkatan kepercayaan diri. Selain itu, subjek dan tempat penelitian juga berbeda.(Anggi Romadani, 2017)
2. Penulis : Ahmad Samerin bin Abu Bakar 2016 dengan Judul: "Bimbingan Konseling Islam untuk Mengatasi Depresi di Hospitan Bintulu Malaysia" Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas bimbingan konseling Islam dalam mengatasi depresi di Hospital Bintulu Malaysia. Penelitian ini fokus pada kegiatan konseling untuk mengatasi depresi pada para residen, memberikan pemahaman tentang penggunaan pendekatan agama dalam penanganan depresi. (Ahmad Samerin bin Abu Bakar , 2016)
- Penulis : Shidiq Ikhsanudin 2018 dengan judul : "Implementasi Konseling Rational Emotive Behavior Therapy dengan Teknik Homework Assignments Dapat Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Peserta Didik di MTSN 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018" Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penyuluhan agama dilaksanakan dan sejauh mana penerimaan diri korban penyalahgunaan Napza. Fokus penelitian pada



kegiatan penyuluhan agama untuk meningkatkan penerimaan diri para residen. Meskipun bukan terkait dengan depresi secara langsung, namun memberikan wawasan tentang peran bantuan kepada individu yang mengalami masalah psikologis. (Shidiq Ikhsanudin, 2018)

2.2 Peran Konselor

1. Pengertian Peran Konselor

Peran didefinisikan sebagai sebuah aktivitas yang diperankan atau dimainkan oleh seseorang yang mempunyai kedudukan atau status sosial dalam organisasi. Peran menurut terminology adalah seperangkat tingkah yang diharapkan dimiliki oleh yang berkedudukan dimasyarakat. Dalam bahasa Inggris peran disebut “role” yang definisinya adalah “person’s task or duty in undertaking”. Artinya “tugas atau kewajiban seseorang dalam suatu usaha atau pekerjaan”. Peran diartikan sebagai perangkat tingkah yang diharapkan dimiliki oleh orang yang berkedudukan dalam masyarakat. Sedangkan peranan merupakan tindakan yang dilakukan oleh seorang dalam suatu peristiwa. (Syamsir, Torang, 2014:86) Peran menurut Koentjaraningrat, berarti tinkahlaku individu yang memutuskan suatu kedudukan tertentu, dengan demikian konsep peran menunjuk kepada pola perilaku yang diharapkan dari seseorang yang memiliki status/posisi tertentu dalam organisasi atau sistem. Menurut Abu Ahmadi peran adalah suatu kompleks pengharapan manusia terhadap caranya individu harus bersikap dan berbuat dalam situasi tertentu yang berdasarkan status dan fungsi sosialnya.

Pengertian peran menurut Soerjono Soekanto, yaitu peran merupakan aspek dinamis kedudukan (status), apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, maka ia menjalankan suatu peranan. (Nuruni dan Kustini, 2011:7) Peran merupakan aspek yang dinamis dari kedudukan (status). Apabila seorang yang melakukan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya maka dia menjalankan suatu peran. Sedangkan kewajiban adalah segala sesuatu yang harus dilakukan oleh setiap orang dalam menjalankan kehidupannya. Dalam kamus bahasa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Indonesia juga dijelaskan bahwa peran adalah tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam suatu peristiwa.

Konselor dalam istilah bahasa Inggris disebut counselor atau helper merupakan petugas khusus yang berkualifikasi dalam bidang konseling (counseling). Dalam konsep counseling for all, didalamnya terdapat kegiatan bimbingan (guidance). Kata counselor tidak dapat dipisahkan dari kata helping. Counselor menunjuk pada orangnya, sedangkan helping menunjuk pada profesinya atau bidang garapannya. Jadi Konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling, ia sebagai tenaga profesional. (2013:50) Menurut Winkel Konselor adalah seorang tenaga profesional yang memperoleh pendidikan khusus diperguruan tinggi dan mencurahkan seluruh waktunya pada pelayanan Bimbingan dan Konseling.

Menurut Winkel Konselor adalah seorang tenaga profesional yang memperoleh pendidikan khusus diperguruan tinggi dan mencurahkan seluruh waktunya pada pelayanan Bimbingan dan Konseling. (Namora Lumongga Lubis, 2011:21) Dari uraian diatas dapat penulis simpulkan bahwa, Konselor adalah tenaga profesional yang memperoleh pendidikan khusus diperguruan tinggi yang memahami dasar dan teknik konseling secara luas. Konselor berperan sebagai fasilitator dalam pemecahan permasalahan kliennya.

Dalam pandangan Rogers, konselor lebih banyak berperan sebagai partner klien dalam memecahkan masalahnya. Dalam hubungan konseling, konselor ini lebih banyak memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan segala permasalahan, perasaan, persepsinya dan konselor merefleksikan segala yang diungkapkan oleh klien. Agar peran ini dapat dipertahankan dan tujuan konseling dapat dicapai, maka konselor perlu menciptakan iklim atau kondisi yang mampu menumbuhkan hubungan konseling. Kondisi konseling ini menurut Rogers satu keharusan dan cukup memadai untuk pertumbuhan, sehingga ia menyebutnya necessary and

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



sufficient conditions for therapeutic change. Kondisi-kondisi yang perlu diciptakan itu adalah sebagai berikut :

- a. Konselor dan klien berada dalam hubungan psikologis.
- b. Klien adalah orang yang mengalami kecemasan, penderitaan dan ketidakseimbangan.
- c. Konselor adalah benar-benar dirinya sejati dalam berhubungan dengan klien.
- d. Konselor merasa atau menunjukkan unconditional positif regard untuk klien.
- e. Konselor menunjukkan adanya rasa empati dan memahami tentang kerangka acuan klien dan memberitahukan pemahamannya pada klien.
- f. Klien menyadari (setidaknya pada tingkat minimal) usaha Konselor yang menunjukkan sikap empatik berkomunikasi dan unconditional positif regard kepada klien

Konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling, sebagai tenaga profesional. (Hartono,2012:50) Lebih lanjut Kartini menyebutkan bahwa konselor seperti seorang ayah yang baik, penuh perhatian serta pengertian, dan siap sedia menolong dirinya, atau sebagai ibu yang ramah dan memberikan ketenangan kepadanya(Kartini Kartono,1985, 63) Hal yang sama juga disampaikan Yusuf Gunawan bahwa seorang konselor adalah guru pembimbing yang membantu siswa untuk menjalani bimbingan tersebut. (Yusuf Gunawan,1992:20) Dari beberapa uraian tentang konselor di atas, maka dapat dipahami bahwa konselor adalah seorang tenaga profesional yang memberikan bantuan kepada klien/konseli yang mengalami kesulitan atau permasalahan yang tidak bisa diatasi sendiri dengan tujuan untuk memecahkan permasalahan. Konselor dalam konteks ini bertugas secara profesional yaitu seseorang yang sudah menerima latihan serta dididik dengan khusus untuk menguasai segala sesuatu yang berhubungan dengan bimbingan dan konseling baik dalam pengetahuan, pengalaman, dan pribadinya dalam bimbingan dan konseling. Hal ini tentunya menjadi prasyarat untuk menjadi konselor demi tercapainya tujuan pemberian layanan bimbingan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Pembahasan tentang peran konselor dalam literatur konseling kerap kali ditemukan bergandengan dengan pembahasan fungsi konselor. Bahkan, tidak jarang kedua istilah tersebut digunakan untuk menjelaskan maksud dan pengertian yang sama. Dalam pemikiran Wrenn, peran dengan fungsi konselor berbeda. Peran dikonseptualisasikan ke dalam suatu tujuan, sedangkan fungsi berarti proses. Konsep peran lebih ditekankan pada suatu bagian akhir yang ditujuan, sedangkan fungsi menegaskan kegiatan atau aktifitas dalam rangka pencapaian tujuan. Bagi Wrenn, peran didefinisikan sebagai harapan-harapan dan perilaku yang dikaitkan dengan suatu posisi, sedangkan fungsi diartikan sebagai aktivitas yang ditunjukkan bagi suatu peran. (Mochamad Nursalim, 2015:78)

