TERAPI BERPIKIR POSITIF UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI HIDUP TERHADAP PECANDU NARKOBA DI PLATO FOUNDATION SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos)

Oleh:

JUMROTUL MUFIDHA

NIM. B93214086

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2018

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

PERNYATAAN

PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahiirrohmanirrohim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya

Nama : Jumrotul Mufidha

NIM : B93214086

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Alamat : Rt 45 / Rw 09,Watulimo Prigi Trenggalek

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1) Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga tinggi maupun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2) Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3) Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 16 Januari 2018

METERAI TEMPEL E92C9AEF819330030 6000 ENAM RIBU RUPIAH

yatakan,

Jumrotul Mufidha

B3214086

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Jumrotul Mufidha

NIM : B93214086

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan

Surabaya, 16 Januari 2018

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

Dr. H. Rudy Al Hana, M.Ag.

NIP 196803091991031001

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Rizkiyatul Khairiyah telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi

30 Januari 2018.

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan

Dr. Hj. Rr. Suhartini, M.Si.
NIP. 195801131982032001

Penguji I

Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197008251998031200 2

Penguji II

Dr. H. Rudy Al Hana, M.Ag.
NIP. 196803091991031001

Penguji III

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si.
NIP. 195902051986032004

Penguji IV

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag.
NIP. 196007042003021001

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani ١١٧ Surabaya ٦٠٢٣٧ Telp. ٠٣١-٨٤٣١٩٧٢ Fax. ٠٣١-٨٤١٣٣٠٠
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : JUMROTUL MUFIDHA
NIM : B93214086
Fakultas/Jurusan : Bimbingan Konseling Islam / Dakwah dan Ilmu Komunikasi
E-mail address : jumrotulmufidah5@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
Terapi Berpikir Positif untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba di Plato Foundation Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Februari 2018

Penulis

(JUMROTUL MUFIDHA)
nama terang dan tanda tangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRAK

Jumrotul Mufidha (B93214086), *Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation.*

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana Proses Terapi Berpikir Positif Dalam Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya ?, (2) Bagaimana Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya ?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus kemudian dianalisa dengan menggunakan analisa deskriptif komparatif sedangkan dalam mengumpulkan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi, setelah data terkumpul kemudian dianalisis untuk mengetahui proses Terapi Berpikir Positif dilakukan dengan membandingkan antara sebelum diberikan terapi dan sesudah diberikan terapi.

Proses Terapi Berpikir Positif melalui langkah-langkah identifikasi masalah, diagnosa, prognosa terapi/ *treatment* dan evaluasi / follow up. Pada penelitian ini peneliti menggunakan Terapi Berpikir Positif (Strategi Mengubah Masa lalu), yang mana peneliti disini mengubah pola pikir dalam memandang masalah yang sedang dihadapi oleh klien, dengan pendekatan ini klien melakukan pendampingan dengan memberikan motivasi dan nasihat untuk menyadarkan sikap klien yang belum bisa berpikir positif tentang masa depan nya dan menjadikan masa lalu yang negatif menjadi pelajaran dan pengalaman berharga. Sedangkan hasil akhir dari proses Terapi terhadap klien dalam penelitian ini dikatakan cukup berhasil, yang mana hasil penelitian tersebut dapat dilihat adanya perubahan yang ada pada diri klien atau sikap klien yang sebelumnya belum bisa berpikir positif tentang masa depan yang lebih baik, setelah dilakukan proses terapi perasaan itu sedikit demi sedikit hilang dari perasaan klien dan klien sudah bisa berpikir positif tentang masa depannya dan menjadikan masa lalu sebagai pelajaran yang berharga, sehingga munculnya motivasi serta tekad untuk mewujudkan masa depannya dengan menjauhi narkoba dan bekerja secara halal.

Kata Kunci : Terapi Berpikir Positif, Motivasi Hidup, Pecandu Narkoba

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PERSETUJUAN PEMBIMING ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI iii
MOTTO iv
PERSEMBAHAN v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI vi
ABSTRAK vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
BAB I : PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 9
D. Manfaat penelitian 9
E. Definisi Konsep 10
F. Metode Penelitian 16
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 16
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian 17
3. Jenis dan Sumber Data 19
4. Tahap-Tahap Penelitian 20
5. Teknik Pengumpulan Data 23
6. Teknik Analisis Data 26
7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data 27
G. Sistematika Pembahasan 27
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA
A. Kajian Teoritik
1. Terapi Berpikir Positif 29
a. Pengertian Terapi Berpikir Positif 29
b. Macam-macam Berpikir Positif 31
c. Ciri-ciri Pribadi Berpikir Positif 34
d. Faktor-faktor Penyebab Berpikir Negatif 38
e. Manfaat Berpikir Positif 39
f. Perbedaan Antara Berpikir Positif dan Berpikir Negatif 40
g. Macam-macam Penerapan Strategi Berpikir Positif 41
2. Motivasi Hidup 46
a. Pengertian Motivasi Hidup 46
b. Pengelompokan Motivasi 50
c. Bentuk-bentuk Motivasi 52
d. Fungsi Motivasi 53
3. Pecandu Narkoba 54
a. Pengertian Pecandu Narkoba 54
b. Jenis dan Golongan Narkoba 58
c. Penyalahgunaan Narkotika 59
d. Dampak Fisik 60

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Dampak Psikis 61
f. Dampak Sosial..... 62
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan 62
BAB III : PENYAJIAN DATA
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 66
1. Deskripsi Lokasi Penelitian 66
2. Deskripsi Konselor..... 80
3. Deskripsi Klien 82
4. Deskripsi Masalah..... 84
B. Deskripsi Hasil Penelitian..... 86
BAB IV : ANALISIS DATA
A. Analisis Proses Dari Pelaksanaan Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba..... 105
B. Analisis Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba..... 113

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan 118

B. Saran..... 119

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Observasi Kondisi Klien Sebelum dilakukan Proses Terapi 87
Tabel 4.1 Analisis Deskriptif Komparatif Proses Pelaksanaan Terapi Berpikir Positif 105
Tabel 4.2 Hasil Observasi Kondisi Klien Sebelum dan Sesudah Dilakukan Proses Terapi 115

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sejak kecil telah diajari tentang sosialisasi dan pembentukan kepribadian manusia. Setiap perilaku manusia yang tidak sempurna sosialisasi dan pembentukan kepribadian maka akan timbul perilaku yang tidak diharapkan, oleh masyarakat. Yaitu perilaku yang menyimpang dari nilai dan norma yang dianut masyarakat secara keseluruhan. Sebagai contoh perilaku penyimpangan sosial antara lain tindakan kriminal atau kejahatan, pemakaian dan pengedaran obat terlarang, seks bebas, dan sebagainya. Oleh karena itu, kita harus dapat mengantisipasi terjadinya menyimpangan sosial dengan berbagai cara seperti memperdalam pendidikan moral, religi, dan sebagainya.

Pada era globalisasi saat ini banyak hal yang berubah di berbagai Negara, salah satunya Negara yang terpengaruh adalah Indonesia. Sebagai Negara yang berkembang Indonesia turut berperan sebagai konsumen dan penerima berbagai kebudayaan yang datang dari berbagai Negara barat. Terutama oleh para remaja yang masih belum memahami betul mengenai bahaya negatif dari perubahan budaya yang ada. Salah satu tindakan yang sangat merusak moral masyarakat Indonesia adalah tersebarnya obat-obatan terlarang di berbagai kalangan di masyarakat Indonesia, terutama remaja yang biasa mereka sebut dengan narkoba. Peredaran gelap narkoba, penyalahgunaan hingga pada masalah ketergantungan narkoba menjadi isu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kritis dihampir semua lapisan masyarakat. Faktanya penyalahgunaan narkoba tidak hanya terjadi dikalangan orang dewasa, akan tetapi sudah merasuki dunia anak, remaja dan perempuan. Kondisi tersebut telah mengancam kehidupan mereka sebagai aset dan masa depan bangsa.

Penyalahgunaan narkoba berkaitan erat dengan peredaran gelap sebagai bagian dari dunia tindak pidana internasional. Mafia perdagangan gelap memasok narkoba agar orang memiliki ketergantungan sehingga jumlah *supply* meningkat. Terjalinnya hubungan antara pengedar/bandar dengan korban membuat korban sulit melepaskan diri dari pengedar/bandar, bahkan tidak jarang korban juga terlibat peredaran gelap karena meningkatnya kebutuhan dan ketergantungan mereka akan narkoba.[1]

Narkoba merupakan kepanjangan dari Narkotika, Psikotropika, dan Bahan Adiktif berbahaya lainnya, ialah bahan atau zat yang ketika dimasukkan dalam badan manusia, baik melalui diminum, dihirup maupun di suntikkan bisa mengubah pikiran, emosi dan juga tindakan seseorang, narkoba juga dapat mengakibatkan ketergantungan fisik dan psikologis.[2]

PLATO (*emPowering and Learning through Assistance, Training, Organizing*) atau (Pemberdayaan dan Pembelajaran melalui Pendampingan, Pelatihan dan Pengorganisasian) merupakan sebuah lembaga yang bergerak dalam bidang pengembangan diri dan pemberdayaan masyarakat dengan motto “Berdaya dan Berkarya Menuju Kemandirian.”

---

[1] Lydia Harlina Martono & Satya Joewana, *Membantu Pemulihan Pecandu Narkoba dan Keluarganya*, (Balai Pustaka, Jakarta, 2006).Hal.1

[2] Andang Muryanta, *Narkoba dan Dampaknya Terhadap Pengguna*, artikel diakses tanggal 25 Agustus 2017, hal 1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

PLATO didirikan pada Mei 2012 di Surabaya atas prakarsa sekelompok orang yang memiliki komitmen dan kepedulian yang sama terhadap permasalahan sosial yang semakin berkembang di tengah masyarakat. Lahirnya PLATO merupakan sebuah upaya untuk ikut berkontribusi dalam peningkatan kualitas masyarakat dalam rangka membangun mental dan karakter yang positif, sehingga mampu mandiri dan siap menghadapi tantangan global. PLATO dalam mengembangkan program-programnya telah membangun jejaring, kerjasama dan bersinergi dengan pemerintah dan berbagai *stakeholder* di tingkat lokal, nasional dan internasional.

PLATO melakukan strategi dengan memaping sekolah dengan indikasi siswa yang menggunakan NAPZA dan melakukan psikoedukasi mengenai bahaya NAPZA, Adiksi dan mengenal rehabilitasi program IPWL yang berada dinaungan Kemensos (Kementerian Sosial). Harapan dengan melakukan Psikoedukasi tersebut adalah adanya kesadaran seorang pecandu yang masih duduk dibangku sekolah agar tidak lagi atau berhenti menggunakan NAPZA, sedangkan bagi non pecandu bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan pencegahan penggunaan NAPZA guna menekan angka kejadian pecandu NAPZA di Indonesia terutama di Surabaya. Setelah dilakukannya psikoedukasi, PLATO akan melakukan assessment terhadap siswa yang pernah maupun masih aktif menggunakan NAPZA dan diikutsertakan dalam program IPWL.

PLATO Foundation ikut berperan serta dalam merespon permasalahan kesehatan dan sosial yang telah berkembang ditengah masyarakat, termasuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

masalah penyalahgunaan dan ketergantungan narkoba. Upaya tersebut telah sesuai dengan visi dan misinya yaitu :

Vision:

Terwujudnya masyarakat berdaya, mandiri dan memiliki kualitas hidup yang mampu mendorong terpenuhinya hak hak secara optimal.

Mission:

Membantu pemerintah dalam penguatan program pemberdayaan dan kelembagaan masyarakat terutama pada kelompok masyarakat marginal, seperti pecandu narkoba, pekerja anak, perempuan korban tindak kekerasan seksual, orang dengan HIV&AIDS, warga binaan pemasyarakatan dan kelompok masyarakat miskin dan atau yang tidak terakses dengan pelayanan dan rehabilitasi sosial.

Meningkatkan aspek kognitif dan mengembangkan ketrampilan kecakapan hidup bagi masyarakat untuk membangun mental/karakter yang positif dan perilaku yang sehat.

Meningkatkan layanan yang komprehensif untuk membantu masyarakat dalam menyelesaikan persoalan kesehatan dan psikososial melalui kerjasama dengan stakeholder. Kondisi pecandu narkoba di plato foundation berbeda – beda, ada 3 macam tingkatan seorang pecandu:

1. Pertama, pecandu narkoba tingkat berat. Pecandu narkoba tingkat berat adalah apabila pemakaiannya dihentikan maka seorang pecandu akan mengalami gelaja sakit yang sangat hebat (SAKAW) dan bisa sampai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berminggu – minggu lamanya. Itu dikarekan jenis narkoba yang dipakai, dosis yang digunakan dan berapa lama pemakaiannya.

2. Kedua, pecandu narkoba tingkat sedang adalah apabila pemakaiannya dihentikan maka seorang pecandu akan mengalami gejala sakit yang tidak terlalu hebat dan sakit ini hanya dirasakan kurang lebih satu minggu. Itu dikarenakan jenis narkoba dan dosis yang tidak terlalu tinggi dan pemakaian yang belum terbilang cukup lama.
3. Ketiga, pecandu narkoba tingkat ringan adalah apabila pemakaiannya dihentikan maka seorang pecandu narkoba akan mengalami gejala sakit kurang lebih 3 hari. Itu dikarenakan jenis narkoba dan dosis yang ringan dan pemakaian yang belum terbilang lama.

Dalam study kasus yang peneliti kaji, klien termasuk pecandu narkoba tingkat sedang yang mana masih bisa mengontrol dirinya di tempat pemulihan rehabilitasi sosial dan bisa mematuhi aturan yang telah ditetapkan oleh lembaga, dan klien bisa dibimbing penelity untuk menerapkan terapi berpikir positif untuk lebih semangat dalam menjalani hidup.[3]

Maka dari itu peneliti menggunakan terapi berpikir positif yang mana peneliti beranggapan bahwa dengan terapi berpikir positif seorang pecandu narkoba dapat berpikir secara terarah dan tidak berpikir negatif tentang sesuatu terlebih dahulu dengan memunculkan semangat dalam diri pecandu dengan motivasi-motivasi yang sekiranya sesuai dengan kepribadian klien.

[3]Moch. Choliq Al Muchlis , *Pusat Pemberdayaan dan Pemulihan Adiksi Narkoba Bagi Anak dan Remaja*, Plato Foundation , Jl. Jojoran I No 96 A Surabaya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Motivasi hidup sangat berpengaruh terhadap pencapaian tujuan hidup seseorang, baik berupa harapan, impian, cita-cita dan keinginan terbesar lainnya. Seseorang yang gagal memperolah sesuatu yang di inginkan, setelah melalui usaha keras, tidak jarang orang tersebut cenderung berprilaku negatif, seperti memarahi dirinya sendiri, orang lain, bahkah sampai menyalahkan Allah SWT Hal ini terjadi karena sesorang telah kehilangan motivasi hidup.

Pentingnya terapi berpikir positif, berpikir positif itu sangat penting dalam kehidupan karena akan membuat tekanan hidup yang dihadapi ikut teratasi. Tekanan hidup yang dihadapi oleh masing-masing orang jelas berbeda. Begitu pula dengan kita ada yang banyak masalah, halangan, rintangan, dan tantangan yang harus terus kita selesaikan hari demi hari. Tidak peduli hujan maupun panas, kita dihadapkan pada pilihan untuk terus menjalani kehidupan sebaik baiknya. Tekanan hidup yang terus mendera, jika tidak dihadapi dengan berpikir positif maka kemungkinan besar kita akan mengalami stress dalam menghadapi kehidupan. Jika mampu berpikir positif, akan segala hal yang terjadi di dalam kehidupan, maka apapun yang terjadi akan mudah diatasi bahkan kita akan mampu mencari jalan keluar agar dapat menyelesaikan persoalan itu dengan sebaik-baiknya, tapi jika tidak mampu berpikir positif maka kehidupan ini akan semakin terasa berat. Berpikir positif juga membuat pribadi kita menjadi lebih tenang dan bijaksana dalam menyikapi permasalahan yang ada di sekitar kita.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terapi Berfikir Positif memiliki beberapa manfaat yang terkandung, diantaranya:

1. Menemukan tujuan hidup
2. Hidup menjadi tertata
3. Jadi lebih optimis dan tenang bahkan jika dalam kondisi genting sekalipun
4. Semangat hidup lebih menyala
5. Merasa damai dan timbul perasaan syukur.[4]

Peneliti disini menggunakan model berpikir positif (Strategi Mengubah Masa lalu), yang mana strategi mengubah mengubah masa lalu adalah sekumpulan pertanyaan yang tanpa sadar kita gunakan ketika menghadapi masalah. Srategi ini sama dengan membayangkan jika kejadian masa lalu terjadi lagi di masa depan, dengan membayangkan kejadian-kejadian yang kemungkinan akan terjadi dalam menghadapi pengalaman hidup. Sehingga kita akan termotivasi dengan adanya masa lalu yang pernah terjadi, karena masa lalu adalah pengalaman yang paling berharga.

Dari permasalahan yang ada, peneliti merasa tergugah untuk mengadakan dan melakukan assesment yang mendalam. Untuk itu peneliti berusaha mencari solusi bagaimana pecandu narkoba dapat berpikir positif dalam menghadapi hidup dan meminimalisir pikiran negatif yang muncul serta dapat memotivasi diri sendiri sehingga muncul semangat untuk memperjuangkan hidup menjadi lebih baik, serta dapat menjalani hari-hari nya dengan semangat dan lebih bermakna dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif. Peneliti mengangkat penelitian

4 Fikriansyah, *The Power Of Motivation*, (Jakarta : BEE Media Indonesia, 2009),h.51-53

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ini dengan judul : **"Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba di Plato Foundation Surabaya".**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka masalah-masalah yang di bahas dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana Proses Terapi Berpikir Positif Dalam Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya ?
2. Bagaimana Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui Bagaimana Proses Terapi Berpikir Positif Dalam Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya.
2. Untuk mengetahui Bagaimana Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Plato Foundation Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan :

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan khazanah keilmuan dan diharapkan menjadi pengembangan penelitian selanjutnya. Khususnya bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) yang sangat memiliki peran penting dalam memberikan terapi berpikir positif apalagi bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

seorang pecandu narkoba yang sering kali hanya disebut sebagai sampah masyarakat, padahal pada kenyataannya mereka bahkan bisa menciptakan sesuatu hal yang positif lebih dari yang sekedar apa yang mereka katakan.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan menjadi pedoman kepada siapapun, Sehingga dengan penelitian ini mampu menjadi pengetahuan bagi siapapun baik dirinya sendiri.

E. Definisi Konsep

Dalam penelitian ini sebagai upaya untuk mempermudah pembahasan dan terarahnya penulisan, perlu untuk menjelaskan beberapa istilah yang terdapat dalam judul penelitan ini. Adapun istilah-istilah tersebut adalah:

1. Terapi Berpikir Positif

a. Pengertian Berpikir Positif

Menurut Albert "berpikir positif" adalah kemampuan seseorang untuk memfokuskan perhatian kepada sisi positif dari suatu hal dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Berpikir positif merupakan cara berpikir individu yang selalu memandang segala sesuatu dari segi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun situasi yang dihadapi. seseorang yang berpikir positif mampu melihat setiap masalah dari sudut pandang yang positif meskipun masalah yang dihadapi cukup berat.

Berpikir positif diawali dengan sebuah keyakinan pada diri sendiri. Keyakinan bahwadirinya mampu. Keyakinan yang mengatakan bahwa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diri beliau “bisa”. Jika anda melihat diri anda “bisa”, maka anda akan “bisa”. Jika anda melihat diri anda akan menghasilkan, maka anda akan menghasilkan. Jika anda tidak bisa melakukan hal seperti ini, maka anda masih dikuasi oleh pikiran negatif. Berpikir positif tidak hanya sebatas pada ranah kognitif saja, tetapi juga mengarahkan perasaan dan tindakan kita pada hal-hal yang positif. Sebaliknya, pikiran yang negatif akan menimbulkan perasaan negatif yang selanjutnya mempengaruhi kita untuk melakukan tindakan-tindakan negatif.[5]

Menurut Arnold Berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya. Cara berpikir tersebut mengandung gerak maju yang penuh dengan daya cipta atas unsur-unsur yang nyata dalam kehidupan manusia. Setiap pemikir positif memandang setiap kesulitan dengan akal sehat sehingga dia tidak akan terpengaruh hingga menyebabkannya berputus asa dalam menghadapi tantangan.[6]

Berpikir positif akan mendorong pengembangan potensi diri secara optimal sehingga individu akan terhindar dari konflik baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. Selain itu, dengan membiasakan diri untuk berpikir positif dalam kehidupan sehari-hari maka akan menciptakan kehidupan yang positif. Berdasarkan definisi-definisi tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa berpikir positif adalah cara berpikir yang terlatih untuk memandang diri sendiri, orang lain, dan situasi dari segi yang positif sehingga akan menghasilkan sikap,

[5] Dr.Musa Rasyid El-Bahdal, *Asyiknya Berpikiran Positif*, (Jakarta : Penerbit Zaman, 2010),h.41-41

[6] Jonathan Ling, *Psikologi kognitif*, (Jakarta : Erlangga, 2012),h.173

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perasaan, dan perkataan yang tidak merugikan diri sendiri dan orang lain serta tidak bertentangan dengan norma yang berlaku.[7]

b. Manfaat berpikir positif

1) Mengatasi stress

Berpikir positif membantu anda mengatasi situasi stress, mengabaikan pikiran negatif, mengganti pikiran pesimis menjadi optimis.

2) Menjadi lebih sehat

Pikiran secara langsung mempengaruhi tubuh dan bagaimana cara bekerjanya.

3) Percaya diri

Dengan berpikir positif, maka anda lebih percaya diri dan tidak untuk mencoba menjadi orang lain.

4) Bisa mengambil keputusan dengan benar

Berpikir positif mencegah anda memilih keputusan yang salah atau melakukan hal yang bodoh yang kemudian anda sesali. Berpikir positif membuat anda memilih keputusan dengan cepat.[8]

Indikator Keberhasilan jika seseorang memiliki Berpikir Positif dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memiliki Antusiasme, semangat hidup dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi
2. Membuat hubungan yang baik dengan keluarga, teman,dll

[7] Umma Azura, *Berpikir Positif*, (Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, 2014), h.49
[8] Athonul Afif, *Mengendalikan Masa Depan* ,(Yogyakarta : IRCiSoD, 2015),h.225

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Mempunyai keimanan dan menguatkan hubungan dengan Allah
4. Memberi Inspirasi baik

2. Motivasi hidup

a. Pengertian Motivasi Hidup

Motivasi adalah dorongan atau tenaga penggerak yang berasal dari dalam diri untuk terus semangat dalam menjalani kehidupan sehingga dapat melakukan kegiatan sehari-hari dan dapat mencapai keinginan dan harapan dalam hidup. Motivasi hidup dapat meningkatkan harapan hidup seseorang. Harapan hidup merupakan dimana usia dimana seseorang yang lahir pada waktu dan tempat tertentu memiliki kecenderungan untuk hidup secara statistik, berdasarkan usia dan status kesehatannya pada saat ini. Usia adalah seberapa panjang seseorang hidup.[9]

Motivasi hidup yaitu dorongan, hasrat, keinginan, dan tenaga penggerak lainnya yang berasal dari dalam dirinya. Motif itu memberi tujuan arah kepada tingkah laku kita. Juga berbagai kegiatan yang biasanya kita lakukan sehari-hari mempunyai motif tersendiri.[10]

Motivasi yaitu keputusan yang merupakan dorongan individu untuk melaksanakan sesuatu yang diingikan atau dikehendakinya.[11] Suatu keberadaan dalam diri individu atau organisme yang mendorong perilaku kearah tujuan, dengan demikian dapat dikemukakan bahwa motivasi itu mempunyai aspek :

---

[9] Diane E. Papalia, DKK, *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Ke Sembilan* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), hal. 846.

