

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Tentang Terapi Rasional Emotif Behavior

Di bawah ini akan dijelaskan tentang Terapi Rasional Emotif Behavior yang menekankan peran pemikiran dan sistem kepercayaan sebagai akar masalah dari pribadi seseorang.

1. Pengertian Terapi Rasional Emotif Behavior

Dalam sejarahnya, pada tahun 1955 Albert Ellis adalah peletak dasar Terapi Rasional Emotif Behavior atau lebih tepatnya di sebutan “Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)”. Pada saat itu, awal mulanya REBT berdasarkan dari hasil pengamatan terhadap anak yang tidak mencapai kemajuan karena dia tidak memiliki pemahaman yang tepat dalam hubungannya dengan peristiwa yang dialami. Ellis memiliki perspektif bahwa REBT merupakan sebuah terapi yang sangat komprehensif dalam menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan juga perilaku seseorang. Dalam bukunya, Latipun berpandangan bahwa terapi rasional emotif behavior adalah aliran salah satu bentuk terapi yang menaruh perhatiannya pada asumsi bahwa manusia itu dilahirkan dengan potensi, baik

untuk berfikir rasional dan jujur maupun berfikir irrasional atau jahat, sehingga individu akan menjadi lebih produktif dalam kehidupannya.¹

Menurut Gerald Corey mengasumsikan bahwa Terapi rasional emotif behavior itu adalah terapi yang menitikberatkan untuk berfikir, menilai, memutuskan, menganalisis dan bertindak. Dia juga menegaskan bahwa manusia itu memiliki sumber yang tak terhingga bagi aktualisasi potensi dirinya dan bias mengubah ketentuan-ketentuan pribadi yang dihadapi dalam tatanan masyarakat.²

Sedangkan menurut Ws. Winkel berpendapat bahwa terapi rasional emotif behavior adalah corak klien yang menekankan pada kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal yang sehat (*Rational Thinking*), berperasaan (*Emoting*), dan berperilaku (*Acting*), sekaligus juga menekankan bahwa perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan manusia dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.³

Maka dengan demikian, atas dasar beberapa pengertian di atas, penulis menyimpulkan bahwa yang disebut dengan terapi rasional emotif behavior yaitu merupakan terapi yang berusaha untuk menghilangkan cara berfikir seseorang klien yang awal mulanya tidak logis dan irasional dengan

¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 2005. Hal: 91-95

² Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*, Refika Aditama, Bandung, 2009. Hal: 240-241

³ Ws. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Grasindo, Jakarta, 1991. Hal: 364

mengantinya kepada sesuatu yang logis dan rasional dengan cara mengonfrontasikan seseorang klien atas keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan dan membahas keyakinan yang irasional sehingga seseorang klien akan menjadi bahagia, produktif dan berkualitas.

2. Hakikat Manusia Menurut Terapi Rasional Emotif Behavior

Secara umum prinsip yang mendominasi manusia ada dua, yaitu pikiran dan perasaan. Pada hakikatnya bahwa setiap manusia yang normal memiliki pikiran, perasaan, dan perilaku yang ketiganya berlangsung secara simultan. Dalam memandang hakikat manusia tersebut, terapi rasional emotif behavior memiliki sejumlah asumsi tentang kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dalam hubungannya dengan dinamika pikiran dan perasaan. Asumsi tentang hakikat manusia menurut terapi rasional emotif behavior adalah sebagai berikut:⁴

- a) Pada dasarnya individu itu unik. individu memiliki kecenderungan untuk berfikir rasional dan irrasional. Ketika berfikir dan berperilaku rasional maka dia efektif, bahagia dan kompeten. Ketika berfikir dan berperilaku irrasional, maka sebaliknya dia dalam keadaan tidak efektif.
- b) Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari.

⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 2005. Hal: 99-101

- c) Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berfikir yang tidak logis atau irrasional. Emosi menyertai individu yang berfikir dengan penuh prasangka, sangat personal dan irrasional.
- d) Berfikir irrasional diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan kultur tempat dimana dibesarkan. Dalam proses pertumbuhannya mereka akan terus berfikir dan merasakan dengan pasti tentang dirinya dan tentang yang lain. “Ini adalah baik” dan yang “itu adalah jelek”. Pandangan ini terus membentuk cara pandang kehidupan selanjutnya.
- e) Berfikir secara irrasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berfikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berfikir yang tepat.
- f) Perasaan dan berfikir negative dan penolakan diri harus dilawan dengan cara berfikir yang rasional dan logis yang dapat diterima oleh akal sehat serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

3. Teori Kepribadian Dalam Terapi Rasional Emotif Behavior

Untuk mengetahui dinamika kepribadian dalam pandangan terapi rasional emotif behavior perlu kita memahami konsep-konsep dasar yang seperti dikemukakan oleh Ellis (1994), dimana ada tiga hal dalam kaitannya

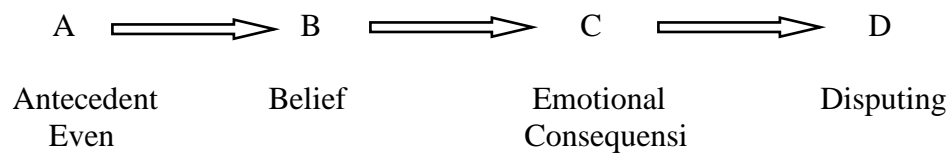
dengan perilaku seseorang, yaitu *Antecedent Event* (A), *Belief* (B), dan *Emotional Consequence* (C), yang kemudian dikenal dengan konsep A-B-C⁵.

Antecedent Event (A) merupakan suatu keberadaan fakta, suatu peristiwa, dan tingkah laku atau sikap seseorang. Seperti halnya perceraian, kelulusan bagi para siswa, juga dapat menjadi *Antecedent Event* bagi seseorang.

Belief (B) yaitu merupakan keyakinan, pandangan, dan nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Yang mana keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*rational belief* atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (*irrational belief* atau iB).

Emotional Consequence (C) adalah konsekuensi atau reaksi emosional seseorang sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan (A). Konsekuensi dari emosional ini bukan akibat langsung dari (A) tapi lebih disebabkan oleh keyakinan individu (B) baik itu yang rasional atau yang irasional.

Jika kita gambarkan hubungan antara peristiwa, sistem keyakinan dan reaksi seperti gambar berikut:



⁵ Ibid, Hal: 93-95

Setelah ABC, maka menyusul D yaitu penerapan metode ilmiah untuk membantu klien menantang keyakinan-keyakinan erosional yang telah mengakibatkan gangguan-gangguan emosi dan tingkah laku.⁶ Misalnya ketika seseorang mengalami depresi sesudah perceraian, maka bukan perceraian itu sendiri yang menjadi penyebab dari timbulnya reaksi depresi, melainkan keyakinan orang itu tentang perceraian sebagai sebuah kegagalan, penolakan atau kehilangan teman hidup. Ellis berkeyakinan akan penolakan dan kegagalan (pada B) adalah menyebabkan depresi (pada C), bukan peristiwa perceraian yang sebenarnya (pada A). Jadi manusia harus bertanggung jawab atas penciptaan reaksi-reaksi emosional dan gangguan-gangguannya sendiri.