Menurut Hornby yang dikutip dengan Mochamad Nursalim, peran seringkali ditunjukkan melalui perilaku individu di dalam penampilan hak dan kewajiban yang berkaitan dengan suatu posisi. Sedangkan, menurut Baruth dan Robinson, peran adalah apa yang diharapkan dari posisi yang dijalani seorang konselor dan persepsi dari orang lain terhadap posisi konselor tersebut. Misalnya, seorang konselor harus memiliki kepedulian yang tinggi terhadap masalah klien. Dan sedangkan, menurut Corey menyatakan bahwa tidak ada satu pun jawaban sederhana yang mampu menerangkan bagaimana sebenarnya peran konselor yang layaknya. Konselor dalam istilah bahasa Inggris disebut *counselor* atau *helper* merupakan petugas khusus yang berkualifikasi dalam bidang konseling (*counseling*). Dalam konsep *counseling for all*, di dalamnya terdapat kegiatan bimbingan (*guidance*), kata *counselor* tidak dapat dipisahkan dari kata *helping*. *Counselor* menunjuk pada orangnya, sedangkan *helping* menunjuk pada profesinya atau bidang garapnya. Jika konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling, ia sebagai tenaga profesional. (Hartono dan Boy Soedarmadji, 2012:50) Jadi, dapat disimpulkan bahwa peran konselor adalah suatu posisi/prilaku yang dilakukan oleh seseorang yang memiliki keahlian dibidang layanan bimbingan konseling, yang tugasnya membantu klien memberikan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



bimbingan dan menyelesaikan masalah dalam kehidupan. Baruth dan Robinson III menyatakan bahwa, konselor mempunyai 5 peran generik yaitu sebagai konselor, sebagai konsultan, sebagai agen pengubah, sebagai agen prevensi primer dan sebagai manajer. Yang dimaksud dengan peran generik adalah peran yang inheren dan disandang oleh seseorang yang berfungsi sebagai konselor. (Jeanette Murad Lesmana, 2005:91)

Peran generik konselor, menurut Baruth Dan Robinson III yaitu sebagai berikut, Sebagai Konselor; Peran sebagai konselor adalah untuk mencapai sasaran intrapersonal dan interpersonal, mengatasi defisit pribadi dan kesulitan perkembangan, membuat keputusan dan memikirkan rencana tindakan untuk perubahan dan pertumbuhan, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan.

2. Fungsi Konselor

Menurut Corey, bahwa fungsi utama dari seorang konselor adalah membantu klien menyadari kekuatankekuatan mereka sendiri, menemukan hal-hal apa yang merintanginya mereka menemukan kekuatan tersebut, dan memperjelas pribadi seperti apa yang mereka harapkan. Ia tidak percaya bahwa pemecahan masalah adalah fungsi dari suatu proses konseling. Ia juga menekankan bahwa tugas konselor adalah ganda. Di satu sisi, konselor perlu memberi dukungan dan kehangatan, tetapi disisi lain konselor perlu menentang dan berkonfrontasi dengan klien.

Dan Corey, menambahkan bahwa fungsi yang esensial dari konselor adalah memberikan umpan-balik yang jujur dan langsung pada klien, seperti: bagaimana konselor mempersepsi klien, perasaan konselor terhadap klien, dan lain sebagainya. (Namora lumongga Lubis Hasnida , 2016:37)

Tujuan Konselor

Tujuan-tujuan konselor dalam konteks konseling merupakan pantulan dari falsafah selaku dasar-pijak tiap-tiap konselor. Sesuai dengan keragaman falsafah konselor, tujuan-tujuan pun sangat beragam. Persoalan keragaman tujuan konselor ini dapat direduksi dengan mengembalikan tujuan-tujuan itu dalam kelompok-kelompok tujuan atas tingkat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



keumumannya. Meskipun dalam hal ini masih di tentukan keragaman corak penamaan, namun tidak ada pertentangan prinsip sifatnya. Tujuan-tujuan konselor menunjukkan, bahwa konselor mempunyai tujuan memahami tingkah-laku, motivasi-motivasi dan perasaan pada konseli. Tujuan-tujuan konselor, menurutnya, tidak terbatas pada memahami klien. Konselor memiliki tujuan yang berbeda-beda menurut berbagai tingkat kemanfaatan. Adapun tujuan sesaat adalah agar klien mendapatkan kelegaan, sedangkan tujuan jangka panjang adalah agar klien menjadi pribadi yang bermakna penuh. Lebih lanjut, adapun “wujud” tujuan-tujuan jangka panjang yang merupakan pantulan falsafah hidup konselor.

4. Kualitas Pribadi Konselor

Kualitas Konselor adalah semua kriteria keunggulan termasuk pribadi, pengetahuan, wawasan, keterampilan dan nilai-nilai yang dimilikinya yang akan memudahkannya dalam menjalankan proses konseling sehingga mencapai tujuan dengan berhasil (efektif). Salah satu kualitas yang jarang dibicarakan adalah kualitas pribadi konselor. Kualitas pribadi konselor adalah kriteria yang menyangkut segala aspek kepribadian yang amat penting dan menentukan keefektifan konselor jika dibandingkan dengan pendidikan dan latihan yang ia peroleh. 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 terapeutik atau konseling. Cavanagh mengemukakan bahwa kualitas pribadi konselor ditandai dengan beberapa karakteristik sebagai berikut:

- a. Pemahaman diri
- b. Kompeten
- c. Memiliki kesehatan psikologis yang baik
- d. Dapat dipercaya
- e. Jujur
- f. Kuat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. Karakteristik Konselor

Karakteristik Kepribadian Karakteristik kepribadian konselor dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu karakteristik umum dan khusus. Karakteristik umum berkaitan dengan kedudukan konselor sebagai tenaga pendidik, sedangkan karakteristik khusus berhubungan dengan kualitas pribadi yang dapat memperlancar perannya sebagai helper (pembimbing).

a. Karakteristik Umum

Karakteristik kepribadian konselor secara umum menurut sukartini sebagai berikut:

- 1) Beriman dan bertawakal kepada Tuhan Yang Maha Esa. Ciri ini hendaknya tampil dalam perilaku keseharian dalam memerlukan konseli, dan dalam pengambilan keputusan ketika merancang pendekatan yang akan digunakan.
- 2) Berpandangan positif dan dinamis tentang manusia sebagai makhluk spiritual, bermoral, individual, dan sosial. Konselor hendaknya memandang konseli bukan sebagai makhluk yang dapat diperlakukan semena-mena sesuai rasa senang konselor.
- 3) Menghargai harkat dan martabat manusia hak asasinya, serta bersikap demokrasi. Karakteristik ini menunjuk kepada suatu perlakuan konselor terhadap konseli yang didasarkan pada anggapan bahwa konseli sama dengan dirinya sendiri sebagai makhluk yang mempunyai harkat dan martabat mulia.

b. Karakteristik Khusus

Secara khusus Corey mengemukakan karakteristik kepribadian konselor sebagai berikut:

- 1) Memiliki cara-cara sendiri. Konselor selalu ada dalam proses pengembangan gaya yang khas, menggambarkan filsafat dan gaya hidup pribadinya. Walaupun bebas meminjam ide-ide dan teknikteknik orang lain, ia tidak secara menirunya.
- 2) Memiliki kehormatan diri dan apresiasi diri. Mereka dapat memimta, dibutuhkan, dan menerima dari konseli, dan tidak menutup diri dari pengaruh konseling. (Zaenal Abidin, 2017)



- 3) Mempunyai kekuatan yang utuh, mengenal dan menerima kemampuan sendiri. Konselor merasa nyaman bersama konseli dan memungkinkan konseli merasa kuat dan aman bersama konselor. Tidak meremehkan konseli dan tidak pula mendorong konseli mempertahankan ketidak berdayaan dan ketergantungan kepada konselor. Mereka menjadi sumber kekuatan dan model bagi konseli.