[10] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia. 2011),hal. 267

[11] Holijah Hasan,*Dimensi-Dimensi Psikologi Pendidikan*, (Surabaya : PF Al-Ikhlas,1994), hal 13

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Suatu keberadaan yang terdorong terdapat dalam diri individu atau organisme yaitu kesiapan bergerak karena kebutuhan
b. Prilaku yang timbul dan terarah karena keadaanya
c. Goal atau tujuan yang dituju oleh prilaku tersebut.[12]

Dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah merupakan sejumlah proses-proses psikologikal, yang menyebabkan timbulnya, di arahkannya dan terjadinya persistensi kegiatan-kegiatan sukarela (volunteer), yang diarahkan ketujuan tertentu, baik yang bersifat internal atau eksternal bagi seseorang individu, yang menyebabkan timbulnya sikap antusiasme dan persistensi.

Dari definisi tersebut penulis menjelaskan bahwa dalam penelitian ini adalah dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk dapat menerima kondisi sakit yang diderita sehingga dapat bersemangat dalam menjalani kehidupan.

Indikator jika seseorang memiliki motivasi hidup dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mampu mengaktualisasikan diri
2. Tidak bermalas-malasan dalam menjalani kehidupan.
3. Tidak banyak mengeluh.
4. Menerima Perubahan

[12] Moh Washshi, *mencapai keluhanuarga Barokah,* (Yogyakarta : Mitra Puataka,2005) h. 151-164

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Pecandu Narkoba

a. Pengertian Pecandu Narkoba

Pengguna atau pecandu narkotika menurut undang-undang sebagai pelaku tindak pidana narkotika adalah dengan adanya ketentuan undang-undang narkotika yang mengatur mengenai pidana penjara yang diberikan pada para pelaku penyalahgunaan narkotika kemudian disisi lain dapat dikatakan bahwa menurut undang-undang narkotika, pecandu narkotika tersebut merupakan korban adalah ditunjukkan dengan adanya ketentuan bahwa terhadap pecandu narkotika dapat dijatuhi vonis rehabilitasi. Akibat dari konsumsi narkoba telah terbukti merusak mental maupun generasi bangsa, padahal sesungguhnya generasi bangsa sudah sewajibnya terbebas dari narkoba, akan tetapi trend terkini mereka lebih mengikuti ajakan teman, kata hati dan nafsu semata, padahal sudah jelas itu merusak diri mereka sendiri.

Narkoba merupakan kepanjangan dari Narkotika, Psikotropika, dan Bahan Adiktif berbahaya lainnya, ialah bahan atau zat yang ketika dimasukkan dalam badan manusia, baik melalui diminum, dihirup maupun di suntikkan bisa mengubah pikiran, emosi dan juga tindakan seseorang, narkoba juga dapat mengakibatkan ketergantungan fisik dan psikologis.

Pasal 54 Undang – Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika menyatakan bahwa :

Pecandu narkotika dan korban penyalahgunaan narkoba wajib menjalani rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pecandu narkotika merupakan "*self victimizing victims*", karena pecandu narkotika menderita sindrom ketergantungan akibat penyalahgunaan narkotika yang dilakukannya sendiri.

Menurut Abdul Malik Karim Amrullah, pecandu minuman keras dan narkoba sampai mabuk, tidak akan bisa mengendalikan diri dan akalnya. Akibatnya, jiwa yang selama ini dapat ditekan dengan norma kesopanan, jika telah mabuk tidak dapat dikendalikan. Selain mendapat sanksi di akhirat, perbuatan ini juga menjatuhkan martabat manusia.[13]

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Peneliti menggunakan metode peneliitian kualitatif, yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk memahami fonomena tentang apa yang di alami oleh subjek penelitian secara holistic dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.[14]

David Williams mengemukakan bahwa penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah, dengan menggunakan metode alamiah, dan dilakukan oleh orang atau peneliti yang tertarik secara alamiah.

Peneliti menggunakan jenis penelitian study kasus *(case study)* yaitu suatu model yang menekankan pada eksplorasi dari suatu "sistem yang

[13] Abdul Malik Karim Amrullah, *Tafsir al Azhar Juz 2*, (Jakarta : Pustaka Panjiman, 1983),h.245

[14] Lexy J. Moleong. *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal.6

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terbatas" (*bounded system*) pada suatu kasus atau beberapa kasus secara mendetail, disertai dengan pengalian data secara mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks.[15]

Jenis study kasus yang digunakan adalah study kasus intrinsik *(intrinsic case study)* yang dilakukan untuk memahami secara lebih baik dan mendalam tentang suatu kasus tertentu. Studi atas kasus yang dilakukan karena alasan peneliti ingin mengetauhi secara intrinsik suatu fenomena, keteraturan dan kekhususan kasus. Bukan untuk alasan eksternal lainnya.

Penelitian ini dipilih karena penulis ingin menelaah data sebanyak mungkin secara rinci dan mendalam selama waktu tertentu mengenai Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba di Plato Foundation Surabaya.

2. Objek dan Subjek Penelitian

   a. Subjek Penelitian

      Subjek dalam penelitian ini adalah seorang pecandu narkoba asal Surabaya dengan umur 24 tahun, subjek mengonsumsi narkoba dari SMP hingga sekarang, dan subjek sekarang berada di tempat proses pemulihan adiksi narkoba. Subjek sering kali berpikir negatif dalam melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan dampak apa yang akan terjadi. Sehingga diberikan terapi berpikir positif untuk membuat hidupnya lebih terarah dan lebih mempunyai motivasi hidup dalam

[15] Haris, Herdiansyah. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu – Ilmu Sosial* (Jakarta Selatan: Salemba Humanika, 2010) hal.76

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

setiap langkahnya. untuk selanjutnya di sebut klien. Sedangkan konselornya bernama Jumrotul Mufidha

b. Objek Penelitian

Objek yang akan dikaji peneliti adalah Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba di Plato Foundation

3. Jenis Data

Jenis data dibagi menjadi dua yaitu primer dan skunder. Data primer yaitu data diperolah secara langsung dari sumbernya, sedangkan data skunder adalah data yang diperoleh dari dokumen-dokumen yang berkaitan dengan masalah yang di teliti.

Adapun jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Jenis data primer

Data primer yaitu data yang diambil dari sumber pertama dilapangan[16.] Jenis data ini mencakup pada subjek penelitian yang mengharuskan peneliti terjun ke lapangan langsung dalam melakukan wawancara untuk yang dibutuhkan oleh judul penelitian.

b. Data Skunder

Yaitu data yang diambil dari sumber kedua atau secara tidak langsung melalui data–data yang sudah tersedia dan dapat diperoleh dengan mudah melalui membaca, mendengar dan mengamati[17]. Serta

[16] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format – Format Kualitatif dan Kuantitatif* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2011),hal. 126

17 Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), hal. 209.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dapat diperoleh dari prilaku keseharian klien, keadaan lingkungaan klien, dan gambaran lokasi penelitian[18].

4. Sumber Data

Sumber data yaitu subjek dari mana data diperoleh[19]. Jenis sumber data dalam penelitian kualitatif:

a. Sumber Data Primer

Sumber data yang langsung diperoleh penulis di lapangan yaitu informasi dari si klien pecandu narkoba bersama Bapak Moch. Choliq Al Muchlis. S.Hi selaku Manager pemulihan adiksi narkoba

b. Sumber Data Skunder

Sumber data yang diperoleh dari orang lain sebagai pendukung guna melengkapi data penulis peroleh dari data primer. Dalam penelitian ini data diambil dari Konselor, Psikolog, Teman sesama pecandu narkoba ditempat rehabilitasi dan para staf Plato Foundation.

5. Tahap – Tahap Penelitian

a. Tahapan Pra Lapangan

Pada tahap pra lapangan ini ada tujuh kegiatan yang harus dilakukan oleh peneliti kualitatif, kegiatan dan pertimbangan tersebut dapat di paparkan sebagai berikut :

---

18 Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format – Format Kualitatif dan Kuantitatif* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2011),hal. 128

19 Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta : PT. Rineka Cipta,2006), hal 129

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Menyusun Rancangan Penelitian

Dalam hal ini peneliti akan memahami terapi berpikir positif untuk meningkatkan cara berpikir klien yang lebih baik dari negatif ke positif dan penambahan penguatan yang meliputi kebiasaan mengucap kalimat "saya pasti bisa" dan sekaligus meningkatkan motivasi hidup yang kerap sekali terabaikan sehingga dapat memacu semangatnya dalam menjalani hidup yang lebih baik dalam diri klien yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini, dan juga tanggapan dari konselor adiksi narkoba, psikolog, teman klien tentang kesehariannya, tentang bagaimana klien berperilaku ataupun memberikan tanggapan dari pola pikir yang diutarakan.

Setelah mengetauhinya maka peneliti akan membuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi konsep, dan membuat rancangan data-data yang peneliti perlukan.

2) Memilih lapangan penelitian

Dalam hal ini peneliti memilih tempat rehabilitasi di plato foundation Surabaya

3) Mengurus perizinan

Peneliti akan meminta izin dengan membuat surat secara tertulis, ditujukan kepada penanggung jawab di plato foundation surabaya.

4) Menjajaki dan memilih keadaan lapangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti berencana mengenali keadaan yang sesuai dengan kondisi lapangan, baik itu keadaan suasana di tempat rehabilitasi pada saat klien melakukan aktifitas kesehariannya dalam proses pemulihan sebagai pecandu narkoba, serta menyiapkan perlengkapan yang diperlukan dilapangan, kemudian peneliti mulai mengumpulkan data yang ada dilapangan.

5) Memilih dan Memanfaatkan Informan

Dalam hal ini peneliti memilih Bapak Moch. Choliq Al Muchlis. S.Hi sebagai koordiantor layanan pemulihan adiksi narkoba serta ibu Berliana Widi Scarvanovi, M.Psi, Psikolog, yang memegang kendali atas klien tersebut

6) Menyiapkan Perlengkapan Penyajian

Peneliti menyiapkan perlengkapan yang dibutuhkan pedoman wawancara, alat tulis, buku, handphone sebagai alat perekam suara, perlengkapan fisik, izin penelitian, dan semua yang berhubungan dengan penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan deksripsi lapangan.

b. Tahap Lapangan

a. Memahami latar penelitian

Sebelum peneliti memasuki lapangan, peneliti perlu memahami latar penelitian terlebih dahulu. Disamping itu perlu mempersiapkan diri baik fisik maupun mental.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Memasuki Lapanngan

Saat memasuki lapangan peneliti akan menjalin keakraban hubungan dengan subjek-subjek penelitian, sehingga akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan data dan informasi. Hal yang perlu dilakukan oleh peneliti adalah harus mampu mempelajari bahasa yang digunakan oleh subjek-subjek penelitian serta kebiasaanya supaya dapat mempermudah dalam menjalin suatu keakraban.

c. Berperan serta dalam pengumpulan data

Dalam tahap ini peneliti harus berperan aktif di lapangan tersebut, kemudian pengarahan batas studi serta memulai memperhitungkan batas waktu, tenaga ataupun biaya. Disamping itu juga mencatat data yang telah di dapat di lapangan dan kemudian di analisis di lapangan.

6. Teknik pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan proses pengamatan peneliti menggunakan pancaindra dengan seksama.[20] Mata yang tidak sekedar memandang, tetapi memandang dengan penuh perhatian, telinga yang mendengar dengan penuh pemahaman, dan lain sebagainya. Kemudian hasil

20 Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial* (Surabaya: Airlangga University Press, 2001), hal. 142.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengamatan itu peneliti analisis dengan menggunakan ilmu yang berkaitan dengan hasil pengamatan tersebut.

Ada beberapa aspek yang diamati oleh peneliti, yakni aspek fisik dan psikis. Aspek fisik maksudnya segala sikap dan perilaku yang tampak kemudian diiringi dengan ekspresi tertentu. Adapun aspek psikis maksudnya makna kejiwaan (berupa perasaan, pikiran) yang tersingkap dari ekspresi yang dimunculkan.

Peneliti mengambil metode observasi nonpartisipan di mana peneliti tidak ikut serta dalam proses kehidupan yang dijalani oleh klien. Peneliti hanya mengamati saja yang bertujuan agar dapat memahami kondisi yang sebenarnya. Observasi ini dilakukan untuk mengetahui aktifitas klien, baik aktifitas berupa verbal maupun nonverbal, sikap dan perilaku yang dimunculkan. Observasi ini dilakukan sebelum dan sesudah proses Terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup dilaksanakan dengan tujuan agar dapat membedakan tingkat cara berpikir sebelum dan sesudah proses terapi tersebut yang diharapkan adanya peningkatan cara berpikir yang lebih baik dari berpikir negatif menuju ke berpikir positif dengan semangat hidup yang dapat muncul dalam diri klien

b. Wawancara

Wawancara merupakan proses tanya jawab yang dilakukan oleh peneliti kepada pihak yang diwawancarai yang hasilnya berbentuk tanggapan, pendapat, keyakinan, perasaan, hasil pemikiran, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengetahuan seseorang tentang segala sesuatu yang dipertanyakan sehubungan dengan masalah penelitian[21]. Hasil dari wawancara tersebut akan menjadi pelengkap data yang dibutuhkan oleh peneliti.

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti berupa wawancara terbuka dan tertutup. Wawancara tertutup maksudnya wawancara yang dilakukan dalam kondisi subjek tidak mengetahui kalau diwawancarai. Wawancara tertutup ini dilakukan pada saat ada persoalan kursial yang dialami oleh klien. Adapun wawancara terbuka dilakukan dalam kondisi subjek menyadari dan tahu tujuan dari wawancara[22].

Wawancara ini dilakukan sebelum dan sesudah proses Terapi berpikir positif. Wawancara yang dilakukan sebelum proses Terapi berpikir positif bertujuan agar memperoleh informasi tentang sifat, sikap, prilaku, maupun kebiasaan sehari-hari klien. Adapun wawancara yang dilakukan setelah proes Terapi berpikir positif bertujuan untuk menggali informasi tentang dampak dari pelaksanaan Terapi. Dengan demikian, akan diketahui ada tidaknya perubahan-perubahan pada pola sifat, sikap, dan perilaku klien.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data kualitatif dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat oleh subjek

---

21 Hadari Nawawi & Martini Hadari, *Instrumen Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1995), hal. 98.

22 Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), hal. 143–144.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri atau orang lain tentang subjek[23]. Dokemuntasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya- karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan *(life histories)*, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain[24]. Untuk mendapatkan gambar berupa data yang berupa gambar, peneliti perlu memotret tentang keadaan lingkungan klien, kegiatan sehari-hari yang dilakukan klien, dan gambar lain yang mendukung data peneltian (proses konseling).

7. Teknik Analisis Data

Analisa data kualitatif menurut bogdan dan Biklen adalah upaya yang dilakukan dengan data, mengorganisasikan data, memilih-milih data menjadi satuan yang dapat di kelola, mensistensikannya, mencari dan menemukan apa yang penting dan yang dipelajari serta memutuskan apa yang diceritakan orang lain.[25]

Teknik analisa data dilakukan setelah proses pengumpulan data yang diperoleh. Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu teknik analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif, yaitu setelah data terkumpul dan diolah selanjutnya di analisa. Analisa yang dilakukan untuk mengetahui tentang proses dengan membandingkan pelaksanaan Terapi berpikir positif terhadap pecandu narkoba dengan kreteria

[23]Haris, Hendriansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta : Salemba Humanika, 2011),hal. 118

[24]Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*,(Bandung : ALFABETA, 2010),hal. 82

[25] Lexy J. Moleong *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung : Remaja Rosdakarya,1988) hal 248

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keberhasilan secara teoritik dengan membandingkan kondisi awal konseli sebelum proses konseling dengan kondisi setelah pelaksanaan proses konseling.

Adapun tahapan analisa data sebagaimana dalam skema berikut:

a. Reduksi data

Memilih hal yang pokok sesuai dengan tema yang penting dalam penelitian ini.

b. Penyajian Data

Dinarasi sehingga mudah untuk dianalisis terkait masalah yang ada dilapangan.

c. Verifikasi

Kesimpulan untuk menjawab permasalahan yang ada.[26]

8. Uji Keabsahan Penelitian

Salah satu hal yang terpenting dalam sebuah penelitian adalah uji keabsahan hasil penelitian. Uji keabsahan hasil penelitian sebagai tolak ukur dari kualitas hasil penelitian. Peneliti menggunakan teknik keabsahan data sebagai berikut:

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data, keikut sertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi melakukan perpanjangan keikutsertaan pada penelitian. Perpanjangan keikutsertaan berarti peneliti tinggal dilapangan

[26] Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*,(Bandung : ALFABETA, 2010) hal. 82

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penelitian sampai pengumpulan data tercapai, dalam hal ini yang dilakukan oleh peneliti diantaranya :

1. Menjenguk klien untuk mengobrol dan medengarkan keluh kesahnya pada saat AM meeting dan PM meeting di tempat Rehabilitasi Plato Foundation
2. Sesekali Menemani klien dalam menjalani proses pemulihannya di tempat rehabilitasi
3. Triangulasi data atau Triangulasi sumber data yang berbeda untuk mengumpulkan data yang sejenis .diantaranya peneliti mewawancarai teman terdekat , keluarga jika ada, dan konselor yang bertanggung jawab dalam proses menangani masa pemulihan klien.
4. Triangulasi metodologis

   Jenis triangulasi ini biasanya digunakan oleh seseorang peneliti dengan pengumpulan data sejenis tetapi dengan menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda.[27] Dalam hal ini peneliti mewawancarai informan yang terkait dengan klien, seperti keluarga klien (ayah, ibu, dan saudara klien) dengan teman dekat klien.

[27] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* (Bandung : CV.ALFABETA,2011) hal 275

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

G. Sistematika Pembahasan

Proposal penelitian ini disusun berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan. Merupakan landasan umum dari penelitian ini. Pendahuluan terdiri dari Latar Belakang Masalah; Rumusan Masalah; Tujuan Penelitian; Manfaat Penelitian; Definisi Konsep; Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka. Bagian yang menguraikan berbagai literatur yang berhubungan dengan penelitian ini, antara lain: Pengertian terapi berpikir positif, macam-macam berikikir positif, ciri-ciri pribadi berpikir positif, penerapan terapi berpikir positif, pengertian motivasi, pengertian pecandu narkoba, penyalahgunaan narkotika, dampak fisik, psikis dan social.

Bab III Penyajian pustaka. Pada bab ini terdiri dari dua sub bab, yakni deskripsi umum penelitian, meliputi deskripsi lokasi, identitas klien, dan gambaran kasus tentang berfikir positif terhadap pecandu narkoba di plato foundation Surabaya.

Pada bab ini juga menyajikan deskripsi hasil penelitan meliputi proses terapi berfikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup terhadap pecandu narkoba yang mana mengubah pola pikir dari yang negatif menuju ke positif

Bab IV analisis data menyajikan tentang temuan penelitian, bagaimana data yang itu digali dan ditemukan beberapa hal yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendukung penelitian, konfirmasi temuan dengan teori, dimana temuan peneltian tadi dikaji dengan teori yang ada. Pada bab ini membahas tentang analisa upaya pelaksanaan terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup terhadap pecandu narkoba di plato foundation Surabaya

Bab V penutup, pada bab ini terdiri dari simpulan dan saran yang menjelaskan hasil simpulan dari data yang dipaparkan dan saran bisa berupa rekomendasi untuk penelitian yang terkait dengan hasil penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Terapi Berpikir Positif

a. Pengertian Terapi Berpikir Positif

Kata *"therapy"* bermakna pengobatan dan penyembuhan, sedangkan dalam bahasa arab kata "therapy" sepadan dengan Istishfa yang berasal dari Shafa-Yashfi-Shifaa-an, yang artinya menyembuhkan.[28] Di dalam Al-Qur'an ada beberapa ayat yang memuat kata Shifa' diantaranya :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلا خَسَارًا

"Dan Kami turunkan dari Al Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang lalim selain kerugian".(QS. Al-Israa:82)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman".(QS. Yunus: 57)

[28] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islam*, (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2001),h.221

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terapi merupakan penerapan sistematis dari sekumpulan prinsip belajar terhadap suatu kondisi atau tingkah laku yang dianggap menyimpang dengan tujuan melakukan perubahan. Perubahan yang dimaksud bisa berarti menghilangkan, mengurangi, meningkatkan, atau memodifikasi suatu kondisi atau tingkah laku tertentu.

Pemikir adalah orang yang meletakkan pikiran diakalnya. Inilah sumber segala sesuatu. Pemikirlah yang menentukan keinginnya, kemudian dia memilih cara dan merealisasikan dengan perbuatan. Seorang pemikir bebas memilih: apakah ia meletakkan pikiran negatif atau positif diakalnya, pikiran spiritual atau duniawi, pikiran yang menjaga kesehatan atau yang merusaknya.[29]

Menurut Albert "berpikir positif" adalah kemampuan seseorang untuk memfokuskan perhatian kepada sisi positif dari suatu hal dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Berpikir positif merupakan cara berpikir individu yang selalu memandang segala sesuatu dari segi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun situasi yang dihadapi. seseorang yang berpikir positif mampu melihat setiap masalah dari sudut pandang yang positif meskipun masalah yang dihadapi cukup berat.