Terapi rasional emotif behavior tentang kepribadian menggunakan formula A-B-C, akan tetapi dilengkapi oleh Ellis sebagai teori klien menjadi A-B-C-D-E (antecedent event-belief-emotional consequence-disputing-effect). Effect yang dimaksud disini adalah keadaan psikologis yang diharapkan terjadi pada klien setelah mengikuti proses klien.⁷

⁶ Ibid, Hal: 92

⁷ Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Eresco, Bandung, 1997. Hal: 245-247

4. Karakteristik Perilaku Bermasalah Menurut Pandangan Terapi Rasional Emotif Behavior

Dalam terapi rasional emotif behavior bahwa yang dinamakan perilaku bermasalah adalah perilaku yang didasari oleh cara berfikir yang irrasional. Albert Ellis mengemukakan indikator keyakinan irasional yang berlaku secara universal. Indikator orang yang berkeyakinan irasional tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Tuntutan untuk selalu dicintai dan didukung oleh orang terdekat (*significant others*).
- b. Pandangan bahwa tindakan tertentu adalah mengerikan dan jahat, dan orang yang melakukan tindakan demikian itu sangat terkutuk.
- c. Tidak senang atau mengerikan atas kejadian yang tidak diharapkan.
- d. Pandangan bahwa segala masalah selalu disebabkan oleh faktor eksternal, dan peristiwa itu menimpa kita melalui orang lain.
- e. Pandangan bahwa jika sesuatu itu berbahaya atau menakutkan maka akan terganggu dan selalu tidak akan berakhir memikirkannya.
- f. Pandangan bahwa kita lebih mudah menghindari berbagai kesulitan hidup dan tanggung jawab dari pada berusaha untuk menghadapinya.
- g. Pandangan bahwa kita selalu membutuhkan bantuan orang lain atau orang asing yang lebih besar daripada diri sendiri sebagai sandaran.
- h. Pandangan bahwa kita seharusnya kompeten, inteligen, dan mencapai semua kemungkinan yang menjadi perhatian kita.

- i. Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai tanpa berbuat apapun.
- j. Pandangan bahwa kita harus memiliki kepastian dan pengendalian yang sempurna atas sesuatu hal bahwa dunia ini penuh dengan probabilitas (serba mungkin) dan berubah serta kita hidup nikmat sekalipun demikian keadaannya.
- k. Pandangan bahwa kebahagiaan manusia dapat dicapai dengan santai dan tanpa berbuat.

Keyakinan yang irasional tersebut menghasilkan reaksi emosional pada individu. Dalam perspektif Ellis, keyakinan yang rasional mengakibatkan pada perilaku dan reaksi individu yang tepat, sedangkan keyakinan yang irasional berakibat pada reaksi emosional dan perilaku yang salah.⁸

Sedangkan ciri-ciri dari berfikir irasional yaitu: (a) tidak dapat dibuktikan kebenarannya, (b) menimbulkan perasaan tidak enak (seperti kecemasan, kekhawatiran, prasangka) yang sebenarnya tidak perlu, (c) menghalangi individu untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari yang produktif efektif⁹.

⁸ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 2005. Hal:96

⁹ Pihasnawati, *Psikologi Konseling*, TERAS, Yogyakarta, 2008. Hal :81,83

5. Karakteristik Keyakinan Irrasional Dalam Terapi Rasional Emotif Behavior

Nelson-Jones dalam buku “Psikologi Konseling” menambahkan karakteristik umum cara berfikir irrasional yang dapat dijumpai secara umum sebagai berikut:¹⁰

- a) Terlalu menuntut (*Demandingness*), dimana perintah atau komando yang berlebihan oleh terapi rasional emotif behavior dibedakan dengan hasrat, pikiran dan keinginan. Hambatan emosional terjadi ketika individu menuntut “harus” terpenuhi, dan bukan “ingin” terpenuhi. Menurut Ellis “harus” merupakan cara berpikir absolut tanpa ada toleransi. Tuntutan itu membuat individu mengalami hambatan emosional.,
- b) Generalisasi secara berlebihan (*Overgeneralization*), berarti individu menganggap sebuah peristiwa atau keadaan diluar batas yang wajar. *Overgeneralization* dapat diketahui secara semantik “sayalah orang yang paling bodoh di dunia ini ”. ini adalah overgeneralization karena kenyataannya dia bukan sebagai orang yang terbodoh.
- c) Penilaian diri, pada dasarnya seseorang dapat memiliki sifat yang menguntungkan an tidak menguntungkan. Yang terpenting dia dapat belajar untuk menerima dirinya tanpa syarat.