2.3 Penyembuhan Klien Depresi

1. Pengertian Depresi

Depresi merupakan keadaan yang dapat dialami oleh setiap orang. Kondisi paling dominan dalam seseorang yang mengalami depresi adalah emosi yang berlebihan seperti susah, sedih, murung, merasa tidak bahagia, tidak lagi memiliki semangat hidup. Keadaan depresi merupakan salah satu bentuk gangguan mental yang mengancam psikologis seseorang. Phillip K. Rice dalam kutipan Pradipta sarastika menjelaskan bahwa depresi adalah bentuk gangguan mood, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Mood yang dominan muncul adalah perasaan tidak enak, tak berdaya dan merasa kehilangan harapan. Jadi pada umumnya individu yang terkena depresi biasanya menunjukkan gejala gejala fisik, psikis dan sosial yang spesifik. Depresi adalah perasaan putus asa, dimana dunia tampak secara total tidak memberi jawaban terhadap upaya seseorang dalam memenuhi kebutuhannya, menurut medis gejala depresi pusatdiantaranya sedih, bersikap pesimis, benci terhadap diri sendiri, akibat hilangnya energi motivasi dan konsentrasi (Bimo Walgito, 1993:2)

Pengertian depresi beraneka ragam komentar para pakar, tergantung dari sisi mana ia melihatnya. Depresi merupakan satu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk perubahan pada pola tidur dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, kelelahan, rasa putus asa dan tak berdaya, serta gagasan bunuh diri. Depresi juga dapat diartikan sebagai salah satu bentuk

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

gangguan kejiwaan pada alam perasaan yang ditandai dengan kemurungan, kekecewaan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya. Depresi adalah suatu perasaan sedih yang berhubungan dengan penderitaan. Depresi biasanya ditimbulkan oleh: rasa-rasa inferior, sakit hati yang mendalam, kekecewaan-kekecewaan hebat, kecemasan-kecemasan, penyalahan-diri sendiri dan trauma-trauma psikis.

2.4 Faktor Penyebab Depresi

Kurang baik atau runtuhnya mekanisme pertahanan diri seseorang merupakan penyebab utama depresi. Grasha dan Kirchenbaum (1980) mengatakan empat penyebab depresi, yaitu:

1. Kurangnya penguat positif
2. Ketidakberdayaan yang dipelajari
3. Berfikir negatif
4. Regulasi diri yang tidak memenuhi syarat.

Penyebab tersebut bisa tunggal atau satu penyebab dan bisa beberapa penyebab. Penyebab tersebut tidak sama antara seseorang dengan orang lain. Seseorang yang kurang mendapatkan penguat positif atau sering memperoleh penguat positif dapat menimbulkan depresi bila orang tersebut mempunyai mekanisme pertahanan diri yang rapuh. Bila anda mencoba menyelesaikan tugas yang sulit berulang kali, tetapi belum juga berhasil dan selanjutnya anda menyerah tidak bisa melakukannya, maka pengalaman anda disebut “ketidakberdayaan yang dipelajari”. Artinya, jika tugas dilaksanakan lagi maka hasilnya lebih jelek dari pada hasil sebelumnya. Ketidakberdayaan yang dipelajari menekankan pentingnya keyakinan (Kartini Katono, 2010:158)

Pikiran negatif dapat menimbulkan perasaan depresi seseorang yang sering berfikir negatif akan cenderung menyalahkan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Orang yang berpandangan negatif terhadap sesuatu meliputi diri sendiri, orang lain, dan lingkungan berpotensi menjadi depresi.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2.5 Ciri-ciri Kepribadian

Depresi Ciri-ciri kepribadian depresi antara lain, pemurung, sukar untuk bisa senang, sukar untuk merasa bahagia, pesimis menghadapi masa depan, memandang diri rendah, mudah merasa bersalah dan berdosa, mudah mengalah, enggan bicara, mudah merasa haru, sedih dan menangis, gerakan lamban, lemah, lesu, kurang energy. Ciri-ciri kepribadian depresi tersebut di atas pada setiap diri seseorang tidak harus sama mencakup semua gejala-gejala secara keseluruhan. Seseorang baru dikatakan mengalami gangguan depresi manakala yang bersangkutan mengalami gangguan di bidang fisik (somatik) maupun psikis sedemikian rupa sehingga mengganggu fungsi dalam kehidupannya sehari-hari.

2.6 Gejala-gejala Depresi

1. Gejala Fisik

Menurut beberapa ahli, gejala depresi yang kelihatan ini mempunyai rentangan dan varian yang luas sesuai dengan berat ringannya depresi yang dialami. Namun secara garis besar ada beberapa gejala fisik umum yang relatif mudah dideteksi. Gejala itu seperti

- a. Gangguan pola tidur. Misalnya, sulit tidur, terlalu banyak atau terlalu sedikit tidur.
- b. Menurunnya tingkat aktivitas. Pada umumnya, orang yang mengalami depresi menunjukkan perilaku yang pasif, menyukai kegiatan yang tidak melibatkan orang lain seperti menonton TV, makan, dan tidur.
- c. Menurunnya efisiensi kerja. Penyebabnya jelas, orang yang terkena depresi akan sulit memfokuskan perhatian (Zulfan Saam dan Sri Wahyuni, 2012: 141) atpikiran pada suatu hal, atau pekerjaan. Sehingga, mereka juga akan sulit memfokuskan energi pada hal-hal prioritas.

Gejala depresi adalah keadaan emosi yang tertekan sebagian besar waktu dalam satu hari, hampir setiap hari, yang ditandai oleh laporan subjektif (misal: rasa sedih atau hampa) atau pengamatan orang lain (misal: terlihat seperti ingin menangis). Beck (1985) mengidentifikasi gejala depresi yang muncul termanifestasi dalam simtom emosional, simtom kognitif, simtom motivasional, dan simtom vegetatif atau fisik :



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Simtom emosional simtom emosional mengacu pada perubahan perasaan yang dimiliki seperti tampak mengalami kesedihan, berkurangnya kesenangan, hilang ketertarikan emosional, menangis dan hilangnya respon kegembiraan.
- b. Simtom kognitif simtom kognitif meliputi kesulitan berkonsentrasi, menurunnya fokus dalam menghadapi masalah, kesulitan mengingat, dan terjadinya penyimpangan pola pikir yang meliputi pandangan negatif terhadap dirinya, dunia, dan masa depannya.
- c. Simtom motivasional simtom motivasional menyangkut hilangnya keinginan untuk melakukan sesuatu, termasuk aktifitas vital seperti makan, meningkatnya ketergantungan, serta hilangnya minat kegembiraan dalam aktivitas yang dimilikinya
- d. Simtom fisik simtom fisik meliputi gangguan tidur (insomnia atau hypersomnia), gangguan nafsu makan (anoreksia), selera makan menurun atau meningkat dan mudah merasa lelah

Beberapa gejala yang mungkin terjadi pada seseorang yang mengalami depresi (Keltner, dkk., 1999) yaitu:

- a. Kehilangan minat atau rasa nikmat terhadap semua, atau hampir semua kegiatan sebagian besar waktu dalam satu hari, hampir setiap hari (ditandai oleh laporan subjektif atau pengamatan orang lain).
- b. Kehilangan berat badan yang signifikan saat tidak melakukan diet atau bertambahnya berat badan secara signifikan (misal: perubahan berat badan lebih dari 5% berat badan sebelumnya dalam satu bulan);
- c. Insomnia atau hipersomnia hampir setiap hari;
- d. Kegelisahan atau kelambatan psikomotor hampir setiap hari (dapat diamati oleh orang lain, bukan hanya perasaan subjektif akan kegelisahan atau merasa lambat);
- e. Perasaan lelah atau kehilangan kekuatan hampir setiap hari;
- f. Perasaan tidak berharga atau perasaan bersalah yang berlebihan atau tidak wajar (bisa merupakan delusi) hampir setiap hari;



- g. Berkurangnya kemampuan untuk berpikir atau berkonsentrasi, atau sulit membuat keputusan, hampir setiap hari (ditandai oleh laporan subjektif atau pengamatan orang lain);
- h. Berulang kali muncul pikiran akan kematian (bukan hanya takut mati), berulang kali muncul pikiran untuk bunuh diri tanpa rencana yang jelas, atau usaha bunuh diri atau rencana yang spesifik untuk mengakhiri nyawa sendiri.