Berpikir positif diawali dengan sebuah keyakinan pada diri sendiri. Keyakinan bahwa dirinya mampu. Keyakinan yang mengatakan bahwa diri beliau "bisa". Jika anda melihat diri anda "bisa", maka anda akan

[29] Kurniawan Hari, *Terapi Berfikir Positif dengan Alqur'an dan Al hadist,* (Yogyakarta: Araska Publisher, 2015), Hal. 12-14

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"bisa". Jika anda melihat diri anda akan menghasilkan, maka anda akan menghasilkan. Jika anda tidak bisa melakukan hal seperti ini, maka anda masih dikuasi oleh pikiran negatif. Berpikir positif tidak hanya sebatas pada ranah kognitif saja, tetapi juga mengarahkan perasaan dan tindakan kita pada hal - hal yang positif. Sebaliknya, pikiran yang negatif akan menimbulkan perasaan negatif yang selanjutnya mempengaruhi kita untuk melakukan tindakan - tindakan negatif.[30]

Menurut Arnold Berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya. Cara berpikir tersebut mengandung gerak maju yang penuh dengan daya cipta atas unsur-unsur yang nyata dalam kehidupan manusia. Setiap pemikir positif memandang setiap kesulitan dengan akal sehat sehingga dia tidak akan terpengaruh hingga menyebabkannya berputus asa dalam menghadapi tantangan.[31]

Berpikir positif akan mendorong pengembangan potensi diri secara optimal sehingga individu akan terhindar dari konflik baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain. Selain itu, dengan membiasakan diri untuk berpikir positif dalam kehidupan sehari-hari maka akan menciptakan kehidupan yang positif. Berdasarkan definisi-definisi tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa berpikir positif adalah cara berpikir yang terlatih untuk memandang diri sendiri, orang lain, dan situasi dari segi yang positif sehingga akan menghasilkan sikap, perasaan,

[30] Dr.Musa Rasyid El-Bahdal, *Asyiknya Berpikiran Positif*, (Jakarta : Penerbit Zaman, 2010), Hal. 41-41

[31] Jonathan Ling, *Psikologi kognitif*, (Jakarta : Erlangga, 2012), Hal. 173

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan perkataan yang tidak merugikan diri sendiri dan orang lain serta tidak bertentangan dengan norma yang berlaku.[32]

b. Macam - Macam Berpikir Positif Antara Lain :

a) Berfikir positif untuk menguatkan cara pandang

Berpikir positif jenis ini digunakan seseorang untuk mengukuhkan cara pandangnya tentang sesuatu. Dengan demikian, ia akan merasa pandangannya benar walau hasilnya negatif. Contoh : perokok yang membenarkan pendapatnya tentang merokok Menurutnya, rokok bisa menenangkan saraf dan membuatnya stabil dalam bekerja atau berinteraksi dengan anak -anaknya. Karena itu ia merokok agar tetap stabil.

b) Berfikir positif karena pengaruh orang lain

Contoh : ketika menonton acara binaraga dan olahragawan, anda tiba-tiba ingin berolahraga. Bisa jadi anda benar-benar memulainya kemudian selalu berlatih sampai mendapat berat badan dan kesehatan yang diinginkan. Bisa jadi pula kegiatan olahraga itu anda tinggalkan setelah melakukan beberapa kali. Pengaruh berpikir positif seperti ini bisa jadi negatif bagi sebagian orang yang terpengaruh oleh orang lain, tapi kemudian kehilangan semangat dan merasa frustasi. Bisa juga berpengaruh positif dan mendorong seseorang untuk ikut memulai dan tidak membuang-buang waktu untuk sesuatu yang negatif atau berkeluh kesah. Justru ia terus berbuat, menganalisis, dan

[32] Umma Azura, *Berpikir Positif*, (Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, 2014), Hal. 49

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memperbaiki perbuatannya sampai ia berhasil meraih yang diinginkan.

c) Berfikir positif karena momen tertentu

Pernahkan anda bertanya, mengapa perilaku manusia menjadi lebih baik di bulan Ramadhan dan bulan-bulan suci lainnya ? Momen tersebut memiliki ikatan spiritual dengan manusia. Tak seorang pun membuat Allah murka dan semua orang tentu ingin mendaparkan kebaikan yang banyak. Dengan demikian, orang akan memerhatikan perilakunya dan berhati-hati dalam bersikap terhadap orang lain dan pada diri sendiri. Tetapi setelah bulan Ramadhan ia kembali seperti sedia kala, bahkan bisa lebih buruk. Mengapa demikian? karena pikiran dan perilaku positifnya bergantung pada momen tertentu, bukan pada nilai-nilai yang berlaku sepanjang masa.

d) Berfikir positif saat menghadapi kesulitan

Ketika seseorang mengidap penyakit berbahaya, kehilangan salah satu organ tubuhnya karena sebuah kecelakaan, atau kehilangan orang yang dicintai, ia melalui beberapa tahapan kejiwaan yang bisa berlangsung sekian lama. Ia juga dapat berhenti pada sikap menerima, berusaha untuk tetap maju, berpikir positif, dan focus pada upaya menyelesaikan masalah. Sebagian orang mengahadapi masalah dalam hidupnya dengan sikap negatif dan menjadi dendam pada segala sesuatu. Pikiran negatif, konsentrasinya pada kemungkinan terburuk,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan perasaan negatif. Tentu saja hal ini mempengaruhi perilaku dan semua sisi hidupnya.

e) Selalu berfikir positif

Inilah jenis berpikir positif yang paling baik dan paling kuat karena tidak berpengaruh oleh ruang, waktu dan pengaruh lainnya. Ia telah menjadi kebiasaan. Ada masalah atau tidak, ia selalu bersyukur pada Allah. Selanjutnya,ia berpikir mencari solusi dari segala kemungkinan hingga pikiran itu menjadi kebiasaan hidupnya. Orang yang memiliki kepribadian semacam ini akan menjalani hidup dengan damai, tenang, dan bahagia[33]

c. Ciri-Ciri Pribadi Berpikir Positif

a) Beriman, memohon bantuan, dan tawakal kepada Allah

Kepribadian positif adalah kepribadian yang beriman kepada Allah, tawakal kepada-Nya, dan meminta pertolongan kepada-Nya disetiap waktu. Allah berfirman, “kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad maka tawakallah kepada Allah, sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang tawakal kepada-Nya”. (Al-Imran :159)

b) Selalu mencari jalan keluar dari berbagai masalah

Pribadi yang sukses mengetahui hukum konsentrasi dan cara mengesampingkan hal-hal lain agar tetap focus pada sesuatu yang diinginkan. Karena itu ia menyiapkan konsentrasi pada berbagai

[33] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), Hal. 210-220

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemungkinan jalan keluar. Ia mengetahui bahwa segala masalah pasti ada penyelesainnya secara spiritual. Ia hadapi segala sesuatu dengan santai kemudian dipahami secara positif. Ia terus berfikir seperti itu, apapun pandangan orang lain dan pengaruh yang ada, sampai ia benar-benar berhasil menemukan jalan keluar dari masalah yang dihadapi.

c) Hidup dengan cita-cita, perjuangan dan kesabaran

Pribadi yang sukses tahu betul bahwa tanpa cita-cita pasti hidup ini terasa sempit. Tanpa cita-cita seseorang akan hilang ditelan gelombang kesulitan, perasaan negatif, pikiran negatif, dan berbagai aneka penyakit kejiwaan atau fisik. Pribadi yang sukses tahu bahwa cita-cita adalah pondasi kemajuan. Tanpa cita-cita, segala sesuatu akan terhenti. Tanpa perbuatan dan perjuangan, kemajuan tidak akan pernah terjadi. Karena itu pribadi yang sukses selalu berusaha keras dalam mengejar cita-cita dan menghadapi tantangan hidup. Ketika ia berpikir tentang segala kemungkinan, ia bersabar menghadapi kesulitan yang terjadi. Karena, dasar kepribadian adalah cinta kepada Allah, tawakal pada-Nya, dan yakin bahwa Dia tidak akan menyia-nyiakan pahala bagi orang yang berbuat baik.[34]

d) Melihat masalah sebagai tantangan

Bagi orang berpikir positif, masalah dalam kehidupan adalah sesuatu yang harus dihadapi, yang harus dicari jalan keluarnya.

[34] Gloria Steinem, *Mengubah Keadaan Untuk Mencapai Puncak Sukses*, (Jakarta : Binarupa Aksara,2010), Hal. 27

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menyelesaikan masalah adalah seni, mampu mengatasi masalah adalah kepuasan diri. Bandingkan dengan orang-orang berpikir negativ yang memandang masalah sebagai cobaan hidup yang terlalu berat dan membuat hidupnya paling sengsara di dunia.

e) Menikmati hidupnya

Pemikiran positif akan membuat orang menerima keadaannya dengan besar hati, meski tak berarti tidak berusaha untuk mencapai kehidupan yang lebih baik.

f) Pikiran terbuka untuk menerima saran dan ide.

Menerima dan mengakui usul, saran, ide orang lain bukanlah suatu aib, tapi justru beranggapan semuanya itu akan menjadi lebih baik, lebih lengkap, lebih sempurna. Segera menghilangkan pikiran negatif jika pikiran tersebut muncul. Pikiran negatif adalah racun, sesuatu yang merusak yang akan mempengaruhi dan membawa kepada keburukan/kegagalan, maka orang berpikir positif selalu berusaha menghilangkan pikiran negatif.

g) Mensyukuri apa yang dimilikinya.

Bersyukur dengan apa yang dimiliki, yang diberikan Allah SWT akan menimbulkan perasaan tenang. Ketenangan adalah modal utama berpikir jernih dan berpikir positif.

h) Tidak membuat alasan, tapi langsung melakukan tindakan.

Mencari alasan/membuat alasan untuk memberikan argumen tidak melaksanakan sesuatu merupakan sikap mencari pembenaran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diri, bagi orang berpikir positif hal tersebut harus dijauhi, karena dalam pola pikirnya yang penting mengatasi masalah/melakukan tindakan bukan mencari alasan mengapa ia tidak melakukan sesuatu.

i) Tidak mendengar gosip yang tidak menentu.

Gosip berkaitan dengan membicarakan hal-hal negatif, maka mendengarkan gosip merupakan perilaku yang dijauhi orang berpikir positif.

j) Tidak membuat alasan, tapi langsung melakukan tindakan.

Mencari alasan/membuat alasan untuk memberikan argumen tidak melaksanakan sesuatu merupakan sikap mencari pembenaran diri, bagi orang berpikir positif hal tersebut harus dijauhi, karena dalam pola pikirnya yang penting mengatasi masalah/melakukan tindakan bukan mencari alasan mengapa ia tidak melakukan sesuatu.

k) Menggunakan bahasa positif.

Bahasa positif menggambarkan sikap optimis, semangat, harapan yang akan membuat dirinya dan orang lain yang mendengar termotivasi untuk melakukan sesuatu.

l) Peduli pada citra diri.

Orang berpikir positif selalu berusaha tampil baik, bukan hanya dari luar, dengan menjaga penampilan fisik tapi juga dari dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dirinya.[35] Gunakanlah konsentrasi dalam masalah apa pun yang ingin anda ganti : dari negatif menjadi positif.[36]

d. Faktor – Factor Penyebab Berpikir Negatif

a) Jauh dari Allah

Kehidupan material, persaingan yang ketat, dan perubahan cepat yang terjadi dalam kehidupan ini membuat banyak orang hanyut terbawa arus hingga menjauh dari Allah.

b) Tidak ada tujuan yang jelas

Menurut saya ada lima jenis manusia :

a. Pertama, orang yang tidak tahu apa yang diinginkan.
b. Kedua, orang yang tahu apa yang diinginkan, tapi tidak melakukan apa pun untuk menggapainya..
c. Ketiga, orang yang tahu apa yang diinginkan dan punya tujuan yang jelas, tapi tidak percaya pada kemampuannya.
d. Keempat, orang yang tahu pasti apa yang diinginkan, tapi ia terpengaruh oleh hal-hal negatif dari luar.
e. Kelima, orang yang tahu apa yang diinginkan dan berusaha keras untuk menggapainya sampai berhasil.

c) Rutinitas yang negatif

Rutinitas negatif yang dimaksud adalah melakukan hal yang sama dengan cara yang sama sepanjang waktu tanpa perubahan.

[35] Ustadz Ms.Hamzah, *Terapy Berpikir Positif Dengan Al – Qur'an*, (Yogyakarta : Araska Pinang Merah, 2012), Hal. 72-76

[36] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), Hal. 281-282

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Contoh : bangun tidur, minum kopi, sarapan, lalu berangkat kuliah. Aktivitas ini selalu dilakukan setiap hari. Begitu pula telah pulang dari kerja, ia melakukan hal yang sama. Begitulah ia berkutat dengan rutinitas yang tersebut hingga hidupnya terasa tidak bermakna.

d) Semangat yang lemah

Ciri-ciri orang yang bersemangat lemah : raut wajahnya kusut, konsentrasinya negatif, perilakunya negatif, emosional, banyak diam, tertutup, dan suka menyendiri.[37]

e. Manfaat Berpikir Positif

a) Mengatasi stress

Berpikir positif membantu anda mengatasi situasi stress, mengabaikan pikiran negatif, mengganti pikiran pesimis menjadi optimis.

b) Menjadi lebih sehat

Pikiran secara langsung mempengaruhi tubuh dan bagaimana cara bekerjanya.

c) Percaya diri

Dengan berpikir positif, maka anda lebih percaya diri dan tidak untuk mencoba menjadi orang lain.

d) Bisa mengambil keputusan dengan benar

[37] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), Hal. 153-160

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berpikir positif mencegah anda memilih keputusan yang salah atau melakukan hal yang bodoh yang kemudian anda sesali. Berpikir positif membuat anda memilih keputusan dengan cepat.[38]

f. Perbedaan Antara Berpikir Positif dan Berpikir Negatif

Berpikir positif	**Berpikir negatif**
Melahirkan antusiasme dan kreativitas dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi anda	Melahirkan kemalasan dan kelemahan, serta merenggut aktivitas dan kreativitas anda
Membuat hubungan anda dengan keluarga, pimpinan, bawahan, teman atau konsumen menjadi semakin baik	Membuat hubungan anda dengan mereka dipenuhi gangguan, keraguan, kegamangan dan kebingungan
Menjadi salah satu sumber peningkatan keimanan dan menguatkan hubungan dengan Allah	Menjadi sebab kejatuhan dan pintu masuk bagi setan dalam diri anda
Memberi inspirasi yang baik, kesan yang dalam, serta kepercayaan dan cinta orang lain kepada diri anda.	Memberi inspirasi yang buruk, menguatkan rasa ragu, dan membuat anda dibenci semua orang

g. Macam - Macam Penerapan Strategi Terapy Berpikir Positif

[38] Athonul Afif, *Mengendalikan Masa Depan* ,(Yogyakarta : IRCiSoD, 2015), Hal. 225

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Strategi Mengubah Konsentrasi

Penerapan terapy berpikir positif salah satu nya dapat dilakukan dengan Strategi mengubah konsentrasi, yang mana setiap orang mulia menjadi mulia dan setiap orang sukses menjadi sukses ketika ia mengerahkan segenap kemampuan dan konsentrasinya untuk tujuan yang positif. Ketika anda mengubah konsentrasi tentang sesuatu, anda harus menghadirkan konsentrasi lain sebagai gantinya. Akal manusia tidak dapat menghapus pengalaman, tapi dapat mengganti satu pengalaman dengan pengalaman lain. Strategi mengubah konsentrasi adalah sekumpulan pertanyaan yang tanpa sadar kita gunkana ketika menghadapi masalah. Strategi ini sama dengan kegiatan evaluasi diri dalam menghadapi pengalaman hidup. Jika evaluasi ini negatif maka seseorang akan bersikap negatif. Ketika evaluasi diri bersifat positif makan hasilnya pun positif.

Contoh mengunakan strategi mengubah konsentrasi :

1. Pikirkan satu pengalaman negatif yang pernah anda alami baru-baru ini
2. Ajukan beberapa pertanyaan berikut ini pada diri sendiri. Sebelum berpindah ke pertanyaan lain, tulis jawaban pertanyaan yang ada.
   a. Apa masalah yang sebenarnya ?
   b. Sejak kapan anda menghadapi masalah ini ?
   c. Mengapa anda menghadapi masalah ini ?

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Siapa yang menyebabkan masalah ini hadir dalam kehidupan anda ?

e. Bagaimana masalah ini menghalangi impian hidup anda ?

f. Kapan masalah ini menimbulkan dampak paling buruk ?

3. Setelah menjawab pertanyaan di atas, ceritakanlah perasaan anda. Perasaan anda pasti negatif dengan pertanyaan-pertanyaan di atas memusatkan anda pada inti masalah dan sifat negatifnya. Gunakan konsentrasi positif :

a. Pikirkan masalah yang sama dan jawab pertanyaan berikut ini :

1) Apa yang anda inginkan ?

2) Mengapa anda menginginkannya ?

3) Kapan anda menginginkannya ?

4) Bagaimana anda dapat meraihnya ?

5) Ketika berhasil mendapatkan apa yang inginkan, apa yang terasa lebih baik dalam hidup anda ?

6) Bagaimana cara terbaik menyelesaikan hambatan ini ?

7) Apa yang harus anda mulai lakukan saat ini untuk meraih apa yang anda inginkan ?

b. Setelah menjawab pertanyaan di atas, bagaimana perasaan anda?

Perasaan anda tentu berbeda karena konsentrasi yang pertama bersifat negatif, sedangkan konsentrasi kedua bersifat positif dan memotivasi anda untuk menyelesaikannya. Mulai saat ini, gunakanlah konsentrasi dalam masalah apa pun yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ingin anda ganti : dari negatif menjadi positif.[39] Jadilah orang yang positif agar anda merasakan kehidupan yang damai, mewujudkan tujuan tanpa ragu, dan memandang kehidupan dengan pandangan yang luas.[40]

b) Strategi Mengubah Masa Lalu

Langkah-langkah sebagai berikut :

1. Pikirkan satu pengalaman negatif yang anda alami pada masa lalu, lantas perhatikan ekspresi wajah, gerak tubuh, perasaan, dan perilaku anda.
2. Pikirkan pelajaran yang dapat anda petik dari pengalaman itu.
3. Bayangkan waktu membawa anda kembali ke masa lalu dan menghadapi peristiwa yang sama, siapkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai. Gunakan keterampilan yang telah anda pelajari. Perhatikan perasaan, pasti anda merasa lebih baik karena anda memanfaatkan pelajaran yang telah anda dapatkan. Persepsi dan pikiran anda positif
4. Bayangkan anda menghadapi masalah serupa di masa yang akan datang. Perhatikan sikap dan perasaan anda. Akal anda pasti semakin lihai berinteraksi dengan masalah seperti itu. Karena itu, lakukan berkali-kali strategi ini agar masa lalu menjadi pengalaman berharga.

c) Strategi hasil yang positif

[39] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), h.281-282

[40] Ahmad Fanani, *Tips Menjadi Pribadi Lebih Hebat*, (Jogjakarta : Katahati, 2010),h.341

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Strategi hasil positif akan membantu anda memusatkan perhatian pada hasil lain yang memungkinkan untuk beralih padanya. Contoh strategi hasil yang positi ini :

1. Pikirkan masalah yang anda hadapi saat ini.
2. Pikirkan perilaku negatif yang anda gunkan untuk menyikapi nya.
3. Pikirkan dampak yang ditimbulkan oleh perilaku anda.

Perasaan anda tentu negatif karena perilaku anda tidak sesuai dengan rencana dan anda tidak mendapat hasil yang diinginkan. Agar dapat keluar dari kondisi negatif ini, tariklah nafas dalam-dalam sebanyak tiga kali.

Langkah-langkah strategi hasil yang positif :

1. Pikirkan masalah yang sama dan anda tidak mendapatkan hasil yang diinginkan.
2. Pikirkan perilaku positif yang dapat anda gunakan.
3. Perhatikan perasaan anda sekarang. Anda pasti merasakan sesuatu yang positif karena anda mendapatkan hasil positif yang diinginkan.
4. Tariklah nafas dalam-dalam sebanyak tiga kali, pejamkan mata, bayangkan anda kembali ke masa lalu dan menemui orang itu lagi. Bayangkan anda begitu percaya diri dan mendapat hasil yang anda inginkan. Satukanlah perasaan anda dengan hasil yang anda dapatkan, lalu tarik nafas dalam-dalam sebanyak tiga kali, dan bukalah mata anda.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Bayangkan anda berada pada masa yang akan datang dalam tiga posisi yang berbeda, berhadapan dengan orang-orang penting. Perhatikanlah diri sendiri dengan perilaku yang menunjukkan rasa percaya diri dan anda mendapatkan segala yang anda inginkan.[41]

2. Motivasi Hidup

a. Pengertian Motivasi Hidup

Istilah motivasi berasal dari bahasal dari bahasa latin *movere* yang dalam bahasa inggris berarti *to move* yang artinya mengerjakan. Motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan. [42] Motivasi merupakan usaha-usaha yang dilakukan untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan ketika seseorang tidak suka, maka ia akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu.[43] Motivasi adalah perubahan energi di dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feeling*" dan di dahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari beberapa pendapat di atas, motivasi dapat diartikan sebagai dorongan atau penggerak sesorang untuk melakukan sesuatu demi tercapainya tujuan.[44] Motivasi merupakan

[41] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), Hal. 271-284

[42] Ali Mustofa, *Pengaruh Layanan Informasi Dengan Menggunakan Media Grafis Terhadap Motivasi belajar Siswa*, (Jurnal Pendidikan, Volume 1, Nomor 1, Oktober 2014), Hal. 4

[43] Suprat Dwi Cahyono, Pengaruh Self Efficacy dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika, (Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Volume 3, Nomor 5, 2016), Hal. 560

[44] April Riani Putri, *Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar*, (Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Volume 3, Nomor 5, 2016), Hal.12

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dorongan dasar yang menggerakan seseorang bertingkah laku.[45] Kata "motif", diartikan sebagai upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Berawal dari kata (motif) itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan atau mendesak.[46]

Motivasi adalah dorongan atau tenaga penggerak yang berasal dari dalam diri untuk terus semangan dalam menjalani kehidupan sehingga dapat melakukan kegiatan sehari-hari dan dapat mencapai keinginan dan harapan dalam hidup. Motivasi hidup dapat meningkatkan harapan hidup seseorang. Harapan hidup merupakan dimana usia dimana seseorang yang lahir pada waktu dan tempat tertentu memiliki kecenderungan untuk hidup secara statistik, berdasarkan usia dan status kesehatannya pada saat ini. Usia adalah seberapa panjang seseorang hidup.[47]

Motivasi hidup yaitu dorongan, hasrat, keinginan, dan tenaga penggerak lainnya yang berasal dari dalam dirinya. Motif itu memberi tujuan arah kepada tingkah laku kita. Juga berbagai kegiatan yang biasanya kita lakukan sehari-hari mempunyai motif tersendiri.[48] Dalam hal ini dikemukakan oleh beberapa ahli yang memberikan definisi tentang motivasi sebagai berikut :

---

[45]Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), Hal.10

[46] Sardirman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada,2006), Hal.73

[47] Diane E. Papalia, DKK, *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Ke Sembilan* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), hal. 846.

[48]Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia. 2011) hal. 267

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Menurut Prench

Motivasi adalah keinginan dan kemauan seseorang untuk mencurahkan segala upayanya dalam mencapai tujuan atau hasil tertentu.

b. Menurut Samuel Soetoe

Motivasi adalah suatu perubahan energi yang berciri timbulnya suatu perasaan yang didahului oleh reaksi-reaksi ingin mencapai tujuan.[49]

c. Menurut James O. Whittake

Motivasi adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau memberi dorongan kepada makhluk untuk bertingkah laku mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi tersebut.[50]

d. Robert E Slavin

Motiivasi adalah sesuatu yang menyebabkan anda melangkah, membuat anda tetap melangkah, dan menentukan kemana anda mencoba melangkah.[51]

---

[49] Samuel Soetoe, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung : Penerbit Fakultas EkonomibUI, 1982),hal. 52.

[50] Drs. Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan* ,(Jakarta : Rineka Cipta, 1990), Hal. 193.