¹⁰ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 2005. Hal: 97-99

- d) Penekanan (*Awfulizing*) memiliki makna yang hamper sama dengan demandingness. Jika demandingness menuntut dengan “harus”, maka dalam *awfulizing* tuntutan atau harapan itu mengarah ada upaya peningkatan secara emosional dicampur dengan kemampuan untuk problem solving yang rasional. Penekanan ini akan mempengaruhi individu dalam memandang antecedent event secara tepat dan arena itu digolongkan sebagai cara berfikir yang irrasional.
- e) Kesalahan atribusi adalah kesalahan dalam menetapkan sebab dan motivasi perilaku baik dilakukan sendiri, orang lain, atau sebuah peristiwa. Kesalahan atribusi disini sama dengan alasan palsu diri seseorang dan umumnya berakibat pada hambatan emosional.
- f) Anti pada kenyataan, hal ini terjadi karena tidak dapat menunjukkan fakta empiris secara tepat. Orang yang berkeyakinan irasional, pertama kali cenderung kuat untuk memaksa keyakinan yang irasional dan menggugurkan sendiri gagasannya yang sebenarnya rasional. Orang yang rasional akan dapat menunjukkan fakta secara empiris.
- g) Repetisi, dimana keyakinan yang irasional terjadi berulang-ulang. Sebagaimana yang ditekankan oleh Ellis, seseorang cenderung mengajarkan dirinya sendiri dengan pandangan yang menghambat dirinya.

6. Tujuan Terapi Rasional Emotif Behavior

Berdasarkan pandangan dan asumsi tentang hakekat manusia dan kepribadiannya serta konsep teoritik dari REBT, tujuan utama dari terapi ini adalah sebagai berikut:

- a. Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan klien yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis agar klien apat mengembangkan diri,
- b. Menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut dan rasa bersalah¹¹.

7. Peranan Konselor Dalam Terapi Rasional Emotif Behavior

Dalam hal ini konselor diharapkan dapat memberikan penghargaan positif tanpa syarat kepada klien atau yang disebutnya dengan unconditional self-acceptance atau dikenal dengan sebutan penerimaan diri tanpa syarat, bukan dengan syarat.

Untuk mencapai tujuan klienng sebagaimana yang dikemukakan diatas konselor rasional emotif behavior terapi memiliki peran yang sangat penting. Dimana konselor dalam hal ini memiliki peran sebagai berikut:

- a) Konselor lebih edukatif-direktif kepada klien yaitu dengan banyak memberikan cerita dan penjelasan, khususnya pada tahap awal.

¹¹ Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, Pustaka Bani Quraisy, Bandung, 2003. Hal: 16

- b) Mengkonfrontasikan masalah klien secara langsung.
- c) Menggunakan pendekatan yang dapat memberi semangat dan memperbaiki cara berfikir klien, kemudian memperbaiki mereka untuk dapat mendidik dirinya sendiri.
- d) Dengan gigih dan berulang-ulang dalam menekan bahwa ide irrasional itulah yang menyebabkan hambatan emosional pada klien.
- e) Menyerukan klien menggunakan kemampuan rasional daripada emosinya.
- f) Menggunakan pendekatan deduktif dan filosofis.
- g) Menggunakan humor sebagai cara mengkonfrontasikan berfikir secara irrasional.

8. Teknik-Teknik Terapi Rasional Emotif Behavior

Dalam Terapi Rasional Emotif menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, behaviorial dan humor yang disesuaikan dengan kondisi klien. Setiap konselor dapat mempergunakan gabungan-gabungan teknik sejauh penggabungan itu memungkinkan. Teknik-teknik tersebut diantaranya, yaitu:

a. Terapi Kognitif

Beberapa terapi kognitif yang cukup dikenal adalah :

- 1) *Home work assignment* atau pemberian tugas rumah. Yaitu teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melatih,

membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan.