Keltner, dkk (1999) menjelaskan bahwa individu menderita gangguan depresi jika lima (atau lebih) gejala depresi di atas telah ada selama periode dua minggu dan merupakan perubahan dari keadaan biasa seseorang. Gejala depresi ialah keadaan emosi yang tertekan sebagian besar waktu dalam satu hari, hampir setiap hari, yang ditandai oleh laporan subjektif (misal: rasa sedih atau hampa) atau pengamatan orang lain (misal: terlihat seperti ingin menangis). Gejala depresi juga dapat dilihat secara klinis sebagai salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (affective/ mood disorder) yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa, dan lain sebagainya. Gejala-gejala depresi termasuk kesedihan mendalam dan/atau ketidakmampuan untuk mengalami kenikmatan. Gejala fisik dari depresi juga umum, termasuk energi kelelahan dan merasa sakit fisik. Meskipun orang-orang dengan depresi biasanya merasa lelah, mereka mungkin merasa sulit untuk tertidur, dan mungkin sering terbangun (Davison, dkk., 2010).

Seseorang dengan mood yang rendah (yaitu depresi) merasakan hilangnya energi-energi dan minat, perasaan bersalah, kesulitan berkonsentrasi, hilangnya nafsu makan, dan pikiran tentang kematian atau bunuh diri. Tanda dan gejala lain dari gangguan mood adalah perubahan tingkat aktivitas, kemampuan kognitif, pembicaraan, dan fungsi vegetatif (seperti tidur, nafsu makan, aktivitas seksual, dan irama biologis lainnya). Perubahan tersebut hampir selalu mempengaruhi fungsi interpersonal, sosial, dan pekerjaan (Kaplan, 2010).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



a. Teknik *Self Control*

Pengertian *Self control* adalah kontrol diri merupakan salah satu kompetensi pribadi yang perlu dimiliki oleh setiap individu. Perilaku yang baik, konstruktif, serta keharmonisan dengan orang lain dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. *Self control* yang berkembang dengan baik pada diri individu akan membantu individu untuk menahan perilaku yang bertentangan dengan norma sosial. Tangney, dkk (2004,) menyatakan bahwa “*Central to our concept of self control is the ability to override or change one’s inner responses, as well as to interrupt undesired behavioral tendencies and refrain from acting on them*”. Pusat dari konsep pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan menyimpang. Tingkah laku individu ditentukan oleh dua variabel yakni variabel internal dan variabel eksternal. Sekuat apapun stimulus dan penguat eksternal, perilaku individu masih bisa dirubah melalui proses kontrol diri (Skinner dalam Alwisol, 2009). Artinya meskipun kondisi eksternal sangat mempengaruhi, dengan kemampuan kontrol diri individu dapat memilih perilaku mana yang akan ditampilkan. Kesulitan dan gangguan perilaku seperti kebiasaan merokok berlebihan, meminum minuman keras, dan berkelahi atau tawuran banyak bersumber dari rendahnya kontrol diri, sebagaimana Messina dan Messina (dalam Sriyanti, 2011) menyatakan *self-destructive* bersumber dari *self control* yang rendah. *Self control* sangat diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma keluarga, sekolah dan masyarakat. Santrock (1998) menyebut beberapa perilaku yang melanggar norma yang memerlukan *self control* kuat meliputi dua jenis pelanggaran, yaitu tipe tindakan pelanggaran ringan (*status-offenses*) dan pelanggaran berat (*index-offenses*). Pelanggaran norma secara rinci meliputi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Menurut *Louge self control as the choice of the large, more delayed outcome*". Logue memaknai self control sebagai suatu pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat lebih besar dengan cara menunda kepuasan sesaat. Individu biasanya memiliki kesulitan untuk menolak kesenangan yang menghampirinya, meskipun kesenangan akan memberikan dampak atau konsekuensi negatif di masa yang akan datang. Individu dengan self control yang baik akan mampu mengambil pilihan yang dapat memberikan dampak positif yang lebih besar di masa yang akan datang meskipun perlu mengesampingkan kesenangan sesaat. Chaplin mendefinisikan self control sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangikan impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Terjemahan Kartini Kartono, 2002). Self control memiliki peran untuk mencegah individu berperilaku impulsif agar tidak melanggar standar perilaku. Self control dapat membuat individu menampilkan perilaku yang sesuai dengan tuntutan lingkungannya sehingga tidak akan menimbulkan keresahan dalam berhubungan dengan dirinya sendiri dan orang lain. Berdasarkan paparan para ahli, dapat disimpulkan self control merupakan kemampuan individu yang bermanfaat untuk mencegah, mengatur, dan mengelola dorongan dalam diri agar tidak melanggar standar moral yang berlaku untuk mendapatkan manfaat yang lebih besar

b. Jenis-Jenis *Self Control*

Self control adalah memiliki beberapa jenis, Block dan Block (Lazarus, 1976) mengemukakan tiga jenis self control yakni:

- 1) *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. Individu dengan *over control* cenderung kesulitan mengekspresikan dirinya dalam menghadapi segala situasi yang ia hadapi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- 2) *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Under control* pada diri individu akan sangat rentan menyebabkan dirinya lepas kendali dalam berbagai hal dan menyebabkan kesulitan untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan secara bijaksana.
- 3) *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat. *Appropriate control* sangat dibutuhkan individu agar mampu berhubungan secara tepat dengan diri dan lingkungannya. Jenis kontrol diri ini akan memberikan manfaat bagi individu karena kemampuan mengendalikan impuls cenderung menghasilkan dampak negatif yang lebih kecil.

Self control adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku individu, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. *Self control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Selain itu *self control* juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu yang diinginkan. *Self control* berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. *Self control* merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang membuatnya stress (*Chalhoun dan Acocella, 1995:*). *Self control* dapat mencakup semu bidang perilaku, yaitu perilaku politik, sosial, spiritual, budaya, perilaku kerja, perilaku bermasyarakat, dan perilaku makan. Pengaruh *self control* terhadap timbulnya tingkah laku individu dapat dianggap cukup besar, karena tingkah laku overt merupakan hasil proses pengontrolan diri seorang individu. Dengan kemampuan *self control* yang baik, siswa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



diharapkan mampu mengendalikan dan menahan tingkah laku yang bersifat menyakiti dan merugikan orang lain atau mampu mengendalikan dan menahan tingkah laku yang bertentangan dengan norma-norma sosial yang berlaku. Dari fenomena diatas peneliti sangat tertarik untuk meneliti bagaimana

c. Aspek-Aspek *Self Control*

Aspek-aspek *self control* biasa digunakan untuk mengukur *self control* individu. Averill (1973,) menjelaskan, terdapat tiga aspek *self control* yakni *behavioral control*, *cognitif control*, dan *decisional control*.

1) *Behavioral Control* (Kontrol Perilaku)

Behavioral control merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri pada suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini dirinci menjadi dua komponen yakni kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi perilaku (*stimulus modifiability*).

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan, apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan sumber eksternal. Sedangkan kemampuan memodifikasi perilaku merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi oleh individu.

2) *Cognitif Control* (Kontrol Kognitif)

Cognitif control diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian kedalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis untuk mengurangi tekanan yang dihadapi. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yakni memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai 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.