[51] Robert E Slavin, *Psikologi Pendidikan*, Teori dan Praktek, (Jakarta : Permata PutriMedia, 2011), Hal. 99.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Motivasi yaitu keputusan yang merupakan dorongan individu untuk melaksanakan sesuatu yang diingikan atau dikehendakinya. [52] Suatu keberadaan dalam diri individu atau organisme yang mendorong prilaku kearah tujuan, dengan demikian dapat dikemukakan bahwa motivasi itu mempunyai aspek :

d. Suatu keberadaan yang terdorong terdapat dalam diri individu atau organisme yaitu kesiapan bergerak karena kebutuhan.
e. Perilaku yang timbul dan terarah karena keadaanya.
f. Goal atau tujuan yang dituju oleh prilaku tersebut.[53]

Maslow sangat percaya bahwa tingkah laku manusia dibangkitkan dan diarahkan oleh kebutuhan-kebutuhan tertentu seperti kebutuhan fisiologis, rasa aman, rasa cinta, penghargaan aktualisasi diri, mengetahui dan mengerti. Kebutuhan inilah menurut Maslow yang mampu memotivasi tingkah laku individu. Oleh karena itu, apa yang seseorang lihat tentu akan membangkitkan minatnya sejauh apa yang ia lihat mempunyai hubungan dengan kepentingannya sendiri.[54]

Dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah merupakan sejumlah proses-proses psikologikal, yang menyebabkan timbulnya, di arahkannya dan terjadinya persistensi kegiatan-kegiatan sukarela (volunteer), yang diarahkan ketujuan tertentu, baik yang bersifat internal atau eksternal bagi

---

[52] Holijah Hasan,*Dimensi-Dimensi Psikologi Pendidikan*, (Surabaya : PF Al-Ikhlas,1994), Hal. 13

[53] Moh Washshi, *mencapai keluhanuarga Barokah*, (Yogyakarta : Mitra Puataka,2005), Hal. 151-164

[54] Syaiful Bahri, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), Hal.114

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

seseorang individu, yang menyebabkan timbulnya sikap antusiasme dan persistensi.

Dari definisi tersebut penulis menjelaskan bahwa dalam penelitian ini adalah dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk dapat menerima kondisi sakit yang diderita sehingga dapat bersemangat dalam menjalani kehidupan. Indikator jika seseorang memiliki motivasi hidup dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

5. Mampu mengaktualisasikan diri
6. Tidak bermalas-malasan dalam menjalani kehidupan.
7. Tidak banyak mengeluh.
8. Menerima kondisi kehidupannya.

b. Pengelompokan motivasi

Ada beberapa macam pengelompokan yang di kemukankan oleh para ahli meskipun penamaanya Nampak berbeda namun isinya banyak kesamaan antara satu dan yang lainnya, pengelompokan itu diantaranya sebagai berikut: Pertama, Pengelompokan Motivasi Primer dan Sekunder:

a. Motivasi Primer

Motivasi Primer juga disebut motivasi dasar (*basicmotivation*) atau (*biological*) (karena berasal dari kebutuhan biologi). Motivasi ini menunjukkan kepada motivasi yang tidak di pelajari. Dengan kata lain motivasi ini bersifat naluria. Motivasi primer meliputi :

1) Dorongan Fisiologis motif ini bersumber pada kebutuhan organis (*organic need*) yang meliputi:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Dorongan untuk makan, minum dan bernafas

b) Dorongan untuk mengembangkan keturunan

c) Dorongan untuk beristirahat dan bergerak.

d) Dorongan umum dan motivasi darurat

Walaupun pada dasarnya motivasi ini telah ada sejak lahir, namun bentuk-bentuknya yang sesuia dengan perangsang tertentu berkembang karena yang di pelajari, yang termasuk motivasi di antaranya meliputi:

a. Dorongan takut

b. Dorongan kasih saying

c. Dorongan ingin tahu

d. Dorongan untuk melarikan diri (*escape motive*)

e. Dorongan untuk menyerang (*combat motive*)

f. Dorongan untuk berusaha (*effort motive*)

g. Dorongan untuk mengejar (*pursuit motive*)

b. Motivasi Sekunder

Motivasi ini seringkali disebut juga motivasi yang disyaratkan secara social, karena manusia hidup dalam lingkungan social dengan sesama manusia, sehingga motivasi ini disebut juga motivasi social, motivasi sekunder (*social*) ini merupakan motivasi yang di pelajari dalam arti motivasi ini berkembang karena pengalaman.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam perkembangannya motivasi ini di pengaruhi oleh tingkat peradaban, adat istiadat dan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat tempat individu berada kedalam golongan ini termasuk , antara lain:

1) Dorongan untuk belajar ilmu pengetahuan
2) Dorongan untuk mengejar suatu kedudukan (status)
3) Dorongan berprestasi
4) Motivasi-motivasi objektif (eksplorasi, manipulasi, dan menaruh minat)
5) Dorongan ingin di terima,dihargai, persatuan merasa aman
6) Dorongan untuk dikenal dan sebagainya.[55]

c. Bentuk – Bentuk Motivasi

1) Motivasi Intrinsik (dari dalam diri)

keinginan yang timbul atau niat untuk memberi dorongan/dukungan dalam melakukan sesuatu.

a). jenis-jenis Motivasi Instrinsik :

(1). Kompetisi dapat di gunakan sebagai alat motivasi untuk melanjutkan kejenjang pendidikan

(2). Mempunyai hasrat atau keinginan, berarti ada unsur kesenjangan untuk belajar, hasrat untuk belajar di sini berarti pada diri seorang pacandu yang memang ada motivasi untuk melanjutkan hidup yang lebih baik.

b). Motivasi ekstrinsik

lingkungan baik teman, keluarga atau masyarakat sekitarnya.[56]

[55] J. Winardi, *Motivasi dan Kemotivasian Dalam Managemen*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), Hal. 27-28

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Fungsi Motivasi yaitu sebagai berikut :

1) Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan.

2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah. Artinya mengarahkan perbuatan kepencapaian tujuan yang diinginkan.

3) Motivasi berfungsi sebagai penggerak. Ia berfungsi sebagai mesin bagi mobil. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.[57]

3. Pecandu Narkoba

a. Pengertian Pecandu Narkoba

Narkotika secara bahasa berasal dari bahasa inggris *narcotic*s yang artinya obat bius. Narkotika adalah bahan yang berasal dari 3 jenis tanaman yaitu *Papaper Somniferum, Erytheoxyion and Cannabis Sativa* baik murni maupun bentuk campuran. Cara kerjanya mempengaruhi susunan syaraf yang dapat membentuk kita tidak merasakan apa-apa bahkan bila bagian tubuh disakitin. [58]

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika, narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis maupun semisintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa,

---

[56] Suprat Dwi Cahyono, *Pengaruh Self Efficacy dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika*, (Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Volume 3, Nomor 5, 2016), Hal. 561

[57] Komang Trisna Yuliantari, *Analisis Motivasi Berprestasi Bahasa Indonesia*, (Jurnal Pendidikan, Volume 6, Nomor 3, 2016), Hal. 3

[58] Andi Hamzah, *Kejahatan Narkotika dan Psikotropika*, (Jakarta : Sinar Grafika, 1994), Hal.11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan, yang dibedakan ke dalam golongan-golongan sebagaimana terlampir dalam Undang-Undang ini.

Pasal 54 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika menyatakan bahwa : Pecandu narkotika dan korban penyalahgunaan narkoba wajib menjalani rehabilitasi medis dan rehabilitasi social.[59] Narkoba singkatan dari Narkotika dan obat-obatan terlarang. Adapun beberapa pengertian tentang narkoba, yaitu sebagai berikut :

a. DR. Soedjono, SH, mendefinisikan narkoba sama dengan drug yaitu sejenis zat atau obat yang apabila dipergunakan akan membawa efek dan pengaruh-pengaruh tertentu pada tubuh.
b. Dalam Ensiklopedi Nasional Indonesia disebutkan bahwa narkotika adalah sekelompok zat yang dapat menimbulkan kecanduan (adiksi) mirip *morphine*.
c. Narkotika adalah obat atau zat yang dapat menimbulkan ketidaksadaran atau obat yang menyebabkan tidur atau kecanduan.
d. Narkotika adalah obat untuk menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, menimbulkan rasa ngantuk atau merangsang.

Definisi diatas dapat disimpulkan bahwa narkotika adalah sejenis zat atau obat yang digunakan secara berlebihan dapat mempengaruhi atau bahkan dapat menghilangkan kesadaran karena dapat mempengaruhi fungsi syaraf sentral

[59] Undang – Undang Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan dapat menimbulkan ketergantungan serta mengganggu kesehatan. Sedangkan obat juga terdapat beberapa pengertiannya sebagai berikut :

a. Obat adalah bahan-bahan yang digunakan untuk mempengaruhi system fisiologi (fungsi tubuh dan bagian-bagiannya) atau keadaan patrologi dalam rangka penempatan diagnose, pencegahan (*preventife*), penyembuhan (kuratif), pemulihan (rehabilitative). Dan peningkatan kesehatan.[60]
b. Obat adalah setiap zat atau bahan subtansi jika masuk kedalam tubuh makhluk hidup dapat mengubah satu atau lebih fungsi tubuh.[61]
c. Obat adalah bahan yang dapat digunakan untuk mengurangi dan menghilangkan penyakit atau menyembuhkan seseorang dari penyakit.
d. Obat dalam arti luas, yaitu zat yang dapat mempengaruhi sel makhluk hidup sedangkan obat dalam arti sempit adalah zat atau bahan yang dapat digunakan untuk pengobatan, diagnostic dan pencegahan suatu penyakit.[62]
e. Demikian jelaslah bahwa obat merupakan sejenis zat atau bahan subtansi yang merupakan proses pencegahan, penyembuhan dan pemulihan penykit serta peningkatan kesadaran.

Perkataan Narkotika berasal dari bahasa Yunani yaitu “narke” yang berarti terbius sehingga tidak merasakan apa-apa. Sebagian orang berpendapat bahwa narkotika berasal dari kata “narcissus” yang berarti sejenis tumbuha-

---

[60] Suprapto, *penyalahgunaan obat – obatan terlarang dan kaitannya dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku serta pengaruhnya karena pengedar secara bebas khusus bagi generasi muda remaja*, (Riau : Kantor wilayah departemen Kesehatan, 1999),Hal. 3

[61] Tony Smith, *Penyalahgunaan Obat – obatan*, (Jakarta : Dian Rakyat, 1989),Hal. 4

[62] Ahmad Ferdian, *Tinjauan Hukum Pidana IslamTerhadap Sanksi Penyalahgunaan Narkotika Yang Dilakukan Oleh Anak*, (Skripsi, IAIN Raden Intan Bandar Lampung,2017), Hal. 48-50

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tumbuhan yang mempunyai bungan yang dapat menyebabkan orang menjadi tidak sadarkan diri.[63]

Narkoba (NAPZA) merupakan kepanjangan dari Narkotika, Psikotropika, dan Bahan Adiktif berbahaya lainnya, ialah bahan atau zat yang ketika dimasukkan dalam bdan manusia, baik melalui diminum, dihirup maupun di suntikkan bisa mengubah pikiran, emosi dan juga tindakan seseorang, narkoba juga dapat mengakibatkan ketergantungan fisik dan psikologis.

Kecanduan (adiksi) atau ketergantungan narkoba adalah suatu penyalahgunaan narkoba yang berat sehingga jika mengurangi atau berhenti menggunakan narkoba akan timbul gejala putus narkoba (sakau).untuk mempertahankan pengaruh narkoba seperti semula, pengguna narkoba mengonsumsinya dalam jumlah yang makin lama makin banyak. Keadaan ini disebut *toleransi*.

Narkoba yang sering disalahgunakan dan menyebabkan ketergantungan, antara lain, heroin (*putaw*), sabu (*metamfetamin*), ekstasi, obat penenang, obat tidur, ganja dan kokain. Tembakau dan alkohol (minuman keras) yang sering disalahgunakan juga menimbulkan ketergantungan. [64]

Ketergantungan narkoba pada umumnya disebabkan oleh adanya interaksi beberapa faktor termasuk sifat dari zat yang terkandung di dalam narkoba, faktor individu dan lingkungan. Banyak kasus yang dialami para

---

[63]Hari Sasangka, *Narkotika dan Psikotropika Dalam Hukum Pidana*, (Mandar Maju, Bandung ,2003), Hal.35 .

[64] Lydia Harlina Martono, *Modul Latihan Pemulihan Pecandu Narkoba Berbasis Masyarakat*, (Jakarta : Balai Pustaka,2005),hal.1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pecandu narkoba, seperti merasa malu karena dijauhi, dikucilkan bahkan tidak dianggap ada oleh keluarga karena keluarga merasa malu memiliki anggota keluarga seorang pecandu narkoba. Orang dengan reaksi malu bercirikan lebih memperhatikan diri sendiri, tidak berdaya dan rendah diri.

Pecandu narkoba seringkali stres dan berpikiran negatif karena tertekan oleh apa yang sedang dihadapinya sehingga sulit untuk mencapai kesembuhan. Berdasarkan hal tersebut, akan lebih baik bila pada para pecandu ditanamkan sikap pantang menyerah dengan keadaan yang sedang dihadapi. Kesuksesan seseorang dalam mencapai tujuan ditentukan oleh kemampuannya dalam mengatasi rintangan, stres, kemampuannya dalam menghasilkan emosi positif.[65]

Menurut Abdul Malik Karim Amrullah, pecandu minuman keras dan narkoba sampai mabuk, tidak akan bisa mengendalikan diri dan akalnya. Akibatnya, jiwa yang selama ini dapat ditekan dengan norma kesopanan, jika telah mabuk tidak dapat dikendalikan. Selain mendapat sanksi di akhirat, perbuatan ini juga menjatuhkan martabat manusia.[66]

Salah satu penanggulangan NAPZA yaitu rehabilitasi. Rehabilitasi adalah upaya kesehatan yang dilakukan secara utuh dan terpadu melalui pendekatan nonmedis, psikologis, sosial dan religi agar pengguna NAPZA yang menderita sindroma ketergantungan dapat mencapai kemampuan fungsional seoptimal mungkin. Pada masa rehabilitasi dapat terjadi relaps, di

---

[65] Nur Afni Noviarini dkk, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Pecandu Narkoba Yang Sedang Menjalani Rehabilitas,* (Jurnal Psikologi, Volume 5, Bandung 8-9 Oktober 2013), Hal. 117.

[66] Abdul Malik Karim Amrullah, *Tafsir al Azhar Juz 2*, (Jakarta : Pustaka Panjiman, 1983),Hal. 245

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mana terjadinya relaps pada masa rehabilitasi khususnya pada tiga bulan pertama dapat disebabkan karena perasaan pecandu NAPZA yang ambivalent tentang abstinensi, motivasi dan komitmen yang tidak kuat untuk sembuh dari ketergantungan akan NAPZA, dukungan dari keluarga dan orang terdekatnya.

b. Jenis dan gologan narkoba narkotika antara lain sebagai berikut :

a. Narkotika golongan I adalah narkotika yang paling berbahaya. Daya adiktifnya sangat tinggi. Golongan ini digunakan untuk penelitian dan ilmu pengetahuan. Contoh jenis narkoba golongan satu antara lain adalah : ganja, heroin, kokain, morfin, dan opium.
b. Narkotika golongan II adalah narkotika yang memiliki daya adiktif kuat, tetapi bermanfaat untuk pengobatan dan penelitian. Contoh jenis narkoba golongan dua antara lain adalah : petidin, benzetidin, dan betametadol.
c. Narkotika golongan III adalah narkotika yang memiliki daya adiktif ringan, tetapi bermanfaat untuk pengobatan dan penelitian. Contoh jenis narkoba golongan tiga antara lain adalah : kodein dan turunannya.

Kurangnya penyuluhan dan informasi di masyarakat mengenai bahaya penyalahgunaan narkoba. Untuk itu penyuluhan dan tindakan edukatif harus direncanakan, diadakan dan dilaksanakan secara efektif dan intensif kepada masyarakat yang disampaikan dengan sarana atau media yang tepat untuk masyarakat.

Bahaya pemakaian narkoba sangat besar pengaruhnya terhadap negara, jika sampai terjadi pemakaian narkoba secara besar-besaran di masyarakat,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

maka bangsa Indonesia akan menjadi bangsa yang sakit, apabila terjadi demikian negara akan rapuh dari dalam karena ketahanan nasional merosot.[67]

d. Penyalahgunaan Narkotika :

Dari dampaknya, narkotika bisa dibedakan menjadi tiga :

a. Depresan, yaitu menekan system syaraf pusat dan mengurangi aktifitas fungsional tubuh sehingga pemakai merasa tenang, bahkan bisa membuat pemakai tidur dan tak sadarkan diri. Bila kelebihan dosis bisa mengakibatkan kematian. Jenis narkoba depresan antara lain opioda, dan berbagai turunannya seperti morphin dan heroin. Contoh yang popular sekarang adalah putaw.
b. Stimulant, merangsang fungsi tubuh dan meningkatkan kegairahan serta kesadaran. Jenis stimulant : kafein, kokain, sabu dan ekstasi
c. Halusinogen, dampak utamanya adalah mengubah daya persepsi atau mengakibatkan halusinasi. Halusinogen kebanyakan berasal dari tanaman seperti mescaline dari kaktus dan psilocybin dari jamur-jamuran. Selain itu ada juga yang diramu di laboratorium seperti LSD. Yang paling banyak dipkai adalah mariuana atau ganja.

Kebanyakan zat dalam narkotika sebenarnya digunakan untuk pengobatan dan penelitian. Tetapi karena berbagai alasasan mulai dari keinginan untuk coba-coba, ikut trend, gaya, lambang status social, ingin melupakan persoalan, dll. Maka narkotika kemudian disalahgunakan. Penggunaan terus menerus dan berlanjut akan menyebabkan ketergantungan

[67] Gatot Supramono, *Hukum Narkoba Indonesia*, (Jakarta: Djambatan, 2004), hal 5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau dependensi atau kecanduan. Tingkatan penyalahgunaan biasanya sebagai berikut :

1. Coba-coba
2. Senang-senang
3. Menggunakan pada saat atau keadaan tertentu
4. Penyalahgunaan
5. Ketergantungan

e. Dampak Fisik

a. Gangguan pada system syaraf (*neurologis*) seperti kejang-kejang, halusinasi, gangguan kesadaran, kerusakan syarat tepi.

b. Gangguan pada antung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) seperti : infeksi akut otot jantung gangguan peredaran darah.

c. Gangguan pada kulit (*dermatologis*) seperti penahanan (*abses*), alergi, eksim

d. Gangguan pada paru-paru (*pulmoner*) seperti: penekanan fungsi pernapasan, kesukaran bernafas, pengerasan jaringan paru-paru.

e. Sering sakit kepala, mual-mual dan muntah, murus-murus, suhu tubuh meningkat, pengecilan hati dan sulit tidur.

f. Dampak terhadap kesehatan reproduksi adalah gangguan pada endokrin, seperti : penurunan fungsi hormone reproduksi (*estrogen, progesterone, testosterone*), serta gangguan fungsi seksual

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Dampak terhadap kesehatan reproduksi pada remaja perempuan antara lain perubahan periode menstruasi, ketidakaturan menstruasi dan (*amenorhoe*) tidak haid.

h. Bagi pengguna narkoba melalaui jarum suntik, khususnya pemakaian jarum sutik secara bergantian, resikonya adalah tertular penyakit seperti hepatitis B,C dan HIV yang hingga saat ini belum ada obatnya.

i. Penyalahgunaan narkoba bisa berakibat fatal ketika over dosis yaitu konsumsi narkotika melebihi kemampuan tubuh untuk menerimanya. Over dosis bisa menyebabkan kematian.

f. Dampak Psikis

a. Malas belajar, ceroboh, sering tegang dan gelisah.

b. Hilang kepercayaan diri, apatis, pengkhayal, penuh curiga.

c. Agitatif, menjadi ganas dan tingkah laku yang brutal.

d. Sulit berkonsentrasi, perasaan kesal dan tertekan.

e. Cenderung menyakiti diri, perasaan tidak aman, bahkan bunuh diri

h. Dampak Sosial

a) Gangguan mental, anti social dan asusila, dikucilkan oleh lingkungan.

b) Merepotkan dan menjadi beban keluarga.

c) Pendidikan menjadi terganggu, masa depan suram, dampak fisik, psikis dan social berhubungan erat. Ketergantungan fisik akan mengakibatkan rasa sakit yang luar biasa (Sakaw) bila terjadi putus obat (tidak mengonsumsi obat pada waktunya) dan dorongan psikologis berupa keinginan sangat kuat untuk mengonsumsi (bahasa gaulnya sugest).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gejala fisik dan psikologis ini juga berkaitan dengan gejala social seperti dorongan untuk membohongi orang tua atau teman, mencuri, pemarah, manipulative dll.[68]

4. Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup

a. Penerapan Terapi Berpikir Positif Untuk Pecandu Narkoba

1. Focus, Tarik nafas hembuskan, pejamkan mata
2. Pikirkan satu pengalaman negatif yang anda alami pada masa lalu, lantas perhatikan ekspresi wajah, gerak tubuh, perasaan, dan perilaku anda.
3. Pikirkan pelajaran yang dapat anda petik dari pengalaman itu.
4. Bayangkan waktu membawa anda kembali ke masa lalu dan menghadapi peristiwa yang sama, siapkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai. Gunakan keterampilan yang telah anda pelajari. Perhatikan perasaan, pasti anda merasa lebih baik karena anda memanfaatkan pelajaran yang telah anda dapatkan. Persepsi dan pikiran anda positif
5. Bayangkan anda menghadapi masalah serupa di masa yang akan datang. Perhatikan sikap dan perasaan anda. Akal anda pasti semakin lihai berinteraksi dengan masalah seperti itu.[69]

Indikator Keberhasilan jika seseorang memiliki Berpikir Positif dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memiliki Antusiasme, semangat hidup dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi

[68] BNNP JATIM, *Pedoman Kader Penyuluh Anti Narkoba*, (Surabaya : Ngagel Madya, 2016), Hal. 13-16

[69] Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), h.281-282

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Membuat hubungan yang baik dengan keluarga, teman,dll
3. Mempunyai keimanan dan menguatkan hubungan dengan Allah
4. Memberi Inspirasi baik

b. Bentuk-Bentuk Semangat Hidup

1. Selalu yakin optimis
2. Memutuskan untuk bahagia
3. Totalitas menghadai tantangan
4. Hidup dengan cita-cita dan perjuangan[70].

Indikator Keberhasilan jika seseorang memiliki motivasi hidup dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Mampu mengaktualisasikan diri
b. Tidak bermalas-malasan dalam menjalani kehidupan.
c. Tidak banyak mengeluh.
d. Menerima Perubahan

C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. Judul : Terapi Berfikir Positif Terhadap Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Autis Di SLB PGRI Genteng Banyuwangi

Peneliti : Alfa Jannati Wafda Adwin Putri

NIM : B03213003

Jenis Karya Tulis : Skripsi

Prodi/Fakultas/Kampus : BKI/Dakwah/UIN Sunan Ampel Surabaya

[70]J. Winardi, *Motivasi dan Kemotivasian Dalam Managemen*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), Hal. 29

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tahun : 2017

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan peneliti yaitu penelitian ini sama-sama menggunakan terapi berfikir positif. Adapun perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan penelitian ini yakni peneliti terdahulu masih menjelaskan terapi berpikir positif secara umum tanpa adanya spesifikasi, sedangkan peneliti yang sekarang menggunakan terapi berpikir positif dengan memilih salah satu penerapan strategi yang digunakan, sehingga hasil yang di dapatkan dari proses terapi bisa mendapatkan hasil yang maksimal.