- 2) *Latihan asertif*, yaitu teknik untuk melatih keberanian klien dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan atau meniru model-model sosial.

b. Terapi Afektif

Teknik ini digunakan untuk membantu klien dalam mengidentifikasi emosi dan keyakinan, serta menemukan kesulitan verbalisasi. Pada saat tertentu ada klien yang mampu mengenal perasaan dan kognitifnya, tapi tidak dapat mempergunakannya dalam kejadian-kejadian tertentu. Dalam hal ini teknik yang bisa digunakan, yaitu:

- 1) *Teknik Assertive Training*, merupakan teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan tingkah yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri klien.
- 2) *Teknik Sosiodrama*, merupakan teknik yang digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan yang negatif) melalui suasana yang di dramatisasikan sedemikian rupa sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan ataupun melalui gerakan dramatis.
- 3) *Teknik Self Modeling* (diri sebagai model), merupakan teknik yang digunakan untuk meminta klien agar berjanji atau mengadakan

komitmen dengan konselor untuk perasaan atau perilaku tertentu. Dalam self modeling ini klien diminta untuk tetap setia pada janjinya dan secara terus-menerus menghilangkan diri dari sikap negatif.

- 4) *Teknik Mutasi*, merupakan teknik untuk menirukan secara terus-menerus suatu model tingkah laku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan tingkah lakunya sendiri yang negatif

c. Terapi Behavioristik

Dalam kasusnya, kebanyakan Terapi Rasional Emotif banyak menggunakan teknik behavioristik terutama dalam hal upaya memodifikasi perilaku negatif klien, dengan mengubah akar keyakinan yang tidak rasional dan tidak logis, beberapa teknik yang tergolong behavioristik adalah:

- 1) *Teknik reinforcement* (penguatan), yaitu usaha mendorong klien ke arah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*). Teknik ini dimaksudkan untuk membongkar sistem nilai-nilai dan keyakinan yang irasional pada klien dan menggantinya dengan sistem nilai yang lebih positif.
- 2) *Teknik social modeling* atau dikenal dengan pemodelan sosial, yaitu teknik untuk membentuk perilaku baru pada klien. Teknik ini dilakukan agar klien dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mutasi (meniru), mengobservasi dan

menyesuaikan dirinya dan menginternalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan konselor.

- 3) *Teknik live models* (model kehidupan nyata), yaitu teknik yang digunakan untuk menggambar perilaku-perilaku tertentu. Khususnya situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan-percakapan social, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.¹²

d. Humor

Penggunaan humor dalam proses klienng telah diterapkan dalam berbagai macam kesempatan, seperti Sekolah Dasar, pada klienng karier, klienng kelompok, terapi keluarga dan terapi analitik.

Humor juga dapat digunakan menciptakan rapport dan sebagai teknik untuk membuka diri klien dimana konselor dapat menunjukkan kesempurnaan atau kelemahan yang sebaiknya bisa diterima oleh setiap manusia, dengan kata lain, dinyatakan tertawa adalah suatu cara “menunjuk sendiri” terhadap ketidak mampuan dan ketidakfanaan terhadap perilaku sendiri.

Kebanyakan hambatan itu muncul karena terlalu serius dalam membicarakannya, untuk itu humor diharapkan dapat membantu klien agar tercipta suasana yang tidak menakutkan dan klien juga dapat

¹² Ibid, Hal: 18

menikmati proses terapi. Dalam proses klien ini konselor dapat mengajak klien untuk menertawakan pikiran irasionalnya dan bertanggung jawab terhadap pengukuran itu.