3) *Decisional Control* (Mengontrol Keputusan)

Decisional control merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol diri akan sangat berfungsi dalam menentukan pilihan, baik dengan adanya suatu kesempatan maupun kebebasan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Teknik self control merupakan kemampuan individu dalam mengarahkan tingkah lakunya sendiri dan kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada (Yahya AD, 2016). Menurut Hay,C. (2001) Sejalan dengan itu, (Siregar, 2020) menyebutkan bahwasannya self control merupakan suatu cara yang bertujuan untuk mengontrol diri sebagai suatu kemampuan dalam menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan suatu perilaku yang nantinya akan membawa individu kepada arah perilaku yang positif. Menurut (Atina et al., 2022) dalam teknik ini menunjukkan bahwasannya individu yang memiliki sikap pengendalian diri yang rendah cenderung akan terlibat dalam tindakan criminal, serta menyimpang dibandingkan dengan individu yang mempunyai tingkat pengontrolan diri yang tinggi. Dengan terdapatnya permasalahan tersebut, maka strategi konseling behavioral sejalan dengan prinsip yang terdapat pada self control dimana teknik tersebut mampu mengendalikan diri terhadap tekanan sosial yang berhubungan dengan kondisi lingkungan salah satunya yaitu perilaku depresi yang terjadi (Chen, X., Guo, 2019). Dalam menentukan harapan yang diinginkan, konseli memiliki partisipasi aktif dalam memilih target,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



serta harapannya yang akan dicapai serta melakukan evaluasi terhadap perilaku yang harus diubah (Ali Masrohan, 2017).

Model konseling behavioral adalah suatu teori menyeluruh dan juga suatu usaha berdasarkan percobaan untuk menjelaskan prinsip tentang bagaimana tingkah laku manusia dipelajari (Dharsana, 2018). Menurut (Nduru et al., 2021) konseling behavioral merupakan teknik pendekatan dalam konseling yang dipraktekkan, untuk mengatasi depresi di Rumah sakit jiwa Tampan Pekanbaru. Sejalan dengan hal tersebut (Damayanti & Aeni, 2016) menyatakan bahwasannya konseling behavioral dapat dilakukan dengan cara melakukan observasi dengan menambahkan maupun mengurangi perilaku yang teramati, menggeneralisir yang nantinya akan melibatkan proses kognitif. Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan keefektivitasan model konseling behavioral, diantaranya penelitian yang sudah dilaksanakan oleh (Monica & Abdul Gani, 2016) mengutarakan bahwasannya model konseling behavioral berpengaruh dalam meminimalisir tingkah depresi yang terjadi. Keefektivitasan model konseling behavioral khususnya dalam meminimalisir perilaku agresif juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh (Wiladantika, Dharsana, 2014) menemukan bahwasannya penerapan konseling behavioral untuk menurunkan perilaku agresif siswa memiliki kontribusi dalam mencari adanya penyebab yang muncul yang disebabkan oleh pikiran irasional. Searah dengan penelitian tersebut, penelitian oleh (Gading et al., 2017) berpandangan bahwa konseling behavioral dapat merubah perilaku konseli yang didasarkan terhadap cara pandang bahwasannya semua pengalaman didapatkan dari hasil belajar yang dilakukan dengan pengamatan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek beserta konsekuensinya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan *Self Control*

Menurut Logue (1995) faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan self control yakni faktor genetik dan faktor lingkungan. Faktor genetik yang mempengaruhi self control adalah usia. Umumnya self control berkembang sesuai bertambahnya usia. Anak-anak cenderung berperilaku impulsif dan lebih dapat mengendalikan diri sesuai pertambahan usianya. Namun demikian, tidak dapat dibandingkan secara langsung self control pada anak dan pada orang dewasa. Faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan self control terutama dipengaruhi oleh orang tua. Orang tua menjadi pembentuk pertama self control pada anak. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Hasil penelitian Liau-bei Wu (2004) terhadap 1000 anak sekolah menengah menguatkan peran orang tua dalam pembentukan self control dan pengaruh self control terhadap berbagai perilaku buruk. Kesimpulan penelitian antara lain, gaya pengasuhan orang tua mempengaruhi perilaku menyimpang, ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku menyimpang pada remaja. Self control sangat diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma keluarga, sekolah dan masyarakat. Berbagai pelanggaran yang muncul karena rendahnya self control, sekaligus bersumber dari sikap orang tua yang salah. Rice (dalam Sriyanti, 2011) mengemukakan beberapa sikap orang tua yang kurang tepat dan dapat mengganggu self control anak adalah:

- 1) Pengabaian fisik (*physical neglect*) yang meliputi kegagalan dalam memenuhi kebutuhan pokok (pangan, sandang, papan) yang memadai,
- 2) Pengabaian emosional (*emotional neglect*) yang meliputi perhatian, perawatan, kasih sayang, dan afeksi yang tidak memadai dari orang tua, atau kegagalan untuk memenuhi kebutuhan remaja akan penerimaan, persetujuan, dan persahabatan,



- 3) Pengabaian intelektual (*intellectual neglect*), termasuk di dalamnya kegagalan untuk memberikan pengalaman yang menstimulasi intelek remaja, membiarkan remaja membolos sekolah tanpa alasan apa pun, dan semacamnya,
- 4) Pengabaian sosial (*social neglect*) meliputi pengawasan yang tidak memadai atas aktivitas sosial remaja, kurangnya perhatian dengan siapa remaja bergaul, atau karena gagal mengajarkan atau mensosialisasikan kepada remaja mengenai bagaimana bergaul secara baik dengan orang lain,
- 5) Pengabaian moral (*moral neglect*), kegagalan dalam memberikan contoh moral atau pendidikan moral yang positif. Sejalan dengan bertambahnya usia anak, bertambah luas pula komunitas sosial yang mempengaruhi anak, serta bertambah banyak pengalaman-pengalaman sosial yang dialaminya. Anak belajar dari lingkungan bagaimana cara orang merespon suatu keadaan, anak belajar bagaimana merespon ketidaksukaan atau kekecewaan, bagaimana merespon kegagalan, bagaimana orang-orang mengekspresikan keinginan
- 6) atau pandangannya yang menuntut kemampuan kontrol diri. Dari berbagai situasi, ada orang yang dapat mengendalikan diri secara baik, ada pula orang yang pengendalian dirinya rendah, setiap perilaku akan memberikan efek tertentu dan anak bisa belajar dari semua itu termasuk dari efek yang ditimbulkan akibat suatu perilaku. Bandura (1997) menyatakan, seseorang tidak hanya belajar dari mengamati perilaku orang lain, tetapi juga belajar dari efek yang ditimbulkan oleh suatu perilaku.

Self control memiliki beberapa aspek yang harus diperhatikan. Untuk mengukurself control digunakan aspek-aspek Kemampuan mengontrol perilaku, Kemampuan mengontrol stimulus, Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, Kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, serta Kemampuan mengambil keputusan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(Chalhoun dan Acocella,). Berdasarkan beberapa uraian tentang konsep dasar self control tersebut dapat disimpulkan self control adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya berdasarkan proses kognitif dan psikologis sehingga menghasilkan perilaku yang sesuai dengan yang diharapkan individu tersebut. Kontrol diri juga dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku.

Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu, melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak (Ghufron dan Rini Risnawita,). Dalam penelitian ini penulis menggunakan teori mengenai self control yang meliputi definisi, aspek-aspek self control, jenis-jenis self control, fungsi self control, dan faktor yang mempengaruhi self control. Sedangkan teori khusus mengenai tahap-tahap dan metode untuk meningkatkan self control tidak ditemukan. Pada penelitian ini, *Self control* remaja dalam konteks Islam terdapat dalam QS. Al Mu'minun Ayat 71

وَلَوْ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ
 بَلْ أَتَيْنَاهُمْ بِذِكْرِهِمْ فَهُمْ عَنْ ذِكْرِهِمْ مُعْرِضُونَ ﴿٧١﴾

Artinya: “Andaikata kebenaran itu menuruti hawa nafsu mereka, pasti binasalah langit dan bumi ini, dan semua yang ada di dalamnya. sebenarnya Kami telah mendatangkan kepada mereka kebanggaan (Al Qur'an) mereka tetapi mereka berpaling dari kebanggaan itu.” (Al-Qur'an, 2000: 346).