2. Judul : Bimbingan Dan Konseling Islam Bagi Pecandu Narkoba Di Pesantren Dzikrussysyifa'ASMA' Berojomusti Sendang Agung Paciran Lamongan

Peneliti : Bagus Setiawan

NIM : B03211044

Jenis Karya Tulis : Skripsi

Prodi/Fakultas/Kampus : BKI/Dakwah/UIN Sunan Ampel Surabaya

Tahun : 2015

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan peneliti yaitu subjek yang digunakan sama-sama pecandu narkoba. Adapun perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan penelitian ini yakni peneliti terdahulu masih menjelaskan subjek secara umum tanpa adanya spesifikasi, sedangkan peneliti yang sekarang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggunakan subjek yang sudah dipilih berdasarkan tingkatan keadaan pecandu narkoba.

3. Judul : Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Memotivasi Ibu Yang Menikah Usia Dini Untuk Melanjutkan Kejenjang Pendidikan Di Desa Galis Kecamatan Giligenting Kabupaten Sumenep

   Peneliti : Nur Rahema

   NIM : B03210024

   Jenis Karya Tulis : Skripsi

   Prodi/Fakultas/Kampus : BKI/Dakwah/UIN Sunan Ampel Surabaya

   Tahun : 2014

   Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan peneliti yaitu subjek yang digunakan sama-sama untuk memberikan motivasi kepada klien. Adapun perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan penelitian ini yakni peneliti terdahulu masih menjelaskan motivasi secara umum, sedangkan peneliti sekarang menjelaskan motivasi hidup dengan lebih spesifikasi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Lokasi Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

a. Sejarah Singkat Plato Foundation

PLATO (*emPowering and Learning through Assistance, Training, Organizing*) atau (Pemberdayaan dan Pembelajaran melalui Pendampingan, Pelatihan dan Pengorganisasian) merupakan sebuah lembaga yang bergerak dalam bidang pengembangan diri dan pemberdayaan masyarakat dengan motto "Berdaya dan Berkarya Menuju Kemandirian."

PLATO didirikan pada Mei 2012 di Surabaya atas prakarsa sekelompok orang yang memiliki komitmen dan kepedulian yang sama terhadap permasalahan sosial yang semakin berkembang di tengah masyarakat. Lahirnya PLATO merupakan sebuah upaya untuk ikut berkontribusi dalam peningkatan kualitas masyarakat dalam rangka membangun mental dan karakter yang positif, sehingga mampu mandiri dan siap menghadapi tantangan global. PLATO dalam mengembangkan program-programnya telah membangun jejaring, kerjasama dan bersinergi dengan pemerintah dan berbagai stakeholder di tingkat lokal, nasional dan internasional. PLATO menerapkan prinsip : *Profesional, Optimis, Willingness,Energic, Reinforcement, Fight, Unique, Love*

b. Landasan Hukum

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

PLATO telah resmi ditunjuk sebagai Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) bagi korban penyalahgunaan narkoba dengan Keputusan Menteri Sosial No.202/HUK/2016. PLATO Fokus di Rehabilitasi adiksi narkoba bagi anak dan remaja serta perempuan. Pada tahun 2016,PLATO telah berhasil melakukan rawat inap bagi 70 klien dan rawat jalan sebesar 217 klien.

melakukan strategi dengan memaping sekolah dengan indikasi siswa yang menggunakan NAPZA dan melakukan psikoedukasi mengenai bahaya NAPZA, Adiksi dan mengenal rehabilitasi program IPWL yang berada dinaungan Kemensos (Kementerian Sosial). Harapan dengan melakukan Psikoedukasi tersebut adalah adanya kesadaran seorang pecandu yang masih duduk dibangku sekolah agar tidak lagi atau berhenti menggunakan NAPZA, sedangkan bagi non pecandu bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan pencegahan penggunaan NAPZA guna menekan angka kejadian pecandu NAPZA di Indonesia terutama di Surabaya. Setelah dilakukannya psikoedukasi, PLATO akan melakukan assessment terhadap siswa yang pernah maupun masih aktif menggunakan NAPZA dan diikutsertakan dalam program IPWL.

PLATO juga melakukan MoU (Memorandum of Understanding) dengan beberapa pihak sekolah dengan harapan kegiatan ini tidak hanya berjalan satu kali saja, melainkan dapat dilakukan beberapa kali dalam satu tahun untuk selalu memberikan info terbaru mengenai NAPZA, adiksi dan program rehabilitasi. Jika, terdapat sekolah yang ingin kami beri psikoedukasi mengenai NAPZA, adiksi dan rehabilitasi, kami bisa membantu karena semua kegiatan ini tidak berbayar alias GRATIS.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Letak Geografis

Management Office Plato Foundation terletak di Jalan Tambang Boyo No. 154 Surabaya.

Pusat Pemberdayaan dan Rehabilitasi terletak di Jalan Jojoran I No. 96 A Surabaya

d. Visi dan Misi

Vision:

Terwujudnya masyarakat berdaya, mandiri dan memiliki kualitas hidup yang mampu mendorong terpenuhinya hak hak secara optimal.

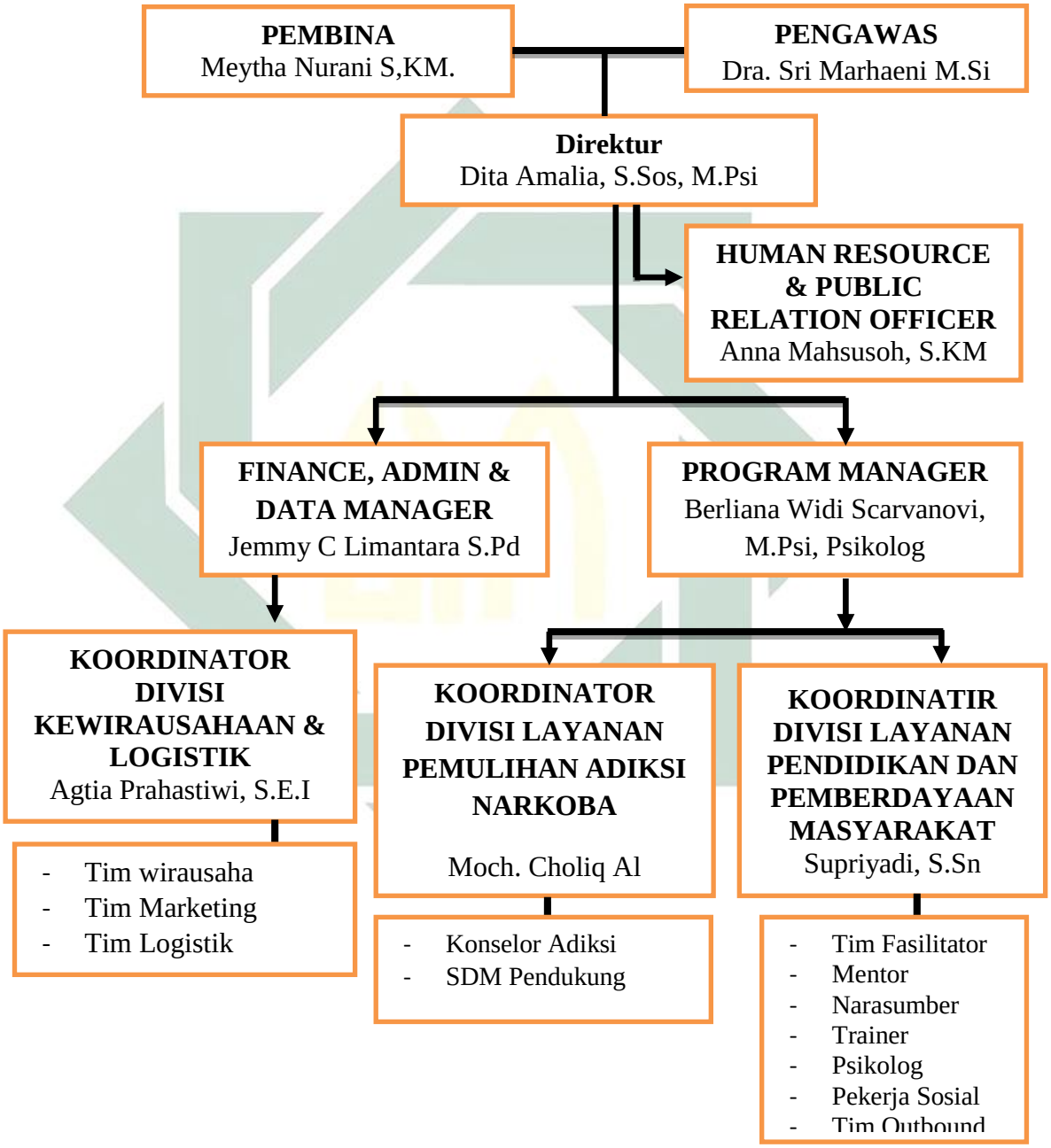
Mission:

1. Membantu pemerintah dalam penguatan program pemberdayaan dan kelembagaan masyarakat terutama pada kelompok masyarakat marginal, seperti pecandu narkoba, pekerja anak, perempuan korban tindak kekerasan seksual, orang dengan HIV & AIDS, warga binaan pemasyarakatan dan kelompok masyarakat miskin atau yang tidak terakses dengan pelayanan dan rehabilitasi sosial
2. Meningkatkan aspek kognitif dan mengembangkan ketrampilan kecakapan hidup bagi masyarakat untuk membangun mental/karakter yang positif dan perilaku yang sehat dan menyelesaikan persoalan kesehatan dan psiko sosial melalui kerjasama dengan stakeholder.

e. Struktur Organisasi Plato Foundation

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Struktur organisasi yayasan plato sebagaimana telah diputuskan berlaku untuk periode 2016 sampai 2020 dan dapat dilakukan perubahan sesuai dengan kebutuhan.



f. Program Pelayanan dan Rehabilitas Sosial

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Program layanan yang telah disediakan oleh PLATO secara keseluruhan meliputi: Layanan informasi dan edukasi tentang narkoba dan isu terkait, *Life skill training*, *Sosial&character building outbond*, Psikologi klinis dan pendidikan, Rehabilitasi adiksi narkoba, *Aftercare*, Pendampingan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), dan Penguatan kader dan organisasi masyarakat melalui CBO (*Community Based Organization*).

Kehadiran program Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) oleh Kementerian Sosial (Kemensos) merupakan upaya yang efektif dalam mendorong para korban penyalahguna dan atau pecandu narkoba untuk melaporkan diri sehingga mereka mendapatkan intervensi yang tepat melalui rehabilitasi rawat inap maupun rawat jalan, baik secara medis maupun sosial. Melalui PLATO, bekerja sama memenuhi hak para penyalahguna narkoba untuk bersih dan pulih dari ketergantungan narkoba.

1. Pemulihan adiksi narkoba

Program ini disediakan bagi pecandu narkoba agar bersih dan pulih dari adiksi/ketergantungan narkoba dibawah bimbingan Konselor Adiksi. Layanan yang dikembangkan dengan metode pembelajaran *quantum learning* dan menggunakan pendekatan *multy disciplinary* model ini dilakukan melalui rawat inap dan rawat jalan dengan metode berbasis bukti yaitu : Detoksifikasi dengan pengawasan tim medis; Konseling Adiksi ; Terapi Komunitas melalui *Therapetic Community* dan 12 Langkah *Narcotic Anonymous* ; *Psikoedukasi ; Hipnoterapi ; Support group* bagi komunitas pecandu dan keluarga ; Kegiatan religi dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

spiritual; Pemeriksaan kesehatan dan pengobatan ; Kegiatan pengembangan kreatifitas serta program lanjutan pasca rehabilitasi melalui kegiatan *Aftercare*.

Dalam upaya mengoptimalkan layanan bagi pecandu narkoba, maka PLATO mengembangkan 4 pusat layanan pemulihan yang dikhususkan untuk klien dewasa, klien anak dan remaja, klien perempuan dan klien pasca rehabilitasi.

2. Pendidikan dan pemberdayaan

Kegiatan yang ditujukan kepada sasaran program dan seluruh komponen masyarakat secara umum ini meliputi : *Outreach*, Seminar, *Workshop*, Pendidikan Sebaya, *Training of Trainer*, *Life Skill Education*, Pengembangan Media KIE Kreatif, Pendampingan , Pengorganisasian dan Pengembangan Komunitas, *Event* dan *Expo*

3. Psikologi dan Pengembangan SDM

Assesment Center (Asesmen untuk mengukur derajat keparahan adiksi pada pengguna narkoba, Asesmen Psikologi; wawancara, Observasi dan Psikotes. Tes Bakat dan Minat, Tes Intelegensi).

Layanan Psikologi di bidang klinis, pendidikan dan insdustri melalui Konseling, Konsultasi dan Psikoterapi dengan CBT, REBT, Hipnoterapi, Terapi Perilaku dan Terapi Humanistik. Serta penanganan dan pendampingan anak yang bermasalah dengan Narkoba dan isu terkait.

Pengembangan SDM melalui *In House Training*, *On The Job Training*, *Mentoring*, *Outbound Training (Leadership*, *Motivation*, *Team Building*, *Character & Sosial Building*), Seminar pengembangan diri dan tumbuh kembang anak dan remaja sera *parenting class*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Psikoedukasi Napza ke Siswa SMP-SMA Surabaya oleh Plato Foundation

Jumlah pengguna narkoba di Indonesia hingga November 2015 mencapai 5,9 juta orang (BNN, 2016). Peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba terus meningkat setiap tahunnya di hampir seluruh provinsi di Indonesia, termasuk Provinsi Jawa Timur. Surabaya sebagai kota terbesar kedua setelah Jakarta secara konsisten menjadi kota dengan kasus penyalahgunaan narkoba tertinggi di Jawa Timur dengan jumlah kasus pada akhir tahun 2015 meningkat sebesar 620 kasus dan 70% diantaranya dari kalangan remaja (Badan Narkotika Nasional Kota Surabaya,2015)

5. Pelatihan Kader Pencegahan dan Penanggulangan NAPZA Berbasis masyarakat

PLATO telah banyak menemukan kasus narkoba dan seksualitas pada sasaran program yang telah dijangkau. Dari hasil asesmen yang dilakukan oleh PLATO, permasalahan narkoba menjadi salah satu pemicu timbulnya kompleksitas permasalahan yang terjadi ditengah masyarakat. Komprehensif dan keberlanjutan program sangat diperlukan dalam merespon isu strategis yang telah berkembang ditengah masyarakat.

6. Education Bersama Anak Anak Istimewa

ADHA adalah anak-anak istimewa yang terlahir tanpa dosa, yang sedikit banyak menerima diskriminasi yang tak seharusnya. Tantangan yang dihadapi oleh ADHA diantaranya menyebabkan mereka kesulitan memperoleh pendidikan yang layak dan hal ini sangat berdampak pada aspek kehidupan mereka yang lebih luas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ADHA perlu mendapatkan perhatian lebih untuk mendapatkan hak sebagaimana mestinya usia anak-anak. PLATO Foundation, Viva Education Drugs and HIV & AIDS (VEDHA) dan Van Deventer-Maas Stichting (VDMS) dengan dukungan dari Mahasiswa Baru Angkatan 2015 Psikologi Universitas Airlangga telah melaksanakan kegiatan Fun Education Bersama Anak-Anak Istimewa dengan tagline Family Peduli Anak dan HIV & AIDS. Secara garis besar kegiatan ini adalah belajar dan bermain bersama, berbagi kebahagiaan dan rejeki dengan para peserta yang istimewa.

7. Survival Training

PLATO memfasilitasi sebuah pelatihan bagi pecandu atau korban penyalahgunaan narkoba yang memiliki kemauan kuat untuk melakukan perubahan menjadi manusia yang bermanfaat dan produktif. "We are SURVIVOR, Berjuang + Optimis = Sukses"

8. Pelatihan Guru BK SMP & SMA Sebagai Katalisator Pencegahan dan Penanggulangan NAPZA Berbasis Sekolah

Rehabilitasi yang dilaksanakan oleh PLATO telah dikemas khusus anak, remaja dan perempuan. Dalam pelaksanaannya, PLATO ditunjuk sebagai Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) oleh Kementerian Sosial. Untuk mendukung pemulihan remaja yang bermasalah dengan NAPZA di sekolah, guru memiliki peran sangat strategis dan sangat penting untuk dilibatkan. Untuk meningkatkan kapasitas dan skill guru dalam program pencegahan dan penanggulangan permasalahan NAPZA di sekolah, PLATO telah mengadakan pilot projek Pelatihan Guru Sebagai Katalisator Pencegahan dan Penanggulangan NAPZA

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berbasis Sekolah. Pelatihan ini berlangsung selama 2 hari, pada tanggal 8-9 November 2016 dengan peserta sejumlah 9 orang yang merupakan perwakilan dari SMP dan SMA di Surabaya yang rentan terhadap siswa-siswi yang memiliki permasalahan terhadap NAPZA.

9. Family Suport Group bagi klien Rehabilitasi Adiksi Narkoba Anak & Remaja

Ketika seseorang mengalami Gangguan Penyalahgunaan Zat Narkoba, maka yang mengalami masalah karena narkoba dalam hidupnya bukan hanya orang tersebut. Keluarga yang bersangkutan secara tidak langsung merasakan dampaknya, seperti gangguan ekonomi, gangguan kepercayaan, gangguan rasa aman dan lain lain. Ketika penyalahguna narkoba sedang menjalani masa rehabilitasi, masalah yang ditimbulkan di keluarga tidak serta merta teratasi. Reaksi keluarga saat penyalahguna di dalam rehabilitasi juga beraneka ragam ; Ada sebagian keluarga yang 100 % menyalahkan si penyalahguna, ada keluarga yang tetap membela mati matian penyalahguna, ada keluarga yang sesudah anaknya masuk rehabilitasi kemudian tidak mau tau perkembangannya, ada keluarga yang saat rehabilitasi malah mengganggu dengan memberikan perhatian yang kurang tepat. Dalam rangka menjadikan pihak keluarga sebagai partner yang baik bagi pemulihan adiksi peyalahguna maka PLATO Foundation mengadakan kegiatan Family Support Group.

10. Penguatan Kader Pencegahan dan Penanggulangan NAPZA dan HIV&AIDS di Tempat Kerja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam rangka mendukung usaha pencegahan dan penanggulangan HIV & AIDS dan NAPZA di lingkungan kerja, PLATO menyediakan layanan dengan beberapa pilihan pelatihan mulai dari 1-5 jam, hingga 3 hari pelatihan menyesuaikan ketersediaan waktu yang diberikan oleh perusahaan. Pelaksanaan pelatihan bisa di tempat kerja atau di luar kota menyesuaikan permintaan perusahaan

g. Tahapan Pelayanan dan Rehabilitas

a. Skrining

1) Pengisian Formulir Kriteria Inklusi (ICD10)
2) Pemeriksaan medis dan mental
3) Spot Check, Inventaris Barang Pribadi
4) Tes Urin
5) Pengisian Intake, Kontrak/Perjanjian masuk Klien & Wali, Informed Concent dan Biodata Awal
6) Pengisian instrumen CRAFT dan DAST-A

b. Detoksifikasi

1) Rujukan Medis.
2) Pemeriksaan Kesehatan Dasar (termasuk tes VCT dan IMS).
3) Observasi Masa Withdrawal dan pemenuhan nutrisi untuk pemulihan fisik.

c. Orientasi Program & Asesmen

1) Sosialisasi Program Pemulihan (TC, 12 Langkah, Tradisi, Slogan NA).
2) Asesmen.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- Form Asesmen Medis
- orm Asesmen Perilaku dan Akses Layanan
- Form ASI
- Form WHO-QoL (Diisi oleh Klien)
- Form BBV-TRAQ (Diisi oleh Klien)
- Form Pre-Test dan SCA (Diisi oleh Klien)

3). Penyusunan Rencana Intervensi/ Rencana Terapi

d. Terapi Biopsikososial

1) Terapi Bio: Pemeriksaan dan Pemeliharaan kesehatan fisik (olahraga) serta terapi medis, Pemenuhan nutrisi, Penyediaan pakaian dan kebutuhan dasar perawatan tubuh (sabun, odol, shampo).

2) Terapi Psikososial: AM Meeting, Psikoedukasi, Konseling individu dan kelompok, Creative time, Outbond,Outing, Case Conference, Case Record, Support group, Sesi Religi&Spiritual, Wrap Up Jurnal, PM Meeting.

3) Penguatan kualitas hubungan klien dengan keluarga dan masyarakat : Home visit (konseling keluarga dan sharing parent), Family Support Group, Advokasi dan pemberian informasi mengenai dunia adiksi kepada lingkungan sosial pecandu NAPZA

e. Terminasi Program Rehabilitasi Rawat Inap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Post-test dan SCA (Diisi oleh Klien)
2) Form WHO-QoL (Diisi oleh Klien)
3) Form ASI
4) Rencana Pencegahan Kekambuhan (Rangkap 2)
5) Kuesioner Evaluasi Program Pemulihan (Diisi oleh Klien) dan penyusunan rapor akhir klien

h. Profesi yang Terlibat

1. Pekerja sosial
2. Dokter
3. Psikiater
4. Perawat
5. Psikolog
6. Konselor
7. Ukm
8. Seniman
9. Volunter
10. Mentor
11. Trainer

i. Sarana dan Prasarana

a. Koperasi
b. Termpat Rehabilitasi
c. Ruang kantor
d. Kamar Tidur

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. Kamar mandi

f. Dapur

g. Tempat meeting Pecandu

h. Tempat Sholat

i. Dan lain-lain

j. Kerja sama

1. Kementrian sosial RI
2. BNN.BNNP, BNNK
3. Dinsos Kab/Kota se Jatim
4. KPA
5. Polisi
6. Puskesmas
7. Ukm berbagai perguruan tinggi
8. Koramil
9. TKSK
10. Dan lain-lain[71]

2. Deskripsi Konselor

Konselor adalah orang yang bermakna bagi klien, konselor menerima klien apa adanya dan bersedia dengan sepenuh hati membantu klien untuk mengatasi masalahnya. Dan juga sebagai peneliti yang ingin memecahkan masalah yang dialami klien saat ini.