Penggunaan humor dalam klien sebaiknya memperhatikan budaya yang dimiliki oleh klien. Ada budaya-budaya tertentu yang bisa menerima humor sebagai konsekuensi kegagalan yang dilakukan. Tetapi ada juga ada budaya atau nilai-nilai masyarakat yang berpikiran bahwa kegagalan bisa ditertawakan dengan demikian penggunaan memperhatikan latar belakang budaya klien.¹³

Dalam mengaplikasikannya berbagai teknik terapi rasional emotif behavior Albert Ellis menyampaikan untuk menggunakan dan menggabungkan beberapa teknik tertentu sesuai dengan permasalahan yang dihadapi klien.

B. Tinjauan Tentang Kleptomania

1. Pengertian kleptomania

Kleptomania berasal dari bahasa Yunani, yaitu klepto berarti mencuri dan mania berarti kegilaan. Kleptomania juga diartikan sebagai keangraban ransangan seksual yang berasosiasi dengan dorongan mencuri.¹⁴

¹³ Hartono Boy Sudarmadji, *Psikologi Konseling*, Hal: 179

¹⁴ C.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemahan Kartini Kartono, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2005. Hal: 268

Menurut Sudarsono, menyatakan bahwa kleptomania merupakan dorongan hati untuk mencuri benda milik orang lain demi kepuasan hatinya, tentang mencuri itu dan bukan hasil yang dicuri.¹⁵

Menurut James Drever, kleptomania yaitu gerak hati untuk mencuri, tidak jarang terlihat mencuri barang-barang yang tak diinginkan oleh individu.¹⁶

Dari beberapa pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perbuatan semacam itu dapat dilakukan dengan adanya kesadaran. Maka kesadaran itu merupakan kemampuan individu untuk mengaakan hubungan dengan lingkungan serta terhadap dirinya. Jika keaaan itu alam keadaan yang baik, maka terjadi orientasi yang baik dengan informasi yang masuk secara efektif melalui ingatan dan pertimbangan, tetapi siswa yang mengidap penyakit kleptomania disini sangatlah lain, karena mengalami penurunan persepsi, pemikiran dan perhatian yang kurang.

Menurut W.F Maramis yang dikutip oleh Siti Aisyah, ada sebuah dorongan atau impuls yang tidak biasa ditahan untuk melakukan sesuatu. Penderita mengetahui bahwa perbuatan dan pikirannya itu tidak masuk akal, tidak pada tempatnya atau tidak sesuai dengan keadaan tetapi dia tidak dapat menghilangkan dan dia juga tidak mengerti mengapa dia memiliki dorongan yang begitu kuat untuk berbuat dan berfikir demikian. Bila dia tidak

¹⁵ Sudarsono, *Kamus Konseling*, Rineka Cipta, Jakarta, 1996. Hal: 122

¹⁶ James Drever, *Kamus Psikologi*, Bina Aksara, Jakarta, Hal: 250

menurutnya, maka dia akan timbul kecemasan yang hebat. Pikiran atau dorongan mendesak kealam sadar secara gigih dan terus menerus.¹⁷

2. Jenis-jenis mania

Menurut A. Supratiknya, bahwa jenis mania meliputi:

- a. Mania sub akut, penderitanya memiliki perasaan gembira bertaraf sedang dan sifat over aktif, sangat percaya pada kemampuan dan pengetahuannya. Disamping itu senang menyatakan pendapat tentang apa saja dan kepada siapa saja. Siang hari orang ini selalu menyibukan diri engan aktifitas yang sepertinya tak ada habisnya, mengadakan pembicaraan dan berkunjung menghadiri pertemuan.
- b. Mania akut, dengan omongan besar, bersikap dictator, dan sering memerintah siapa saja.
- c. Mania yang diikuti delirium atau kekacauan mental. Dengan pikirannya yang kacau dan perilaku kacau.