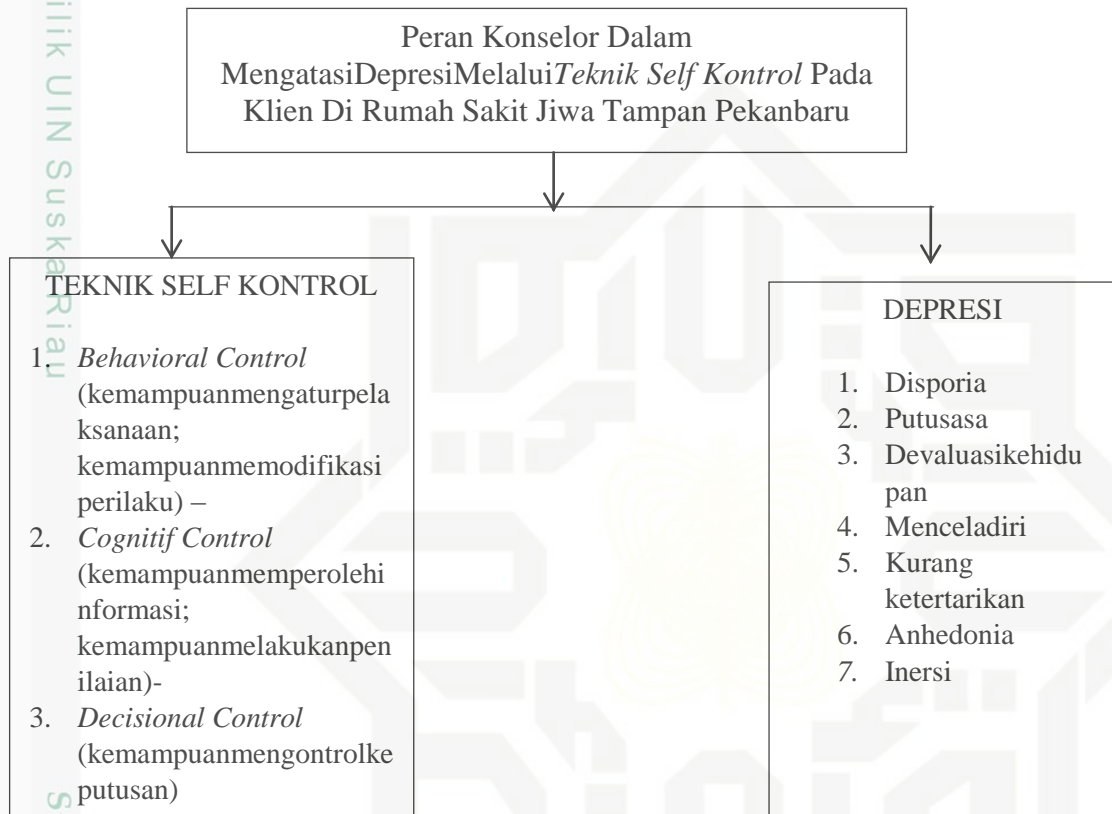
e. Tahap-Tahap Pengendalian *Self Control*

Albert Ellis menyebutkan empat tahapan pengendalian diri yang perlu dilakukan ketika individu mengalami permasalahan, adalah sebagai berikut:

- 1) Memilih konsekuensi yang akan dihadapi ketika memiliki atau melakukan suatu tindakan.
- 2) Melakukan percakapan batin.

- 3) Berdebat dengan diri sendiri.
- 4) Memperhitungkan efek dari tingkah laku sebelumnya.

2.7 Karangka Berpikir



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian Kualitatif adalah sebagai proses penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau tulisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati.

Penelitian ini akan mendeskripsikan Pelaksanaan Teknik Self Kontrol dalam mengatasi depresi di rumah sakit jiwa tampan. Alasan penulis memilih metode penelitian kualitatif ialah dengan mempertimbangkan bahwa metode ini cukup mampu dalam menjelaskan hal-hal yang mencakup kumpulan data-data yang diperoleh dari hasil wawancara yang dijabarkan secara jelas dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan dipahami. (Lexi J. Moleong, 2000)

3.2 Sumber Data Penelitian

Sumber data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sumber data sekunder

1. Sumber data primer. Sumber data primer adalah sumber data yang didapatkan atau dikumpulkan secara langsung oleh peneliti dari sumber data diantaranya dari staf RSJ, Konselor, serta dari residen itu sendiri.
2. Sumber data sekunder. Sumber data sekunder adalah sumber data yang didapatkan dari pihak lain atau tidak didapatkan oleh peneliti secara langsung melainkan didapatkan melalui perantara. Data sekunder yang peneliti digunakan dalam penelitian ini seperti buku, jurnal, literature, situs internet dan informasi yang lain.

3.3 Informan Penelitian

Subjek penelitian merupakan tempat untuk mendapatkan data atau informasi. Subjek yang dimaksud adalah semua orang yang dapat dijadikan sebagai sumber informasi didalam penelitian. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah berjumlah 4 orang, yaitu 1 konselor dan tiga pasien.



3.4 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti terjun langsung ke lapangan untuk mendapatkan informasi akurat yang ada hubungannya dengan peneliti. Teknik pengumpulan data merupakan langkah paling strategis dari penelitian ini karena tujuan utama penelitian ini adalah untuk mendapatkan data. (Sugiyono, 2010: 318)

1. Metode observasi (Pengamatan) Merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian apapun termasuk penelitian kualitatif, dan observasi suatu kegiatan mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menyajikan gambaran riil suatu peristiwa atau kejadian untuk menjawab pertanyaan penelitian, membantu mengerti perilaku manusia, dan untuk evaluasi yaitu melakukan umpan balik terhadap pengukuran tersebut. Hasil observasi berupa aktivitas, kejadian, peristiwa, objek, kondisi atau suasana tertentu. Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik observasi non participant, observasi non participant yaitu pengamat berada di luar subyek yang diamati dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan. Penulis akan lebih menekankan pada observasi non participant yang artinya observer tidak mengambil bagian dalam aktivitas yang diberikan oleh konselor dalam meningkatkan motivasi untuk pemulihan klien dan penulis mengetahui kondisi klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Riau.

2. Wawancara. Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Suatu bentuk komunikasi antara peneliti dan yang diteliti dalam bentuk tanya jawab, dimana terjadi pertukaran informasi antara peneliti dan yang diteliti. Subjek wawancara adalah konselor serta klien depresi di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Riau. (Irawan Soehartono, 2019:70)

Dokumentasi. Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Visi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau: ***“Pusat Rujukan Regional Terbaik Pelayanan Kesehatan Jiwa, Rehabilitasi, Pendidikan dan Riset Yang Profesional Berbasis Masyarakat”***

Misi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru sebagai berikut:

1. Mengembangkan pelayanan kesehatan jiwa dan Napza secara holistik dan berbasis masyarakat.
2. Mengembangkan pelayanan kesehatan secara komprehensif yang menunjang pelayanan kesehatan jiwa.
3. Mengembangkan pendidikan, pelatihan, dan penelitian yang berkualitas dalam bidang kesehatan.
4. Mewujudkan sistem manajemen yang efektif, efisien, transparan dan akuntabel.

Tujuan tersebut dicapai melalui pembinaan, pengembangan, dan pelaksanaan, serta pemantapan fungsi-fungsi manajemen di RS Jiwa Tampan Pekanbaru yang didukung oleh peraturan perundangan yang berlaku.

Sasaran Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau merupakan gambaran yang ingin dicapai melalui tindakan-tindakan operasional dalam kurun waktu maksimal 1 (satu) tahun atau kurang dari 1 (satu) tahun, guna mencapai tujuan yang telah dirumuskan untuk 5 (lima) tahun ke depan. Fokus utama penentuan sasaran adalah tindakan dan alokasi sumber daya organisasi dalam program yang akan dilaksanakan.