71 Dita Amalia dkk, *Rehabilitasi Sosial Pecandu Dan Korban Penyalahguna NAPZA*, Plato Foundation Surabaya 2012

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam penelitian ini sangat perlu adanya konselor untuk membantu melengkapi data-data dalam diri klien. Konselor dalam hal ini adalah seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Adapun biodata konselor ada di bawah ini sebagai berikut :

Nama : Jumrotul Mufidha

Tempat / Tanggal Lahir : Sidoarjo, 29 September 1995

Jenis Kelamin : Perempuan

Status : Belum Menikah

Pendidikan :Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya

Riwayat Pendidikan

TK : Darma Wanita Sidoarjo

SD : SDN 02 Prigi

MTS : MTSN Watulimo Trenggalek

MAN : MAN 1 Tulungaggung

Pengalaman konselor yaitu yang pertama ketika konselor menjadi seorang guru BK di sekolah menengah pertama MTSN Watulimo selama 2 bulan, pada saat itu sedang libur kuliah sehingga dimanfaatkan untuk menjadi seorang guru BK, di sekolah ini guru BK di sebut dengan Polisi sekolah, karena sering kali siswa-siswi yang masuk ke ruang BK adalah siswa yang bermasalah, mulai dari masalah tawuran, bolos sekolah, pacaran, minum alcohol, mengonsumsi obat-obatan terlarang, Selain itu konselor juga PPL di PONSOS kalijudan, sehingga konselor belajar menangani kasus dan memiliki berbagai pengalaman sehingga dapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dijadikan pedoman. Jadi hal itu bisa digunakan sebagai pedoman untuk melakukan penelitian skripsi agar keahlian konselor bisa berkembang.

Kepribadian konselor, konselor menurut penuturan teman-teman di UIN Sunan Ampel Surabaya dan orang-orang yang berada di lingkungan sekitar menilai konselor adalah orang yang selalu berusaha tegar ketika ada sebuah masalah, dan mudah simpati terhadap masalah orang lain, namun sabagai manusia konselor juga memiliki kekurangan dan kelebihan.

3. Deskripsi Klien

Klien merupakan subjek yang memiliki kekuatan, motivasi, semangat, maupun kemauan dalam mengubah tingkah laku maupun cara berpikir yang negatif.

Klien adalah seorang pecandu narkoba yang sedang mengalami proses pemulihan di tempat rehabilitasi plato foundation dikarenakan mengonsumsi kokain, Shabu-Shabu, Double L dan Double Y. Obat terlarang Doble L ini adalah obat penenang yang biasa di minum oleh anjing. Dan Y adalah obat penenang yang dosis nya lebih tinggi dibanding L.

Klien ini sedang mengalami masalah bahwa klien masih berpikir negatif tentang dirinya, klien berpikir bahwa belum tentu dirinya bisa sembuh, klien juga berpikir buruk tentang masa depan nya, akan kah masa depannya akan jauh lebih baik dari sebelumnya atau bahkan sebaliknya, karena pernah satu kali mencoba untuk menghentikan pemakaian narkoba akan tetapi gagal dan bahkan lebih parah.

a. Data Klien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Nama : M. andra (Nama Samaran)

Tempat / Tanggal Lahir : Surabaya, 23 Maret 1993

Jenis Kelamin : Laki – Laki

Agama Islam : Islam

Ras : Jawa

Umur : 24 Tahun

Status : Sudah Menikah

Pekerjaan : Pengedar Narkoba (Dulu)

b. Latar belakang Keluarga

Klien adalah anak terakhir dari empat (4) bersaudara, ayah nya sudah meninggal, dan ibu nya sekarang berada di Sumatera barat (Riau) ibunya bekerja disana kurang lebih sudah 6 tahun, dan terakhir bertemu klien ketika klien berumur 18 tahun. Keluarga sudah tak lagi ikut campur dalam kehidupan klien, karena keluarga klien sudah malu terhadap tingkah laku maupun kebiasaan yang telah klien perbuat.

Klien tinggal bersama salah satu dari ketiga saudaranya, akan tetapi keseharian klien sudah dibiarkan oleh keluarganya, karena satu keluarga sudah mengetahui bahwa klien mengonsumsi narkoba bahkan pengedar.

Klien sudah mempunyai istri, akan tetapi belum memiliki seorang anak, ketika menikah sang istri sama sekali tidak mengetahui bahwa klien adalah seorang pecandu narkoba, sampai akhirnya suatu ketika sang istri menemukan narkoba tersebut di dalam lemari klien, akhirnya karena kesal dan marah klien pun di laporkan ke Polres Surabaya, dan akhirnya ditangkap.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Latar Belakang Pendidikan Klien

Klien dari keluarga yang bercukupan dalam kontek ekonomi, ketika masih kecil klien bersekolah di TK Harapan Kita Simo Surabaya, lalu melanjutkan sekolah di SDN 12 Surabaya, setelah itu klien melanjutkan sekolah ke jenjang yang lebih tinggi yaitu di SMP Tasbaya Surabaya, akan tetapi klien hanya sampai menduduki bangku kelas 3 tanpa sempat mengikuti ujian nasional, dikarenakan klien sudah kecanduan terhadap narkoba dan enggan untuk melanjutkan sekolah kembali karena tidak adanya semangat dalam dirinya.

d. Kondisi Lingkungan Klien

Klien tinggal di daerah petemon surabaya ,lingkungan yang ditinggali termasuk daerah yang tidak baik, tempat tinggal yang ditempati klien kebanyakan remaja nya adalah pemakai narkoba, sehingga membuat klien tergiur untuk ikut mencoba bahkan menjadi pengedar, karena uang yang didapatkan cukup menggiurkan sehingga klien terjerumus ke jalan yang salah.

4. Deskripsi Masalah

Masalah adalah sesuatu yang sederhana, jika kita bisa memaknainya masalah adalah bagian terkecil dalam kehidupan. Masalah datang silih berganti dengan skala yang berbeda-beda. Setiap manusia pasti pernah memiliki dan menghadapi masalah baik berasal dari diri sendiri atau berasal dari orang lain. Masalah selalu kita jumpai dalam keseharian kita dan dimanapun kita berada. Masalah tak lain adalah bentuk ujian dari Allah Swt dan untuk menguji seberapa sabar hambaNya. Allah tidak pernah memberikan cobaan melainkan diatas kemampuan hambaNya. Semakin tinggi kedudukan seseorang, maka akan semakin banyak juga masalah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dihadapi. Namun setiap masalah yang ada di dunia ini pasti ada jalan keluarnya.

Dalam penelitian ini, konselor menemukan permasalahan yang dihadapi klien yaitu bagaimana bisa berpikir secara positif dan mempunyai semanagat hidup dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada, percaya bahwa diri ini bisa lebih baik bahkan bisa lebih luar biasa jika kita mau berusaha disertai semangat dan menanamkan *Mainsed* " Aku Pasti Bisa". Ketika melakukan pengamatan awal konselor mewawancari seseorang konselor yang bertugas khusus dalam mendampingi klien di tempat pemulihan dari awal klien masuk ke tempat rehabilitasi yakni tiga minggu yang lalu, setelah melakukan interview wawancara dengan klien

Negatif Thinking merupakan suatu sikap dan prilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai dan norma kehidupan sehari-hari. Karena itu klien memerlukan bantuan dari konselor untuk menangani masalah yang dihadapi klien melalui proses terapi.

Dalam menyelesaikan masalahnya klien, konselor menggunakan motivasi dan nasehat serta praktek terapi berpikir positif (strategi memngubah masa lalu) agar klien mau mengubah dirinya untuk kebaikan diri sendiri dalam mencapai masa depan yang lebih baik dan untuk mengangkat harkat dan martabat keluarganya yang sempat dipermalukan.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. **Deskripsi Proses dari Pelaksanaan Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba di Plato Foundation Surabaya.**

Dalam penyajian data peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang menghasilkan sebuah data deskriptif berupa kata-kata, wawancara, observasi dan prilaku klien yang perlu diamati. Dan peneliti akan mendekripsikan data yang diperoleh di lapangan yang terkait dengan fokus penelitian yaitu untuk mengubah cara berfikir klien terhadap diri sendiri dan masa depan.

Dari deskripsi masalah yang sudah di jelaskan bahwa disini akan mendeskripsikan proses terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba.

Sebelum konselor melaksanakan proses konseling, konselor berusaha mencari informasi dari seorang konselor, pendamping maupun staf yang bertugas khusus menangani klien di tempat pemulihan. dan dalam memberikan konseling konselor berusaha mendekati klien untuk mencapai hubungan yang akrab antara konselor dan klien untuk mengetahui prilaku klien, agar proses konseling tersebut klien merasa nyaman dan dapat menerima konselor, serta bertujuan menggali lebih dalam informasi yang ada pada diri klien. Konselor berkenalan dengan klien tempat pemulihan rehabilitasi plato foundation Surabaya. Konselor ikut terjun dilapangan serta mendampingi dan melihat perilaku klien secara langsung di tempat rehabilitasi. Konselor ikut dalam proses belajar mengajar kurang lebih selama satu bulan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam pelaksanaan proses konseling, konselor mengikuti waktu dan jadwal yang sudah ditetapkan oleh yayasan plato foundation . dan tempat proses konselingnya sudah ditetapkan oleh pihak plato foundation Surabaya.

Dari pendekatan yang dilakukan konselor dan untuk mengetahui permasalahan maka konselor mulai menggali permasalahan melalui beberapa langkah dalam melakukan konseling antara lain:

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi adalah langkah awal yang dilakukan konselor dalam proses konseling, langkah ini berfungsi untuk mengumpulkan data, dalam menggali permasalahan yang sedang dihadapi klien, konselor melakukan observasi dilapangan dan wawancara kepada klien, Konselor, Psikolog, teman sesama pecandu, dan informan lainnya.

Klien adalah seorang pecandu dan pengedar narkoba (Kokain, Shabu-Shabu, Double L dan Y) dengan umur 24 tahun, klien mempunyai permasalahan belum bisa berpikir positif seperti sering mempunyai keyakinan dengan bayangan negatif mengenai hal apa pun, entah dalam menghadapi setiap permasalahan hidupnya, bahwasannya klien disini sering menyakini kegagalan dari pada keberhasilan dan bayangan kegagalan yang selalu ada dalam fikirannya, bahkan klien juga menolak perubahan dan lebih memilih hidup dalam zona nyaman karena bayangan-bayangan pikiran negatif tersebut, klien juga kurang memiliki motivasi hidup yang lebih baik dari kehidupannya sebelumnya. Klien sekarang sedang menjalani proses pemulihan di tempat rehabilitasi plato foundation, klien masuk di tempat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

rehabilitasi dikarenakan ditangkap pada saat razia dan di bawa ke tempat pemulihan untuk mendapatkan rehabilitasi.[72]

b. Diagnosis

Setelah identifikasi masalah klien langkah selanjutnya adalah diagnosa dimana dalam langkah ini konselor menetapkan masalah yang sedang dihadapi klien yang diperoleh dari sumber-sumber yang dipercaya.

Masalah yang diidentifikasi oleh konselor adalah pecandu narkoba yang belum bisa berpikir positif seperti sering mempunyai keyakinan dengan bayangan negatif mengenai hal apa pun, entah dalam menghadapi setiap permasalahan hidupnya, bahwasannya klien disini sering menyakini kegagalan dari pada keberhasilan dan bayangan kegagalan yang selalu ada dalam fikirannya, bahkan klien juga menolak perubahan dan lebih memilih hidup dalam zona nyaman karena bayangan-bayangan pikiran negatif tersebut,dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada di hidupnya dan kurang memiliki motivasi hidup sehingga disini dibutuhkan terapi berpikir positif (strategi mengubah masa lalu) bahkan disertai motivasi-motivasi yang sesuai dengan keadaan klien.[73]

Konselor memberikan sebuah penilaian pada kondisi klien seperti yang ada dibawah ini:

Tabel 3.1

Hasil Observasi Kondisi Klien Sebelum dilakukan Proses Terapi

72 Wawancara, *Pusat Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)
73 Observasi, *Pusat Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

No .	Aspek yang di observasi	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
1.	Keyakinan dengan bayangan negatif	√		
2.	Menyepelekan keyakinan	√		
3.	Menolak perubahan	√		
4.	Tidak berperan aktif dalam menyelesaikan masalah	√		
5.	Selalu mengeluh dan mencela	√		
6.	Selalu merasa frustasi dan gagal	√		
7.	Selalu pesimis	√		
8.	Emosi tidak stabil	√		
9.	Tidak Menerima nasihat	√		
10.	Hidup dengan bermalas-malasan	√		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berikut ini adalah keterangan dari tabel di atas :

1) Sering memiliki keyakinan dengan bayangan negatif, klien disini sering menyakini kegagalan dari pada keberhasilan dan bayangan kegagalan selalu ada dalam pikirannya
2) Sering menyepelekan keyakinan, klien cenderung menyepelekan kepercayaan, proses ibadah, dan amal perbuatan
3) Sering menolak perubahan, klien disini merasa tidak aman ketika menghadapi perubahan karena itu dia menolaknya, dan memilih tetap tinggal di zona nyaman
4) Sering tidak berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, kepribadian negatif klien sangat berhubungan erat dengan perasaannya, jadi ketika klien sedang menghadapi masalah, klien cenderung panik dan emosional.
5) Sering mengeluh dan mencela, karena kepribadian klien yang negatif, disini klien cenderung menyalahkan orang lain atas sesuatu yang dialaminya dan melemparkan tanggung jawab tersebut kepada orang lain
6) Sering merasa frustasi dan gagal, disini klien mempunyai pikiran negatif yang berkali-kali klien menguatkan pemikirannya hingga menjadi keyakinan maka klien selalu dibayang-bayangi kegagalan, sehingga pikiran negatif tersebut akan berbalik kepadanya dan dari waktu ke waktu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perasaan yang seperti itu akan kian menumpuk dan mengakar dalam alam bawah sadarnya hingga menjadi spontanitas yang tidak disadari

7) Sering menjadi pesimis, klien cenderung memprediksi bahwa sesuatu itu akan berakhir buruk
8) Sering memiliki emosi tidak stabil, klien memiliki emosi yang berubah-ubah, tergantung situasi, perasaan dan keadaan klien pada saat terjadi masalah
9) Sering tidak menerima nasihat, disini klien enggan menerima nasihan dari siapa pun, klien beranggapan bahwa tidak ada masalah pada dirinya, klien beranggapan bahwa dirinya baik-baik saja
10) Sering hidup dengan bermalas- malasan. Disini klien banyak menghabiskan waktu untuk tidur, makan, mengonsumsi narkoba, dan banyak hal dilakukan dengan sia-sia[74]

c. Prognosa

Setelah konselor menetapkan masalah klien, selanjutnya Pada langkah ini konselor menentukan jenis bantuan yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi klien, dengan memberikan bantuan kepada klien yang berupa :

1. Terapi Berpikir Positif (mengubah masa lalu), langkah-langkah penerapan yaitu :
   1) Focus, Tarik nafas hembuskan, pejamkan mata

74 Wawancara, *Pusat Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Pikirkan satu pengalaman negatif yang anda alami pada masa lalu, lantas perhatikan ekspresi wajah, gerak tubuh, perasaan, dan perilaku anda.
3) Pikirkan pelajaran yang dapat anda petik dari pengalaman itu.
4) Bayangkan waktu membawa anda kembali ke masa lalu dan menghadapi peristiwa yang sama, siapkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai. Gunakan keterampilan yang telah anda pelajari. Perhatikan perasaan, pasti anda merasa lebih baik karena anda memanfaatkan pelajaran yang telah anda dapatkan. Persepsi dan pikiran anda positif
5) Bayangkan anda menghadapi masalah serupa di masa yang akan datang. Perhatikan sikap dan perasaan anda. Akal anda pasti semakin lihai berinteraksi dengan masalah seperti itu.[75]

2. Motivasi, ada 3 macam motivasi yang diberikan melalui video yaitu :
   1) Motivasi Ke – 1 Kehidupan tak ada kebetulan
   2) Motivasi ke – 2 Pembakar Semangat
   3) Motivasi Yang Ke – 3 Tentang Perjuangan Pemuda-Pemudi Anti Narkoba

Adanya bantuan tersebut semoga dapat membantu mengubah pola pemikiran klien yang negatif ke positif dan dapat menumbuhkan motivasi hidup sehingga klien menjadi pribadi yang lebih baik. Dalam hal ini konselor hanyalah sebagai sarana untuk mengubah sikap dan cara berpikir klien dan untuk menjadi pribadi

75 Dr.Ibrahim Elfiky, *Terapy Berpikir Positif*, (Tangerang : Nusantara Lestari Ceria Pratama, 2015), h.281-282

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang lebih positif, tidak terlalu memikirkan apa yang dikatakan orang lain pada dirinya, disini klien mempunyai hak sepenuhnya untuk mengubah sikap tersebut dan klien juga ada kemauan untuk menyelesaikan masalahnya.

d. Terapi

Setelah merencanakan jenis bantuan dan melakukan beberapa langkah-langkah dalam proses konseling, disini konselor akan melanjutkan dengan merealisasikan langkah-langkah terapi yang diberikan kepada klien yaitu dengan 2 tahapan, tahapan pertama perkenalan dan menciptakan trust antara konselor dan klien, tahapan kedua merupakan inti dari terapi dengan memberikan terapi berpikir positif melalui (strategi mengubah masa lalu), dengan memberikan motivasi dan nasihat agar dapat bersikap positif dalam menggapai masa depan yang lebih baik. Berikut ini adalah rincian tahapan pemberian terapi berfikir positif kepada para peserta antara lain:

a. Tahap awal

Pada tahapan pertama, peneliti atau konselor melakukan pengenalan diri kepada memberikan pengertian secara umum mengenai pelatihan yang akan di berikan. Pada pertemuan pertama peneliti tidak membutuhkan waktu yang lama karena sifat pertemuan pertama adalah pengenalan peneliti dengan klien. Tujuan pertemuan pertama ini adalah untuk menjalin keakraban dengan klien, memberikan kenyamanan, menciptakan trust dan memberikan kesan positif terhadap klien. Konselor memberikan pengarahan kepada klien dan menjelaskan rincian pendampingan dan apa saja yang harus disiapkan oleh klien. Berikut rincian kegiatan pendampingan pada tahap pertama:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Konselor memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada klien dan menjelaskan pendampingan yang akan diberikan kepada klien yaitu terapi berpikir positif.
b) Konselor dan klien menentukan jadwal terapi yang akan dilakukan.
c) Konselor dan klien membuat perjanjian untuk batas-batasan terapi.

b. Tahap pendampingan

Dalam tahap pendampingan ini adalah bagian inti dari terapi karena memberikan perlakuan langsung terhadap klien berupa terapi berpikir positif (strategi mengubah masa lalu), motivasi dan nasihat.

1) Terapi Berpikir Positif (Strategi Mengubah Masa lalu)
   a) Wawancara ke – 1

Dalam wawancara ini konselor bertemu dengan klien di tempat rehabilitasi plato foundation, klien termasuk orang yang ekstrovert ketika konselor berbincang-bincang dengan klien. Klien secara gamblang mengutarakan bahwasannya klien kurang percaya diri maupun masih suka su'udzan dalam memikirkan masa depan nya. Klien beranggapan belum bisa atau belum mampu dalam mengubah hidupnya menjadi orang yang luar biasa. Akan tetapi setidaknya klien mau sedikit-demi sedikit mengubah pola pikirnya yang negatif. klien disini masih bisa dibimbing konselor untuk berpikir secara positif, ini sangat terlihat ketika klien menjawab pertanyaan-pertanyaan yang dilontarkan oleh konselor, seperti yang konselor jelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.2 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 17 Oktober 2017)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli **: Bismillah akan saya coba** untuk hari- hari kedepan mbak. **Saya yakin saya pasti bisa**. Setelas direhabilitasi **saya harus bisa jadi orang sukses**, bekerja apa pun yang penting halal.	Antusisme

b) Wawancara ke – 2

Dalam wawancara yang kedua ini konselor menanyakan lebih dalam lagi terkait kapan klien mulai mengenal narkoba. Klien mengonsumsi kokain, shabu-shabu dan obat-obatan terlarang seperti double L dan Y sudah sejak SMP kelas 2. Awalnya klien hanya ingin tau seperti apa rasanya karena saudara nya pun juga mengonsumsi, itu pun karena klien mendapatkan nya secara gratis dari saudaranya, setelah klien sering dikasih obat-obatan terlarang tersebut, akhirnya klien kecanduan, selain itu klien juga minum-minuman keras. Karena menurut klien alkohol adalah sebagai pelengkap ketika mengonsumsi narkoba. Disini klien merasa bersyukur, karena Allah menyayanginya, andai kata Allah tidak menyayangi nya pasti klien tidak dipertemukan dengan tempat rehabilitasi ini. Sehingga klien bertekat untuk memulai hidup yang lebih baik dengan mendekatkan kepada Allah Swt, sebagaimana pernyataan klien yang sudah konselor jelaskan pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.3 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 22 Oktober 2017)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Bersyukur aja sih mbak, alhamdulilah banget bisa masuk di tempat rehabilitasi, andaikan saya gak masuk sini, mungkin saya tambah parah. **Bersyukur** sekali saya mbak, disini saya juga bisa belajar sholat dan **bisa lebih mendekatkan diri kepada Allah Swt.**	Keimanan
2.	Konseli : Iya mbak, pengen saya juga gitu, saya juga kepengen punya masa depan yang cerah, setidaknya jadi anak yang membanggakan orang tuanya. **Saya sayang sama keluarga** saya mbak, apalagi sama ibu saya, **saya pengen menebus dosa** yang sudah saya lakukan selama ini	Hubungan

c) Wawancara ke – 3

Dari wawancara yang ketiga klien bercerita lanjutan dari cerita wawancara yang kedua, dulu klien sempat berpikir untuk berhenti mengonsumsi narkoba, hingga akhirnya klien memutuskan keluar dari rumah dan pergi ke tempat yayasan seperti panti asuhan untuk menyendiri dari lingkungan nya, perlu diketahui lingkungan tempat tinggal klien adalah pemicu utama penyebab klien menjadi pecandu dan pengedar. Itupun hanya bertahan beberapa bulan dan klien memutuskan untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kembali, saat kembali pun klien mulai mengonsumsi narkoba lagi bahkan lebih parah dari sebelumnya, dan disini lah klien mulai menjadi seorang pengedar. Klien disini sadar, saat menjadi pengedar narkoba banyak sekali ketakutan-ketakutan yang muncul, ketakutan ditangkap polisi dan lain sebagainya, klien ingin sekali hidup dengan tenang dengan bekerja dengan halal. Bahkan klien sedikit-demi sedikit sudah mulai bisa berpikir positif seperti pada pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.4 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 24 Oktober 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Maka dari itu saya pengen berubah menjadi yang lebih baik baik mbak. Saya juga pengen **membangun keluarga yang harmonis dengan balutan islami** ketika keluar dari sini.	Hubungan

d) Wawancara ke – 4

Dalam wawancara yang keempat ini konselor mencari tau bagaimana hubungan klien dengan istrinya, klien mengatakan bahwasannya pernikahannya dulu hanya karena hawa nafsu semata, dulu klien sangat kecanduan dengan narkoba, bahkan setiap hari klien ingin berhubungan seks, sehingga klien memutuskan untuk menikahi pacarnya yang sekarang ini menjadi istrinya. Akan tetapi istri klien sama seklai tidak mengetahui bahwa klien ini adalah seorang pecandu dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengedar narkoba. Hingga pada suatu hari istri menemukan narkoba di almari klien, dan karena kesal istri klien melaporkannya ke polres surabaya setempat, disini klien merasa marah, kesal terhadap istrinya. Akan tetapi klien mulai sadar mungkin ini adalah akibat selama ini membohongi istrinya. Dan klien sadar pernikahan yang tidak didasari niat karena Allah akan tetap berujung dengan tidak harmonis. Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.5 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 29 Oktober 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Soalnya niat saya menikah dari awal sudah salah mbak, hanya untuk berhubungan seksualitas saja, soalnya pada saat itu saya masih dalam ketergantungan narkoba. Saya **bertekat** untuk memperbaiki diri saya terlebih dahulu mbak, **saya ingin menjadi imam yang baik** lebih dulu, sebelum saya mejadi imam untuk istri saya kelak.	-Bertekat: **Semangat Hidup** -saya ingin menjadi imam yang lebih baik : **Keimanan**

e) Wawancara ke – 5

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam wawancara yang kelima ini klien sudah terlihat bebannya sedikit berkurang dengan berbagi cerita dengan konselor, akhirnya konselor melanjutkan untuk memberikan strategi mengubah masa lalu, konselor memberikan intruksi sebagai berikut

6. Focus, Tarik nafas hembuskan, pejamkan mata
7. Pikirkan satu pengalaman negatif yang anda alami pada masa lalu, lantas perhatikan ekspresi wajah, gerak tubuh, perasaan, dan perilaku anda.
8. Pikirkan pelajaran yang dapat anda petik dari pengalaman itu.
9. Bayangkan waktu membawa anda kembali ke masa lalu dan menghadapi peristiwa yang sama, siapkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai. Gunakan keterampilan yang telah anda pelajari. Perhatikan perasaan, pasti anda merasa lebih baik karena anda memanfaatkan pelajaran yang telah anda dapatkan. Persepsi dan pikiran anda positif
10. Bayangkan anda menghadapi masalah serupa di masa yang akan datang. Perhatikan sikap dan perasaan anda. Akal anda pasti semakin lihai berinteraksi dengan masalah seperti itu.