3. Tingkatan mania

Menurut Zakiah Derajat, tingkatan mania ada tiga, yaitu: ringan (*Hypo*), berat (*Acute*), sangat berat (*Hyper*). Dalam faktaknya, orang yang

¹⁷ Siti Aisyah, *Bimbingan Dan Konseling Dengan Terapi Tingkah Laku Dalam Mengatasi Kleptomania Di Desa Keputih Surabaya*, Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya, Hal: 63-64

terkena mania ringan terlihat selalu aktif, tidak kenal payah, suka menguasai pembicaraan dan tidak tahan mendengar kecaman terhadap dirinya.

Dalam mania berat, orang ini diserang delusi pada waktu tertentu, sehingga sukar baginya untuk melakukan suatu pekerjaan dengan teratur, sulit mengungkapkan rasa gembiranya dengan perasaan yang berlebihan.

Sedangkan dalam mania yang sangat berat, orang penderita ini kadang-kadang membahayakan dirinya sendiri dan bias saja membahayakan orang lain dengan sikap an perbuatannya.

Disamping itu, menurut Kartini Kartono, tingkatan mania itu ada tiga, yaitu:

a. Tingkatan Hipomania (Hypo= kurang, mania= kegilaan)

Dalam tingkatan ini ada kegelisahan yang berlebihan, klien sangat aktif sekali dan tidak mengenal jenuh. Dia juga berbicara engan cepat dan gembira yang penuh gairah, tidak toleran dan tidak sabaran.

b. Tingkatan Mania Akut

Dalam tingkatan ini seseorang memiliki pikiran, ide dan perasaan yang begitu cepat bergerak dengan terus-menerus. Dan juga kesadaran yang kabur dengan dialami euphoria (perasaan senang, positif)

c. Tingkatan Mania Hyperacute

Penderitanya melakukan kekerasan, suka berkelahi, menjadi destruktif diikuti kecapaian yang luar biasa. Mengalami disorientasi total terhadap

waktu dengan diikuti delirium (merasa kegila-gilaan) dan halusinasi serta kehilangan wawasan.¹⁸

Kleptomania merupakan salah satu kelainan jiwa atau gangguan jiwa yang bersifat dari bagian perbuatan yang kompulsif, dimana perbuatan ini orang merasa terpaksa untuk melakukan sesuatu, dan perbuatannya berulang-ulang, baik yang positif maupun yang negative. Dorongan hati itu dilakukan demi kepuasan hatinya disertai dengan kecemasan dan emosi, jika penderita itu tidak melakukan perbuatan tersebut, maka terjadi emosi yang kuat dan cemas dan dia tidak akan merasa bersalah atau berdosa terhadap apa yang telah dilakukannya.

Dengan sifat yang karakteristik, kleptomania ketika melakukan perbuatan, dia dapat merasakan satu kesenangan dan kepuasan. Jika tidak dilakukan akan timbul rasa tidak senang, berdosa, rasa bersalah karna tidak puas dan dia juga bingung dan panik.¹⁹

Demikian anak gadis yang terkena penyakit kleptomania, dia memiliki suatu kecenderungan yang kuat untuk melakukan perbuatan mencuri demi kepuasan hatinya, akan tetapi anak tersebut tidak membutuhkan hasil ari barang curiannya. Kenyataannya, anak itu merasa gelisah dengan perbuatan mencuri akan tetapi dia tidak dapat menghindari dari perbuatan tersebut.