Sasaran yang akan dicapai Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau adalah sebagai berikut :

1. Optimalisasi kinerja pelayanan
2. Mengembangkan produk layanan
3. Meningkatkan cakupan dan jangkauan pelayanan
4. Peningkatan kapasitas dan kapabilitas SDM
5. Pemenuhan kebutuhan SDM sesuai standar RS
6. Meningkatkan kedisiplinan SDM
7. Melengkapi sarana dan prasarana pendukung pelayanan
8. Meningkatkan kualitas pemeliharaan sarana/prasarana



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hascipta milik UIN Suska Riau

4.2 Tugas Pokok dan Fungsi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau Kedudukan, Tugas Pokok dan Fungsi

1. Keduduka

Pada pelaksanaan otonomi yang luas, nyata dan bertanggung jawab berdasarkan Undang-undang Nomor 22 Tahun 1999 tentang Pemerintahan Daerah dan Undang-undang Nomor 25 Tahun 1999 tentang Perimbangan Keuangan antara Pemerintah Pusat dan Daerah, sebagian besar kewenangan dan urusan Pemerintahan berada pada Pemerintahan Kabupaten dan Kota, maka Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau mempunyai kompetensi yang bisa diandalkan untuk mampu menjadi motor penggerak perangkat daerah dalam melaksanakan pembangunan dan pelayanan publik

2. Tugas dan Fungsi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru

Sesuai dengan Peraturan Daerah Provinsi Riau Nomor 8 Tahun 2008 tanggal 5 Desember 2008 tentang Organisasi dan Tata Kerja Inspektorat, Badan Perencanaan Pembangunan Daerah dan Lembaga Teknis Daerah Provinsi Riau, kedudukan Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru merupakan unsur penunjang tugas tertentu Pemerintah Provinsi Riau, dipimpin oleh seorang Direktur yang berada di bawah dan bertanggungjawab kepada Gubernur melalui Sekretaris Daerah.

Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau mempunyai tugas pokok yaitu melaksanakan penyusunan dan pelaksanaan kebijakan daerah dibidang pelayanan rumah sakit khusus jiwa dan dapat ditugaskan untuk melaksanakan penyelenggaraan wewenang yang dilimpahkan oleh Pemerintah kepada Gubernur selaku Wakil Pemerintah dalam rangka dekonsentrasi.

Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau disamping tugas pokoknya memberikan pelayanan kesehatan jiwa bagi masyarakat terutama masyarakat miskin juga menyelenggarakan peran pendidikan dan riset melalui kerja sama dengan institusi pendidikan di bidang kesehatan, melaksanakan koordinasi lintas sektor dan memberikan pelayanan kesehatan umum yang menunjang kesehatan jiwa.

3 Fungsi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru

- a. Menyelenggarakan pelayanan medis
- b. Menyelenggarakan pelayanan penunjang medis dan non medis
- c. Menyelenggarakan pelayanan asuhan keperawatan
- d. Menyelenggarakan pelayanan rujukan
- e. Menyelenggarakan pendidikan dan pelatihan
- f. Menyelenggarakan penelitian dan pengembangan
- g. Menyelenggarakan administrasi umum dan keuangan

4.3 Struktur Organisasi

Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Propinsi Riau dipimpin oleh seorang Direktur yang membawahi langsung 2 (dua) Direktorat, yaitu Direktorat Bidang Umum dan Keuangan dengan 3 (tiga) Bagian, dan 6 (enam) Sub Bagian, dan Direktorat Medik dan Keperawatan dengan 3 (tiga) Bidang dan 6 (enam) Seksi, berdasarkan Susunan Struktur Organisasi Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru Provinsi Riau sesuai Perda Provinsi Riau Nomor 3 Tahun 2014 tanggal 2 Januari 2014. Struktur organisasi dapat dilihat pada gambar berikut :

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

STRUKTUR ORGANISASI RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU



Sumber data : Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan tentang Peran Konselor dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik *Self Control* pada Klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan, maka di dapatkan hasil sebagai berikut

Peran konselor dalam mengatasi depresi melalui teknik *self control* pada klien di Rumah Sakit Jiwa Tampan dilakukan dengan program kekeluargaan, dimana program tidak diberikan langsung oleh konselor, tetapi dengan memberikan tugas yang berhubungan dengan kegiatan sehari-hari yang mengharuskan mereka untuk saling mengingatkan. Teknik *self control* yang dilakukan konselor bisa merubah perilaku pasien (*Behavioral control*) klien sudah mulai bisa merubah perilaku kearah positif dan bisa menahan diri untuk tidak melakukan perilaku yang tidak normal. Pada aspek pola pikir dan persepsi (*Cognitif control*) klien sudah bisa mengubah pola pikir ke arah yang lebih positif dan mengubah persepsi diri menjadi lebih baik dan pada aspek mengambil keputusan (*Decisional Control*, klien sudah mampu mengambil keputusan dengan baik dengan pertimbangan yang baik tanpa meminta bantuan atau pendapat dari orang lain. Tantangan yang dihadapi konselor dalam memberikan teknik *self control* adalah kesulitan dalam Tantangan yang dihadapi konselor dalam menerapkan teknik *self control* dalam terapi depresi meliputi kesulitan dalam menangani klien yang aktif menggunakan zat-zat terlarang. Klien-Klien seperti ini cenderung kurang kooperatif dan menolak untuk terlibat dalam terapi karena kerusakan saraf dan kurangnya kesadaran mereka terhadap kebutuhan untuk melakukan perubahan, sedangkan tantangan yang dirasakan oleh klien dalam penerapan teknik *self control* adalah kesulitan untuk konsisten dalam melakukan kegiatan-kegiatan yang dilakukan.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



6.2.2 Saran

Berdasarkan dari pembahasan dan kesimpulan yang sudah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya maka peneliti memberikan saran kepada :

1. Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru

Kepada Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru agar lebih meningkatkan penggunaan Teknik *Self Control* yang diberikan kepada klien depresi karena penerapan teknik *self control* sangat membantu klien dalam meringankan depresi dan mengubah hidup mereka kearah yang lebih positif.

2. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti di luar variabel yang sudah diteliti ini agar dapat menemukan hasil yang bervariasi tentang apa-apa saja yang dapat membantu meringankan penderita depresi dan memperluas cakupan penelitian tentang teknik sel kontrol yang terdapat dalam penelitian ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR PUSTKA

- Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, (Yogyakarta: sumbangsih, 1975) Anas Sholahudin, *Bimbingan dan Koseling* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2010)
- Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: PT raja Grafindo Persada, 2006)
- Andi Mappiare, *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006)
- Anna Aprillistywati, *Keperawatan Psikiatri dan Kesehatan Jiwa Benyamin Lumantera, Pasien Peran dan Prilaku*, (Jakarta: Penerbit Kanius, 1989)
- Arif (36 th), *Pasien Depresi di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru*, wawancara oleh peneliti, 14 Maret 2024
- Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah, Ed. IV (Cet. II;* Yogyakarta: PT. Andi Offset, 1993) Bimo Walgito, *Psikologi Sosial*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2003)
- Boy. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana.
- Cholid Narbuko dan Abu Ahmadi, *Metodologi Penelitian*. (Cet. VIII; Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2007)
- Dadang Hawari, *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Cet. XI; Jakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 2004)
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1988) Depdikbud, *Kamus Besar Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2002)
- Djam'an Satori, Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: CV Alfabeta, 2009)
- Fadli (24th), *Pasien Depresi di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru*, wawancara oleh peneliti, 7 Maret 2024
- Faradina, Novira. (2016). "Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus", *Jurnal Psikoborneo*, vol 4, no. 1. Galdding,
- Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Isny Retniyanti, Pendekatan Cognitif Behavior Therapy (CBT) Melalui Teknik Self Control Terhadap Pecandu Narkoba Di Loka Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Kalianda Lampung Selatan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2023
- Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia, 2005)
- J. Moleong, Lexi.2000. *Penelitian Kualitatif*, cet II. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Kartini Katono, *Patologi Sosial 3: Gangguan-gangguan Kejiwaan* (Cet, V; Jakarta: PT Raja Grafindo persada, 2010)
- K, Gantina, Eka W, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2011).
- Komalasari, Gantina, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks, 2011
- Lexi J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, cet II (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2000)
- Lindenfield, Gael. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jepara: Silas Press.
- Meisari Puja Dwi Marni, *Konselor di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru*, wawancara oleh peneliti, 4 Maret 2024
- Mochamad Nursalim, *Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Erlangga, 2015)
- Namora lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2016), h. 37.
- Retniyanti, Isny. 2023. Pendekatan Cognitif Behavior Therapy (CBT) Melalui Teknik *Self Control* Terhadap Pecandu Narkoba Di Loka Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Kalianda Lampung Selatan, (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung)
- Samuel T. 2012. *Koseling Profesi yang Menyeluruh*, Jakarta: PT Indeks. Hartno.
- Soerjono, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2006)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sugeng (48th), Pasien Depresi di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru, wawancara oleh peneliti, 11 Maret 2024

Zaenal Abidin, “*Upaya Terapi Depresi Secara Islami*”, *Komunika*, Vol.11, Januari-Juni 2017.