Klien disini mengikuti instruksi konselor secara benar, dengan membayangkan situasi di masa lalu, bahkan klien sampai meneteskan air mata. Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.6 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 31 Oktober 2017)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Saya terlalu banyak menyalahkan Tuhan mbak. Padahal itu adalah kesalahan saya sendiri. Saya selalu mengira bahwa Tuhan itu gak pernah adil. Disini **saya sadar**, saya **bersyukur karena Allah** masih sayang sama saya. Masih beri kesempatan saya untuk sembuh dari mengonsumsi narkoba	Keimanan

f) Wawancara ke – 6

Dalam wawancara Keenam konselor memberikan pertanyaan kepada klien tentang perasaannya setelah melakukan terapi berpikir positif (strategi mengubah masa lalu), klien mengatakan bahwasannya sempat terlintas di fikirannya, memang benar masa lalu itu hanya perlu dijadikan pengalaman hidup yang sangat berharga. “saya tidak membayangkan jika anak saya nanti seperti saya, pasti saya akan sangat malu, saya ingin memulai hidup yang lebih baik dan membangun keluarga yang sehat” tutur klien. Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.7 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 5 November 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Alhamdulilah mbak, **sempat terlintas dipikiran saya, memang benar**	Inspirasi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	masa lalu itu adalah pengalaman berharga	
2.	Konseli : Saya tidak bisa membayangkan mbak, jika anak saya menjadi seperti saya, betapa malunya saya, mungkin itu yang dirasakan keluarga saya saat ini. Oleh karena itu saya **terinspirasi** dari terapi berpikir positif yang telah mbak berikan kepada saya. karena dengan terapi itu **saya bisa berfikir lebih positif** dalam menanggapi permasalahan-permasalahan yang ada disekeliling saya.	Inspirasi
3.	Konseli : Tentunya saya akan memperbaiki diri ditempat rehabilitasi ini mbak, **saya akan fokus** pada pemulihan, sehingga ketika keluar dari sini saya tidak akan mengonsumsi narkoba lagi, saya janji	Semangat Hidup
4.	Konseli : Iya mbak, **saya yakin saya pasti bisa**. Seperti yang mbak katakan, ketika kita berpikir negatife maka hasilnya pun akan negatif. Ketika kita berpikir positif maka hasilnya akan positif. Dan **saya yakin** masa depan saya akan jauh lebih bahagia dan jauh lebih baik dari sebelumnya. Dan **saya yakin**	Antusiasme

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	potensi dalam diri saya jika saya kembangkan saya pasti akan jauh lebih maju.	
5.	Iya mbak, **Kebahagiaan itu kita sendiri yang menciptakan** yaitu disertai dengan perilaku-perlaku positif dan cara berpikir yang positif	Inspirasi

g) Wawancara ke – 7

Dalam wawancara ke tujuh ini konselor memberikan motivasi hidup, dimana motivasi ini yang akan perlahan-lahan mengetuk kata hati klien, sehingga klien bisa lebih mantap lagi dalam berpikir positif. Motivasi disini konselor berikan kepada klien berupa vidio motivasi, yang mana konselor sekaligus menyelipkan nasihat-nasihat didalamnya ketika vidio motivasi berlangsung, yang mana vidio motivasi pertama berjudul kehidupan tidak ada yang kebetulan, sebagaimana yang sudah konselor jelaskan secara detail pada halaman-halaman berikutnya. Setelah diberikan vidio motivasi, klien pun mampu mengambil hikmah apa yang terdapat dalam vidio tersebut,sehingga klien semakin semangat dalam menjalani aktivitas nya saat ini. Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.8 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 7 November 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Ketika kita ingin melakukan suatu kebaikan, maka kita harus melakukan nya	hubungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	dengan **tulus** mbak.	
2.	Konseli : Iya mbak siap, **saya pasti** lebih semangat lagi, apalagi dengan adanya semangat dari mbak, para konselor disini dan teman-teman dirini, saya **lebih bisa menghargai apa arti hidup**, dan hidup akan menjadi sia-sia jika kita sendiri tidak bisa memaknainya	Hubungan

h) Wawancara ke – 8

Dalam wawancara ke delapan ini konselor memberikan vidio motivasi berjudul pembakar semangat, yang dimana vidio motivasi ini diberikan dengan tujuan agar klien punya semangat hidup dan terus mau berjuang untuk hidup yang lebih baik, karena diluar sana banyak sekali orang yang jauh bahkan lebih tidak beruntung dari kita. Sehingga disini klien merasa terketuk hati nya dan merasa bahwa dirinya selama ini telah menyia-yiakan hidupnya untuk mengonsumsi narkoba, sehingga klien sadar bahwa sudah sepantasnya selalu bersyukur, Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.9 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 12 November 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Ternyata masih banyak orang-orang diluar sana yang kurang beruntung ya mbak,	Keimanan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	bahkan banyak yang punya keterbelakangan fisik, **saya sangat bersyukur Allah** berikan saya fisik yang sempurna, meskipun selama ini sudah sangat jauh dari jalan-Nya.	
2.	Konseli : Iya mbak, saya juga sudah **berjajanji untuk diri saya sendiri**, untuk menata masa depan lebih baik lagi	Antusiasme

i) Wawancara ke – 9

Dalam wawancara ke sembilan ini, konselor memberikan vidio motivasi yang ketiga yaitu perjuangan pemuda-pemudi anti narkoba. Disini konselor ingin membuat klien sadar betul bahwa narkoba adalah zat yang sangat membahayakan untuk manusia bahkan langsung menyerang sistem saraf otak, sehingga tindakan, emosional ditentukan oleh zat adiktif tersebut, dengan kata lain zat tersebutlah yang mengontrol tubuh kita, bahkan klien mengatakan "iya mbak saya juga merasakan saat sudah terputusnya zat tersebut dalam diri saya, bahkan ketika mengonsumsi narkoba, saya berubah menjadi orang yang sangat temperamen, sudah seharusnya saya menjauhi barang haram tersebut" turtur klien, Seperti pernyataan klien pada tabel analisis dibawah ini.

Tabel 3.10 Analisis Berpikir Positif

(Lampiran Verbatim,Wawancara 14 November 2017)

NO.	Pernyataan	Bepikir Positif
1.	Konseli : Iya mba, betapa bahaya narkoba	Hubungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	sangat perlu diwaspadai, kadang emang bener teman juga sangat mempengaruhi. Saya **sadar s**elama ini saya tidak bisa membedakan mana teman yang baik dan tidak. Oleh karena itu saat ini dan seterusnya **saya pasti bisa** membedakan mana yang benar-benar teman baik, berdasarkan pengalaman yang sudah saya alami.	

Dalam wawancara diatas, hanya dijelaskan pokok dari pertemuan-pertemuan dengan klien, wawancara detail terletak dalam lampiran verbatim. Ada 10 pertemuan dan itu dilakukan secara intens, untuk membuahkan hasil yang maksimal.

Adapun setelah selesai melakukan wawancara kepada klien, konselor memberikan sebuah motivasi yang berupa video yang dalam video tersebut berisi berbagai cerita sebagai berikut:

2) Motivasi

a. Motivasi Ke – 1 Kehidupan tak ada kebetulan

Kehidupan manusia sudah digariskan oleh Allah Swt, kita sebagai umatnya hanya bisa menjalankan, kita sebagai umatnya sudah diberikan akal untuk berfikir, akal yang dapat membedakan mana yang baik dengan yang buruk, perlu diketahui, manusia adalah makluk Allah yang paling sempurna dengan segala karunia yang telah diberikan. Kadang kita kurang bersyukur atas nikmat yang telah Allah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berikan, seperti kesehatan, fisik yang sempurna dan akal yang sehat, terkadang tak lain kita hanya menyia-nyiakan, Disaat kita terpuruk di dalam kesendirian, sebenarnya Allah sedang merindukan kita, Allah ingin kita bersujud dan memohon petunjuk hanya ke padaNya. Sungguh di dunia ini tidak ada yang nama nya kebetulan tanpa campur tangan Allah Swt. Bukan kah Allah selalu memberikan apa yang kita butuhkan bukan yang kita inginkan, itu karena Allah mendengar suara hati kita.

a) Inti cerita dalam video tentang inspirasi berpikir lebih positif pada motivasi ke-1

Inti dari cerita adalah ketika seseorang ingin berbuat baik, maka berbuat baiklah dengan hatimu dengan ketulusan yang ada dalam diri mu selagi itu dalam hal kebaikan. Sesungguhnya ketika kita ingin mendapatkan sesuatu tapi dengan tiba-tiba kita dengan mudah mendapatkan nya, itu karena Allah tau setiap tindakan dan perbuatan yang kita lakukan sebelumnya entah baik maupun buruk, ketika kita menanam kebaikan pasti suatu saat kita akan mendapatkan kebaikan pula dari orang lain saat kita mengalami kesusahan, begitu sebaliknya.

b) Motivasi konselor pada klien pada pemutaran video ke-1

Setelah melihat cerita ini konselor memberikan motivasi kepada klien ketika kita sedang mengalami masalah dan jika kita ingin keluar dari masalah tersebut hendaklah kita menata niat kita dari hati yang paling dalam, dalam hal ini masalah yang sedang anda hadapi yaitu belum bisa berpikir positif dalam setiap menghadapi masalah yang ada, dan belum berani membangkitkan semangat yang ada dalam diri anda saat ini, padahal jika anda ketahui, jika anda mau memulai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk yang lebih baik, diri anda akan melesat sangat luar biasa jauh lebih baik dari sebelumnya. Jangan terlalu focus menoleh ke belakang, ingatlah bahwa masa depan jauh lebih baik dari masa lalu, cukup masa lalu hanyalah dijadikan suatu yang sangat berharga bagi diri anda saat ini atau pun di kehidupan anda selanjutnya, sekarang lihatlah ke depan karena kebahagiaan sudah ada di depan mata anda dengan menghadapi, nikmati, dan bersyukur.

c) Perasaan klien setelah mendapatkan motivasi ke-1 dari konselor.

Setelah klien mendapatkan motivasi dari konselor, klien merasa bahwa diri nya harus bisa lebih baik dari sebelumnya " saya pasti bisa", dan harus bisa menghadapi masalah sekecil apa pun dengan fikiran yang bersih tanpa narkoba di masa yang akan datang, dan klien bertekad ingin focus menyembuhkan dirinya di tempat rehabilitasi, sehingga setelah keluar dari tempat rehab klien bisa melanjutkan hidupnya tanpa narkoba dan membanggakan ibu dan keluarga nya yang sempat klien permalukan Karena hidupnya selama ini.

b. Motivasi ke – 2 Pembakar Semangat

Pernahkah kita berpikir menjadi orang yang paling tidak beruntung di dunia, padahal faktanya kita masih jauh lebih beruntung dari kehidupan orang lain, kita masih diberikan kesehatan, fisik yang sempurna, sehingga kita dapat menjalankan aktivitas dengan sebaik mungkin. Akan tetapi kebanyakan orang yang tidak mengerti apa tujuan hidup, apa hal yang harus diraih, apa hal yang harus di impikan, mereka memilih bermalas-malasan dalam menjalankan hidup ini. Jalan kehidupan tidak selamanya mulus begitu saja, dan seorang pemenang tidak akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyerah hanya karna pernah gagal satu kali, seorang pemenang dibutuhkan gagal berkali-kali agar dia bisa menjadi pemenang. Jika kita mau dan selalu mencoba, kita akan diberikan jalan oleh Allah Swt. Karena sebaik-baiknya tempat memohon petunjuk adalah Allah Swt.

(1). Inti cerita dalam video tentang pembakar semangat pada motivasi ke-2

Video ini dipilih oleh konselor karena memiliki kesesuaian dengan masalah yang ada pada klien, ketika klien tidak bersemangat dalam menjalani hidup, entah dalam menghadapi masalah atau pun memberikan keputusan dalam hidupnya. Apa pun dalam hidup yang terpenting awali hari dengan niat yang tulus karena Allah Swt, yakinlah bahwa Allah selalu bersama orang-orang yang selalu mengingatNya.

(2). Motivasi konselor terhadap klien pada pemutaran video ke-2

Setelah melihat cerita ini konselor memberi motivasi kepada klien agar klien selalu bersyukur atas apa yang dia punya. Di luar sana banyak sekali pecandu narkoba yang mengonsumsi narkoba bahkan lebih dari 20 tahun lama nya, akan tetapi ketika Allah mulai mengetuk kata hati nya, dan dia mau benar-benar bersungguh untuk tidak lagi menyentuh barang haram tersebut, maka Allah pun senantiasa mempermudah niat baiknya. “Ketika orang lain bisa, tentunya anda juga pasti bisa”. Kembali lagi pada niat anda. Jika anda bersungguh-sungguh, niscaya tidak ada yang tidak mungkin, jika Allah sudah berkendak.

(3). Perasaan klien setelah mendapatkan motivasi ke-2

Setelah mendengar motivasi dari konselor klien merasa bahwa klien akan mencoba berubah atas sikapnya selama ini, klien akan selalu bersyukur kepada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah, dan bersyukur sudah dipertemukan dengan orang-orang yang baik sehingga klien bisa merasakan yang namanya proses rehabilitasi sebagai seorang pecandu narkoba.

c. Motivasi Yang Ke – 3 Tentang Perjuangan Pemuda-Pemudi Anti Narkoba

Narkoba marak di Indonesia dengan memakan jutaan jiwa yang kebanyakan adalah remaja. Narkoba mematikan fungsi saraf otak serta merusak organ vital tubuh seperti kerja jantung, liver maupun otak, sehingga bekerja dibawah alam bawah sadar, sehingga saat mereka melakukan suatu kejahatan mereka tidak pernah merasa takut. Bahaya narkoba sangatlah perlu diwaspadai. Kita bergaul dengan siapa pun, dengan teman di sekolah, lingkungan rumah dan sebagainya, akan tetapi kita sendiri harus bisa membedakan mana teman yang menjerumuskan dan mana teman yang baik untuk kita. Ingatlah teman yang baik tidak menawarkan narkoba. Dan memberantas narkoba bukan untuk pemerintah, melainkan untuk diri sendiri dan orang yang kita sayangi.

(1). Inti cerita dalam video tentang cerita perjuangan pemuda pemudi anti narkoba

Film ini dipilih oleh konselor karena memiliki kesesuain dengan masalah yang ada pada klien, Kesesuaian yang terkait dengan masalah adalah penggunaan narkoba, yang mana klien harus mengerti dampak dari penyalahgunaan narkoba.

(2). Motivasi konselor terhadap klien pada pemutaran video ke-3

Dalam hal ini konselor menasehati klien agar klien tidak mudah percaya dengan teman atau pun saudara yang sekiranya dapat menjerumuskan dirinya, teman yang jahat hanyalah mencari teman yang mau di ajak seperti dirinya, masuk dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kehidupannya, dan menjalani kehidupan yang menyakitkan seperti dirinya, percayalah kita akan lebih baik hidup tanpa narkoba, tetap *positive thingking* jalani hidup dengan benar dan sesuai agama yang sudah disyariatkan.

(3). Perasaan klien setelah mendapat motivasi video ke -3 dari konselor

Setelah klien mendengar motivasi dari konselor maka klien lebih bisa berhati – hati dalam memilih teman untuk kehidupan selanjutkan, agar bisa menjadi prbadi yang lebih baik.

e. Evaluasi dan Follow Up

Setelah konselor melakukan langkah-langkah di atas mulai dari (identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi) dalam langkah ini konselor sekarang berada pada langkah selanjutnya yaitu evaluasi, follow up.

Dalam langkah ini konselor melihat serta menindak lanjuti perubahan yang terjadi pada klien setelah dilakukan proses terapi, Disini dapat diketahui perkembangan yang terjadi pada klien namun untuk mengetahui perkembangan itu butuh waktu yang sangat lama.

Konselor dalam menggali data melalui wawancara dengan klien, dia menceritakan bahwa klien tersebut ada kemauan untuk mengubah dirinya menjadi lebih baik melalui motivasi, konselor memberikan bimbingan dalam menangani kasus. Klien juga termotivasi untuk membuat suatu usaha yang halal untuk masa depan nya disertai cara berpikir yang positif untuk menjadikan masa lalu nya sebagai suatu pelajaran yang sangat bermakna, tentunya semua kejadian dapat diambil hikmah atau sisi positifnya untuk menjadi yang lebih baik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Deskripsi Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba Di Palto Foundation Surabaya

Setelah melakukan proses terapi dalam menangani kasus pecandu narkoba yang kurang memiliki motivasi hidup serta kurang berpikir positive dalam mencapai masa depan yang lebih baik. Maka konselor membawa perubahan pada diri klien, konselor melakukan observasi dan wawancara.

Adapun perubahan pada diri klien pada saat proses Bimbingan dan Konseling ialah:

1. Memiliki keyakinan dengan bayangan positif, disini klien sudah mulai memikirkan keberhasilan apa yang akan diraih setelah proses pemulihan ditempat rehabilitasi selesai, dengan terus memikirkan keberhasilan-keberhasilan, sehinggaa bayangan-bayangan negatif tersebut mulai tersingkirkan dari pikiran klien.

2. Memiliki keyakinan, disini klien sudah bisa mendekatkan diri kepada Allah Swt dengan cara Sholat 5 waktu, bahkan klien sudah bisa berpikir positif untuk menanamkan sifat selalu bersyukur atas karunia, rizky, kesehatan yang Allah berikan

3. Menerima perubahan, klien disini sudah mampu menerima semua perubahan untuk masuk dalam dirinya, seperti untuk berhenti mengonsumsi narkoba, dan hal-hal yang berdampak positif untuk klien, seperti diajak mengaji, sholat jum’at dan lain sebagainya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. kadang-kadang berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, klien disini masih kadang-kadang mau berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, tentunya ini melihat kondisi, fisiologis klien saat terjadi masalah

5. Kadang-kadang mengeluh dan mencela, klien disini masih kadang-kadang mengeluh tentang masalah pribadinya, akan tetapi setidaknya klien sudah mulai bisa meminimalisir perasaan tersebut

6. Tidak pernah merasa frustasi dan gagal, klien disini sudah bisa tenang, damai dalam kesehariaanya, dikarenakan klien sudah iklas dengan niat karena Allah untuk menjauhi narkoba tersebut, sehingga klien tidak lagi merasakan frustasi karena zat berbahaya tersebut, bahkan sekarang lebih sering bersyukur

7. Selalu optimis, disini klien memiliki semnagat untk memperjuangkan hidupnya menjadi lebih baik dari sebelumnya bebas dari narkoba dan mempunyai semangat berjuang untuk mencari pekerjaan yang halal

8. kadang-kadang emosi tidak stabil, setiap orang pasti memiliki emosi, begitu juga dengan klien, akan tetapi disini klien tidak tempramental seperti sebelum dilakukan terapi, klin sudah bisa sedikit-demi sedikit mengontrol emosi nya

9. Selalu menerima nasihat, disini klien sudah mampu menerima nasihat entah dari konselor, staf dan manager plato foundation, klien disini mau diajak berpikir positif dan mau dibimbing ketika diberi nasihat

10. Tidak pernah hidup dengan bermalas- malasan, klien sekarang memiliki semangat hidup yang luar biasa. Ini terlihat di dalam keseharian klien, ketika klien mengikuti jadwal kegiatan di tempat rehabilitasi, mengikuti creative time dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penuh antusias, sholat 5 waktu, bahkan sudah mulai bisa untuk menerapkan sholat sunah.[76]

76 Observasi, *Pusat Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS DATA

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif untuk mengeksplorasi mengenai permasalahan yang diteliti yang terjadi pada klien. Setelah data diperoleh dari lapangan dengan cara wawancara, observasi dan dokumentasi seperti yang sudah dipaparkan peneliti sebelumnya, maka peneliti akan menganalisa sebagai berikut ;

A. Analisis Proses Dari Pelaksanaan Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba

Dalam proses pelaksanaan Terapi Berpikir Positif ini konselor menggunakan langkah-langkah sebagai berikut: identifikasi kasus, langkah diagnosa, prognosa, terapi, evaluasi & follow-up, analisis dalam langkah-langkah tersebut terdapat dalam tabel dibawah ini

Tabel 4.1
Analisis Deskriptif Komparatif Proses Pelaksanaan Terapi Berpikir Positif

No	Terapi Berpikir Positif	Data Empiris (Lapangan)
1.	Langkah Identifikasi Kasus Langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak	Langkah Identifikasi Kasus Dalam pengumpulam data peneliti melakukan wawancara dan observasi, dalam wawancara dan observasi tersebut peneliti bertemu dengan manager layanan pemulihan adiksi narkoba, psikolog, konselor pendamping, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		staf, di plato foundation. Menanyakan keadaan klien yang belum bisa berpikir positif mengenai setiap permasalahan dalam hidup untuk masa depan yang lebih baik, tidak percaya diri dalam mencapai masa depan yang jauh lebih sehat dan kurang bersemangat untuk mencapai hidup yang lebih baik.
2.	Langkah Diagnosa Yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya.	Langkah Diagnosa Masalah yang di alami klien yaitu pecandu narkoba yang kurang percaya diri dengan dirinya sendiri dan memandang lemah dirinya sehingga klien mudah sekali berpikir negatif dalam menyikapi persoalan hidup
3.	Langkah Prognosa Yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah.	Langkah Prognosa Dalam mengatasi masalah yang di alami klien peneliti memberikan jenis bantuan berupa terapi berpikir positif (strategi mengubah masa lalu), motivasi dan nasehat, dari bantuan tersebut peneliti berharap agar dapat membantu klien : a. Untuk mengubah pola berpikir klien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		dari negatif ke positif . b. Agar dapat mempunyai semangat hidup dan percaya diri. c. Agar mempunyai tanggung jawab dalam memperjuangkan hidup lebih baik.
4.	Langkah Terapi Yaitu langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah dilakukan dalam langkah prognosa	Langkah Terapi Peneliti memberikan pengarahan berupa terapi berikir positif (strategi mengubah masa lalu), motivasi dan nasihat pada klien : a. Berpikir positif (strategi mengubah masa lalu) kepada klien ketika sedang mengalami masalah, dalam hal ini masalah yang di alami yaitu klien masih berpikir negatif dalam menghadapi permasalahan hidup, klien belum keluar dari baying-bayang masa lalu sebagai pecandu narkoba dan pengedar yang membuatnya tersesat dan dirasa sulit untuk bangkit. Semua orang pasti memiliki permasalahan maupun pengalaman yang berbeda entah itu menyenangkan,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		menyedihkan, bahkan menyakitkan sekalipun. Akan tetapi masa lalu hanya bisa dijadikan suatu pengalaman atau pun pendidikan yang paling berharga dalam hidup, dari masa lalu anda bisa belajar untuk lebih hati-hati, dari masa lalau anda dapat belajar membedakan mana yang baik untuk kehidupan anda dan mana yang akan mempernburuk keadaan anda. Bayangkan ketika di masa depan anda menghadapi masalah yang sama seperti pada saat di masa lalu, bayangkan dengan ekpresi wajah yang sama saat anda masih berapa di masa lalu, tentunya anda juga tidak ingin jika keturunan anda kelak menjadi seperti anda, maka dari itu bangkit dengan berpikir positif, jika anda berpikir positif maka hasil yang anda dapatkan pun akan positif, jika anda masih berpikir negatif maka hal yang akan anda dapatkan hasil nya juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		negatif. Setelah mendapatkan terapi berpikir positif dalam strategi mengubah masa lalu tersebut dari konselor klien merasa bahwa dirinya harus bisa membuang jauh-jauh semuanya hal yang masih berbau dengan masa lalu nya, dan harus mengubah pola berpikirnya dari negatif ke positif, sehingga dapat tercapainya kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya. Klien merasa dirinya bisa berhasil menyelesaikan masalahnya secara perlahan-lahan sehingga tidak lagi menganggap lemah akan dirinya dan dapat tercapainya cita-cita yang diinginkan. b. Motivasi hidup kepada klien agar klien memiliki semangat hidup dan percaya diri bahwasannya anda “pasti bisa”. Ketika anda mempunyai kemauan pasti akan ada jalan yang akan Allah permudahkan. Ketika anda mempunyai tujuan hidup yang jelas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		seperti target apa yang anda harus raih, cita-cita apa yang harus anda capai terlebih dahulu, dengan begitu hidup anda akan terarah,selain merencanakan tak lain anda juga harus melibatkan Allah dalam setiap urusan, ketika anda selalu berada di jalan Allah dan selalu mengingat tentang Allah, niscaya ketika anda berada di jalan yang salah seperti masa lalu Allah akan mengetuk hati kecil anda. Jangan pernah berputus asa, hidup Cuma satu kali. Maanfaatkan hidup anda dengan hal-hal yang positif sehingga anda dapat hidup dengan tenang dengan dipenuhi kebahagiaan. Dengan itu klien merasa bahwa klien harus memiliki semangat hidup untuk memperjuangkan hidupnya, memulai dari nol kembali dan membangun semuanya dengan sehat tanpa narkoba. c. Nasehat kepada klien agar klien mempunyai tanggung jawab untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		mencapai hidup yang lebih baik, terlebih tanggung jawab kepada diri sendiri yakni tau bahwa jika tubuh mendapatkan azupan yang buruk seperti narkoba maka akan dapat merusak system saraf otak dan lainnya, terlebih anda juga harus bertanggung jawab menjaga nama baik keluarga nya. Dari nasehat itu klien merasa bahwa klien adalah laki-laki yang sudah seharusnya memiliki sikap tanggung jawab, karena kelak bagaimana pun klien akan menjadi kepala keluarga yang akan memimpin anak dan istrinya.
5.	Langkah Evaluasi & Follow-up Merupakan langkah yang dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan telah mencapai hasilnya.	Langkah Evaluasi dan Follow up Pada langkah ini dapat terlihat adanya perubahan yang ada pada diri klien : a. Pada awalnya sebelum terapi klien selalu berpikiran negatif terhadap sesuatu entah dalam menghadapi masalah maupun persoalan dalam hidupnya sekarang sedikit demi sedikit sudah mulai bisa berpikir positif. b. Yang awalnya Kurang bersemangat dalam menjalani hidupnya seperti

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		sering bermalas malasan sekarang sudah bisa bersemangat terlihat dalam kesehariannya ketika bersemangat bangun pagi dan memulai harinya lebih baik c. Yang awalnya emosi sering tidak stabil, sekarang sedikit demi sedikit sudah mulai bisa mengontrol emosinya d. Yang awalnya Kurang memiliki sikap tanggung jawab dalam keseharainnya, sekarang sudah mulai dewasa dalam setiap hal yang dilakukan e. Yang awalnya sering bicara tidak konsisten, sekarang sudah mulai bisa bicara apa adanya dan terbuka tanpa di buat – buat.

Berdasarkan tabel diatas bahwa proses pelaksanaan terapi ini konselor menggunakan langkah-langkah sebagai berikut: identifikasi kasus, langkah diagnose, prognosa, terapi, evaluasi & follow-up, dalam langkah-langkah terapi ini yaitu sebuah langkah yang digunakan sebagai pengumpulan informasi dan data yang berangkat dari berbagai sumber untuk menggali kasus dan gejala yang ada pada klien, dan dalam melaksanakan proses terapi konselor mencari waktu yang yang luang seperti pada saat klien istirahat, pada saat tidak ada kegiatan di tempat rehabilitasi seperti hari minggu, dan hari- hari yang tidak terlalu padat menyesuaikan jadwal kegiatan di tempat rehabilitasi plato foundation, karena waktu sangat penting dalam pelaksanaan proses terapi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam hal ini konselor menetapkan permasalahan yang sedang dihadapi oleh klien yaitu untuk mengubah pola berpikir negatif ke positif dengan disertasi motivasi sehingga dapat menumbuhkan semangat hidup, dalam pemberian bantuan ini konselor berharap agar klien dapat mengubah hidupnya menjadi luar biasa dan lebih baik dari sebelumnya dengan menerapkan berpikir positif dan semangat hidup yang tentunya berjalan seiringan.

Jadi berdasarkan teori dan data yang sudah terdeskripsikan diatas pada saat proses pelaksanaan terapi , diperoleh bahwa proses ini bisa mengetahui permasalahan yang sedang di alami klien.

B. Analisis Hasil Akhir Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pecandu Narkoba

Dalam melakukan analisa data untuk mengetahui hasil dari penelitian pada meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba, konselor menyajikan data yang telah diperoleh dari pengamatan aktifitas sehari-hari dan wawancara dengan konselor pendamping di plato foundation, klien, dan teman sesama pecandu narkoba, selain itu konselor membandingkan efektifitas kehidupan klien sehari-hari, apakah ada perubahan setelah proses terapi dilakukan.

Sebelum proses terapi pada klien yang belum bisa berpikir positif dan semangat dalam menjalani hidup. kemudian dilakukan proses terapi, setelah dilakukan proses tersebut klien mengalami perubahan, klien dulunya masih berpikir negatif mengenai hidupnya sekarang klien sudah bisa berpikir positif, awalnya klien tidak semangat menjalani hidup sekarang klien sudah bisa semangat dalam menjalani hari-harinya, awalnya klien bersikap tidak tanggung

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

jawab mengenai hidupnya akan tetapi sekarang klien sudah bisa bertanggung jawab dalam kesehariannya, dapat terlihat jelas bahwa proses terapi yang dilakukan membawa perubahan yang baik pada diri klien, yang dulunya klien memiliki emosional yang tidak stabil sekarang sudah bisa mengontrol emosi nya dalam kegiatan sehari-hari. Sehingga kini kehidupan klien kembali menjadi lebih baik, konselor berharap perubahan yang terjadi pada klien akan bertahan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sedangkan untuk melihat tingkat keberhasilan dan tidaknya, peneliti berpedoman pada table dibawah sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil Observasi Kondisi Klien Sebelum dan Sesudah Dilakukan Proses Terapi

No	Aspek sikap	Sebelum Terapi			Sesudah Terapi		
		A	B	C	A	B	C
1.	Keyakinan dengan bayangan negatif	√					√
2.	Menyepelekan keyakinan	√					√
3.	Menolak perubahan	√					√
4.	Tidak berperan aktif dalam menyelesaikan masalah	√				√	
5.	Selalu mengeluh dan mencela						

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		√				√	
6.	Selalu merasa frustasi dan gagal	√					√
7.	Selalu pesimis	√					√
8.	Emosi tidak stabil	√				√	
9.	Tidak Menerima nasihat	√					√
10.	Hidup dengan bermalas-malasan	√					√

Keterangan :

A. Sering

B. Kadang-Kadang

C. Tidak Pernah

Keterangan dari table diatas sebagai berikut :

Sebelum diberikan terapi

1. Sering memiliki keyakinan dengan bayangan negatif, klien disini sering menyakini kegagalan dari pada keberhasilan dan bayangan kegagalan selalu ada dalam pikirannya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Sering menyepelekan keyakinan, klien cenderung menyepelekan kepercayaan, proses ibadah, dan amal perbuatan
3. Sering menolak perubahan, klien disini merasa tidak aman ketika menghadapi perubahan karena itu dia menolaknya, dan memilih tetap tinggal di zona nyaman
4. Sering tidak berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, kepribadian negatif klien sangat berhubungan erat dengan perasaannya, jadi ketika klien sedang menghadapi masalah, klien cenderung panik dan emosional.
5. Sering mengeluh dan mencela, karena kepribadian klien yang negatif, disini klien cenderung menyalahkan orang lain atas sesuatu yang dialaminya dan melemparkan tanggung jawab tersebut kepada orang lain
6. Sering merasa frustasi dan gagal, disini klien mempunyai pikiran negatif yang berkali-kali klien menguatkan pemikirannya hingga menjadi keyakinan maka klien selalu dibayang-bayangi kegagalan, sehingga pikiran negatif tersebut akan berbalik kepadanya dan dari waktu ke waktu perasaan yang seperti itu akan kian menumpuk dan mengakar dalam alam bawah sadarnya hingga menjadi spontanitas yang tidak disadari
7. Sering menjadi pesimis, klien cenderung memprediksi bahwa sesuatu itu akan berakhir buruk
8. Sering memiliki emosi tidak stabil, klien memiliki emosi yang berubah-ubah, tergantung situasi, perasaan dan keadaan klien pada saat terjadi masalah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9. Sering tidak menerima nasihat, disini klien enggan menerima nasihan dari siapa pun, klien beranggapan bahwa tidak ada masalah pada dirinya, klien beranggapan bahwa dirinya baik-baik saja
10. Sering hidup dengan bermalas- malasan. Disini klien banyak menghabiskan waktu untuk tidur, makan, mengonsumsi narkoba, dan banyak hal dilakukan dengan sia-si

Sesudah diberikan terapi:

2. Tidak pernah memiliki keyakinan dengan bayangan negatif, disini klien sudah mulai memikirkan keberhasilan apa yang akan diraih setelah proses pemulihan ditempat rehabilitasi selesai, dengan terus memikirkan keberhasilan-keberhasilan, sehinggaa bayangan-bayangan negatif tersebut mulai tersingkirkan dari pikiran klien.
2. Tidak pernah menyepelekan keyakinan, disini klien sudah bisa mendekatkan diri kepada Allah Swt dengan cara Sholat 5 waktu, bahkan klien sudah bisa berpikir positif untuk menanamkan sifat selalu bersyukur atas karunia, rizky, kesehatan yang Allah berikan
3. Tidak Pernah menolak perubahan, klien disini sudah mampu menerima semua perubahan untuk masuk dalam dirinya, seperti untuk berhenti mengonsumsi narkoba, dan hal-hal yang berdampak positif untuk klien, seperti diajak mengaji, sholat jum’at dan lain sebagainya
4. kadang-kadang tidak berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, klien disini masih kadang-kadang mau berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, tentunya ini melihat kondisi, fisiologis klien saat terjadi masalah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Kadang-kadang mengeluh dan mencela, klien disini masih kadang-kadang mengeluh tentang masalah pribadinya, akan tetapi setidaknya klien sudah mulai bisa meminimalisir perasaan tersebut
6. Tidak pernah merasa frustasi dan gagal, klien disini sudah bisa tenang, damai dalam kesehariaanya, dikarenakan klien sudah iklas dengan niat karena Allah untuk menjauhi narkoba tersebut, sehingga klien tidak lagi merasakan frustasi karena zat berbahaya tersebut, bahkan sekarang lebih sering bersyukur
7. Tidak pernah pesimis, disini klien memiliki semnagat untk memperjuangkan hidupnya menjadi lebih baik dari sebelumnya bebas dari narkoba dan mempunyai semangat berjuang untuk mencari pekerjaan yang halal
8. kadang-kadang emosi tidak stabil, setiap orang pasti memiliki emosi, begitu juga dengan klien, akan tetapi disini klien tidak tempramental seperti sebelum dilakukan terapi, klin sudah bisa sedikit-demi sedikit mengontrol emosi nya
9. Tidak pernah enggan ketika menerima nasihat, disini klien sudah mampu menerima nasihat entah dari konselor, staf dan manager plato foundation, klien disini mau diajak berpikir positif dan mau dibimbing ketika diberi nasihat
10. Tidak pernah hidup dengan bermalas- malasan, klien sekarang memiliki semangat hidup yang luar biasa. Ini terlihat di dalam keseharian klien, ketika klien mengikuti jadwal kegiatan di tempat rehabilitasi, mengikuti

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

creative time dengan penuh antusias, sholat 5 waktu, bahkan sudah mulai bisa untuk menerapkan sholat sunah[77].

Dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa sesudah mendapatkan terapi bisa diketahui perubahan yang tejadi dari sikap klien ketika berkomunikasi dengan konselor, dan klien Tidak Pernah Melakukan pada 7 point, sedangkan yang kadang-kadang melakukan 3 point, dan yang sering melakukan 0 point, yang hal itu dapat dijelaskan sebagai berikut:

Dengan demikian terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba , maka dapat dikategorikan cukup berhasil dengan adanya perubahan sebelum dan sesudah diterapi sebagaimana yang sudah dijelaskan pada tabel. [78]

77 Wawancara dan Observasi, *Pusat Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)

78 Observasi, *Rehabilitasi Anak dan Remaja*, (Surabaya : Plato Foundation)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Dalam pembahasan terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba di plato foundation. Dapat peneliti simpulkan sebagai berikut :

1. Terapi berpikir positif adalah proses pengobatan atau penyembuhan manusia untuk bisa membedakan mana yang bermanfaat dan tidak bermanfaat, antara yang halal dan yang haram, antara positif dan negatif, dan dengan begitu ia bisa memilih yang cocok bagi dirinya dan bertanggung jawab atas pilihannya. Proses terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba adalah dengan mengikuti langkah-langkah konseling, langkah pertama identifikasi masalah untuk mengetahui bagaimana awal terjadi permasalahan dengan mengumpulkan data-data yang ada pada diri klien. Langkah kedua adalah diagnosa, setelah hasil dari identifikasi masalah. Konselor dapat mengambil suatu kesimpulan mengenai masalah adanya kurang rasa percaya diri dengan dirinya sehingga klien memandang dirinya lemah dan berpikir negatif dalam menyikapi persoalan hidup sehingga memicu kurangnya semangat dalam hidup. Langkah ketiga prognosa menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan digunakan dalam membantu menyelesaikan masalah klien. Disini konselor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggunakan terapi berpikir positif dengan strategi mengubah masa lalu yang disertai motivasi-motivasi. Terakhir adalah evaluasi/*follow up* mengevaluasi tindakan klien dengan melihat perubahan-perubahan yang ada pada diri klien. Proses terapi diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses terapi.

2. Hasil akhir pelaksanaan terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba dikategorikan cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari perubahan yang ditunjukkan oleh klien yaitu kondisi klien yang semula belum bisa antusias, memiliki keyakinan, mempunyai hubungan yang baik dengan orang lain, serta mempunya inspirasi yang baik untuk diri sendiri dan orang lain, menerima motivasi maupun nasihat dari konselor atau acuh tak acuh, sekarang sudah mulai bisa menerima masukan-masukan maupun saran dari konselor, itu terlihat dari ekspresi yang ditunjukkan. Dan klien saat ini sudah bisa berpikir positif dalam memandang masa depan nya dan mampu menjadi kan pengalaman sebagai pelajaran berharga. Dan mampu membuang pikiran negatif dalam memandang setiap permasalahan dalam hidup.

B. Saran

Adapun saran-saran dari peneliti adalah

1. Saran Teoritik

Dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif hingga dalam meningkatkan diperlukan penelitian yang berkelanjutan agar dapat menyempurnakan penelitian ini, untuk dapat mencapai sebuah keberhasilan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam menangani kasus untuk meningkatkan motivasi hidup pecandu narkoba, maka dalam proses konseling menggunakan Terapi Berpikir Positif dengan strategi mengubah masa lalu untuk dapat mengubah pola pikir klien.

2. Secara Praktis

Untuk klien diharap agar lebih bisa berpikiran positif mengenai segala hal, entah itu dalam mencapai masa depan yang di inginkan atau pun mengenai persoalan-persoalan hidup. Karena setiap permasalahan dalam hidup tak lain ada hikmah dibelakangnya yang harus kita pahami dan dijadikan pelajaran yang berharga.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Afif, Athonul. 2015. *Mengendalikan Masa Depan*. Yogyakarta: IRCiSoD.

Amalia, Dita. 2012. *Rehabilitasi Sosial Pecandu Dan Korban Penyalahguna NAPZA*. Surabaya: Plato Foundation.

Amrullah, Abdul Malik Karim. 1983. *Tafsir al Azhar Juz 2*. Jakarta: Pustaka Panjiman.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Azura, Umma. 2014. *Berpikir Positif* . Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Bahri, Syaiful. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Bungin, Burhan. 2011. *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kualitatif dan Kuantitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga.

Cahyono, Suprat Dwi. 2016. *Pengaruh Self Efficacy dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika.Volume 3. Nomor 5.

Diane E, Papalia dkk. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Ke Sembilan.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

El-Bahdal, Musa Rasyid. 2010. *Asyiknya Berpikiran Positif*. Jakarta: Penerbit Zaman.

Elfiky, Ibrahim. 2015. *Terapy Berpikir Positif*. Tangerang: Nusantara Lestari Ceria Pratama.

Fanani, Ahmad. 2010. *Tips Menjadi Pribadi Lebih Hebat*. Jogjakarta: Katahati.

Ferdian, Ahmad. 2017. *Tinjauan Hukum Pidana IslamTerhadap Sanksi Penyalahgunaan Narkotika Yang Dilakukan Oleh Anak*. Skripsi. IAIN Raden Intan Bandar Lampung.

Fikriansyah. 2009. *The Power Of Motivation*. Jakarta: BEE Media Indonesia.

Hamdani, Bakran Adz-Dzaky. 2001. *Psikoterapi & Konseling Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.

Hamzah, Andi. 1994. *Kejahatan Narkotika dan Psikotropika*. Jakarta: Sinar Grafika.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hamzah. 2012. *Terapy Berpikir Positif Dengan Al – Qur'an*. Yogyakarta: Araska Pinang Merah.

Hari, Kurniawan. 2015. *Terapi Berfikir Positif dengan Alqur'an dan Al hadist*. Yogyakarta: Araska Publisher.

Hasan, Holijah. 1994. *Dimensi-Dimensi Psikologi Pendidikan*. Surabaya: PF Al-Ikhlas.

Herdiansyah, Haris. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu – Ilmu Sosial*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.

JATIM, BNNP. 2016. *Pedoman Kader Penyuluh Anti Narkoba*. Surabaya: Ngagel Madya.

Ling, Jonathan. 2012. *Psikologi kognitif*. Jakarta: Erlangga.

Lydia, Harlina Martono. 2005. *Modul Latihan Pemulihan Pecandu Narkoba Berbasis Masyarakat*. Jakarta: Balai Pustaka.

Martono, Lydia Harlina & Satya Joewana. 2006. *Membantu Pemulihan Pecandu Narkoba dan Keluarganya*. Jakarta: Balai Pustaka.

Moch. Choliq Al Muchlis. *Pusat Pemberdayaan dan Pemulihan Adiksi Narkoba Bagi Anak dan Remaja. Plato Foundation*. Jl. Jojoran I No 96 A Surabaya

Moleong, Lexy J. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Muryanta, Andang. 2017. *Narkoba dan Dampaknya Terhadap Pengguna*. Artikel diakses tanggal 25 Agustus.

Mustofa, Ali. 2014. *Pengaruh Layanan Informasi Dengan Menggunakan Media Grafis Terhadap Motivasi belajar Siswa*. Jurnal Pendidikan. Volume 1. Nomor 1. Oktober.

Nawawi, Hadari & Martini Hadari. 1995. *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Noviarini, Nur Afni**.** 2013. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Pecandu Narkoba Yang Sedang Menjalani Rehabilitas*. Jurnal Psikologi. Volume 5. Bandung 8-9 Oktober.

Papalia, Diane E. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Ke Sembilan* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Putri, April Riani. 2016. *Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika. Volume 3. Nomor 5.

Sardirman. 2006. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sasangka, Hari. 2003. *Narkotika dan Psikotropika Dalam Hukum Pidana*. Bandung: Mandar Maju.

Slavin, Robert. 2011. *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktek.* Jakarta: Permata Putri Media.

Smith, Tony. 1989. *Penyalahgunaan Obat – obatan*. Jakarta: Dian Rakyat.

Sobur, Alex. 2011. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.

Soemanto, Wasty. 1990. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Soetoe, Samuel. 1982. *Psikologi Pendidikan.* Bandung: Penerbit Fakultas Ekonomi UI.

Steinem, Gloria. 2010. *Mengubah Keadaan Untuk Mencapai Puncak Sukses*. Jakarta: Binarupa Aksara.

Sugiono. 2010. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: ALFABETA.

Supramono, Gatot. 2004. *Hukum Narkoba Indonesia*. Jakarta: Djambatan.

Suprapto. 1999. *penyalahgunaan obat – obatan terlarang dan kaitannya dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku serta pengaruhnya karena pengedar secara bebas khusus bagi generasi muda remaja*. Riau: Kantor wilayah departemen Kesehatan.

Undang – Undang Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika

Uno, Hamzah B. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Washsh, Moh. 2005. *Mencapai keluhanuarga Barokah.* Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Winardi. 2001. *Motivasi dan Kemotivasian Dalam Managemen*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Yuliantari, Komang Trisna. 2016. *Analisis Motivasi Berprestasi Bahasa Indonesia*. Jurnal Pendidikan. Volume 6. Nomor 3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id