Zulfan Saam dan Sri Wahyuni, *Psikologi Keperawatan*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





LAMPIRAN 1

DAFTAR WAWANCARA

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Daftar Wawancara dengan Konselor

1. Bagaimana Anda mendefinisikan klien dalam konteks klien yang Anda tangani di Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru?
2. Apa yang mendasari pemilihan teknik self kontrol sebagai metode intervensi untuk mengatasi depresi pada klien Anda?
3. Bagaimana Anda mengevaluasi tingkat keefektifan teknik self kontrol dalam mengurangi gejala depresi pada klien?
4. Bagaimana Anda menilai tingkat keterlibatan klien dalam proses penggunaan teknik self kontrol dalam mengelola depresi mereka?
5. Apa tantangan terbesar yang Anda hadapi dalam mengimplementasikan teknik self kontrol dalam terapi depresi?
6. Bagaimana Anda memantau kemajuan klien dalam mengembangkan dan mempraktikkan teknik self kontrol mereka dalam kehidupan sehari-hari?
7. Bagaimana Anda memodifikasi pendekatan terapi Anda sesuai dengan respons individu pasien terhadap teknik self kontrol?
8. Bagaimana Anda membangun hubungan terapeutik dengan klien Anda dalam konteks penggunaan teknik self kontrol?
9. Bagaimana Anda mengintegrasikan aspek kognitif, emosional, dan perilaku dalam penggunaan teknik self kontrol untuk mengatasi depresi pada klien Anda?
10. Bagaimana cara konselor untuk membantu klien dalam membentuk *cognitif control* yang baik?
11. Bagaimana cara konselor untuk membantu klien dalam mengambil sebuah keputusan?

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Daftar Wawancara dengan Klien

1. Apa yang membuat Anda memutuskan untuk mencari bantuan profesional untuk mengatasi depresi Anda?
2. Bagaimana Anda merasakan penggunaan teknik self kontrol dalam membantu Anda mengelola gejala depresi Anda sehari-hari?
3. Apa yang menjadi tantangan terbesar bagi Anda dalam menerapkan teknik self kontrol dalam kehidupan sehari-hari?
4. Bagaimana Anda melihat perubahan dalam diri Anda sejak mulai menerapkan teknik self kontrol dalam mengatasi depresi?
5. Bagaimana Anda mengukur kemajuan Anda dalam mengelola depresi dengan teknik self kontrol? Apa indikatornya?
6. Apakah Anda merasakan perubahan dalam pola pikir atau persepsi terhadap diri sendiri sejak mulai menggunakan teknik self kontrol?
7. Apakah anda merasakan perubahan perilaku selama terapi dengan menggunakan tektik *self control*?
8. Apakah anda membuat keputusan sendiri setelah melakukan teknik terapi *self control*?
9. Apa perubahan yang anda rasakan setelah mendapatkan teknik modeling dalam terapi *self control*?
10. Apakah anda sudah mampu mengantrol atau menahan diri ketika ingin melakukan perbuatan yang tidak baik atau tidak normal?

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



LAMPIRAN 2

SURAT RISET PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perihal : Permohonan Penerbitan Surat Riset Penelitian

Kepada yang terhormat,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

di -

Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatulahi Wabarakatuh

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Afni Leli Hasibuan
NIM : 11940221771
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : Upaya Konselor Dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik Self Kontrol Pada Pasien Dirumah Sakit Jiwa Tampan
Tempat Penelitian : Jl.HR. Soebrantas NO.KM 12.5, Simpang Baru, Kec. Tampan, Kota Pekanbaru, Riau

Dengan ini mengajukan permohonan penerbitan Surat Riset Penelitian guna menyusun skripsi

Demikianlah Surat Permohonan ini disampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Pekanbaru 4 Desember 2023

Afni Leli Hasibuan



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN

Jl. H.R. Subrantas Km 12,5 Pekanbaru Telp. (0761) 63240 Fax. (0761) 63239



Pekanbaru, 04 Maret 2024

Nomor : 800.1.1/RSJT/1.1/III/2024/ 2177.
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Hal : Surat Keterangan Riset/Penelitian

Yth, Dekan Fakultas Dakwah dan
 Komunikasi Universitas Islam Negeri
 Sultan Syarif Kasim Riau
 di -
 Pekanbaru.

Dengan Hormat,
 Memenuhi maksud surat saudara Nomor : B-5271Un.04/F.IV/PP.00.9/12/2023 Tanggal 05
 Desember 2023, Hal Izin Riset atas nama:

Nama : AFNI LELI HASIBUAN
 NIM : 11940221771
 Jurusan : S1 Bimbingan Konseling Islam (BKI)
 Judul Penelitian : Upaya Konselor Dalam Mengatasi Depresi Melalui Teknik
 Self Kontrol Pada Pasien di Rumah Sakit Jiwa Tampan.

Bersama ini kami sampaikan bahwa Mahasiswa tersebut benar sudah selesai
 melaksanakan Riset/Penelitian di Instalasi Napza Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau.

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebaik-baiknya, atas
 perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Kepala Bidang Penunjang Medik dan Diklit
 Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau


 Arief Rakhman, SE.MM.Ak
 Penata Tk.I
 NIP. 19780821 200903 1 002

Tembusan Disampaikan Kepada Yth :

1. Mahasiswa Yang Bersangkutan
2. Arsip

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN 3 DOKUMENTASI

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





© Hak cipta milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



RIWAYAT HIDUP PENULIS

Penulis di lahirkan dipinarik Dareh, Kabupaten Padang Lawas Provinsi Sumetra Utara, pada tanggal 29 Oktober pada tahun 2000, penulis merupakan putri Bungsu dari Alm. bapak H. Pagar Hasibuan dan ibuk Hj. Rodiah Lubis. Penulis menyelesaikan Pendidikan di Tk R.A Alhidayah Tamiang, Dareh Kabupaten Padang Lawas, kemudian melanjutkan Pendidikan Sekolah Dasar Negeri (SDN) 0802 Tamiang dapat diselesaikan penulis pada tahun 2013 dan melanjutkan Pendidikan Menengah Sekolah Madrasah Tsanawiyah Al Mukhlshin Sibuhuan dan selesaikan pada tahun 2016.

Pada tahun yang sama penulis melanjutkan Pendidikan Sekolah Menengah Atas Di MA Al Mukhlshin Sibuhuan yang dapat di selesaikan pada tahun 2019. Pada tahun 2019 penulis melanjutkan studi di Universitas yang ada di Pekanbaru yaitu Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasyim Riau (UIN SUSKA RIAU) Sebagai mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata di Desa Tambusai Tengah, Kecamatan Dalu-Dalu, Kabupaten Rokan Hulu selama dua bulan pada tahun 2022. Selanjutnya penulis melakukan Praktek Kerja Lapangan di Yayasan Siklus di Kecamatan Bukit Raya Kota Pekanbaru, Kabupaten Riau, selama satu bulan pada tahun 2022.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.