¹⁸ Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, Mandarmaju, Bandung, 1989. Hal: 137

¹⁹ Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, Mandar Maju, Bandung, 1989. Hal: 121

Menyoal kleptomania itu, pengidap ini merupakan gejala dari kompulsi anti social dimana penderitanya dihindangi perasaan yang dipaksa untuk berbuat hal yang sifatnya anti sosial atau merugikan orang lain dan masyarakat.²⁰

Dikatakan kleptomania bagian dari kompulsi anti social karena tendensi yang sulit dicegah untuk melakukan perbuatan mencuri. Penderitanya melakukan perbuatan yang cenderung untuk mencuri itu sulit dicegah, karena tendensi yang tidak bias dikontrol, dikendalikan dan bertentangan dengan kemauan yang sadar pada waktu melakukan. Perlu diketahui, karena tidak ada penjelasan yang khusus tentang kleptomania itu, maka pengidap penyakit itu merupakan salah satu dari kepribadian kompulsi. Individu dengan kepribadian anti social ini pada dasarnya sebagai orang yang tidak tersosialisasi. Perilakunya sering berulang-ulang dan membawa konflik dalam tatanan masyarakat.

Untuk menangani tindakan ini harus dilakukan pencermatan sejak dini. Kerja sama yang bagus antara guru dan orang tua sangat diperlukan dalam menanganinya. Menurut Maaslow dan Mittelman dalam bukunya yang berjudul *Principle of Abnormal Psychology* pribadi dan mental yang sehat memiliki kriteria sebagai berikut:

²⁰ Ahmad Mubarak, *Konseling Agama, Teori dan Kasus*, Hal:54

- a. Memiliki perasaan aman (*sense of security*), tidak dicekam rasa takut, cemas, berdosa, bersalah, hidup wajar dan tenang, serta mampu mengadakan kontak social.
- b. Memiliki penilaian diri (*Self-Evaluation*).
- c. Memiliki spontanitas dan emosional yang baik dan mampu menciptakan hubungan yang erat.
- d. Memiliki kontak dengan realitas secara efisien sehingga pandangan hidupnya realistis dan cukup luas.
- e. Memiliki dorongan dan nafsu jasmaniah yang sehat.
- f. Mempunyai pengetahuan yang cukup tentang cita-cita, motivasi dan tujuan hidup.
- g. Memiliki kemampuan belajar dari pengalaman dan tidak menghindar dari kesulitan.
- h. Memiliki integritas kepribadian.

Kriteria diatas dapat dibedakan orang yang normal dan orang yang memiliki gangguan kejiwaan. Seseorang digolongkan normal jika tidak terlalu menyimpang dari kriteria diatas meskipun tidak semua sama.²¹

²¹ Rini Utami Aziz, *Jangan Biarkan Anak Kita Berbohong Dan Mencuri*, Tiga Serangkai, Solo, Hal: 23

4. Ciri-ciri kleptomania

- a) Biasanya mereka mempunyai perasaan ingin memiliki suatu barang dan tertarik pada barang tersebut tanpa diketahui oleh orang yang punya.
- b) Orang kleptomania biasanya akan mengalami stress sebelum mengambil dan juga dia tidak mempunyai rasa bersalah.
- c) Umumnya penderita mampu membeli barang yang dia curi
- d) Penderita akan merasa tegang saat melihat barang yang dia inginkan dan sesaat sebelum mengambilnya. setelah berhasil ia akan merasa senang dan lega.
- e) Penderita mengambil barang secara spontan dan tanpa strategi serta langkah yang rumit, naja seringkali ia meninggalkan jejak dan jejak tersebut justru mengarah ke pelaku tunggal yaitu ia sendiri
- f) Penderita tidak merasa bersalah setelah mengambil barang tersebut, bahkan ia akan berani memakainya di depan si pemilik asli, tetapi ada pula yang menyembunyikan atau malah mengembalikannya.²²

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk menjadi kleptomania

- a. Faktor Lingkungan mempengaruhi sifat-sifat timbulnya sikap ingin mencuri karena secara alamiah dia ikut terbawa jika pengetahuan tentang akhlak norma-norma baiknya kurang.

²²[Http.menejemen% 20konseling/Kleptomania.htm](http://menejemen%20konseling/Kleptomania.htm)

- b. Faktor agama dan pendidikan, penanaman akhlak yang baik harus lah ditanam sejak dini karena itu menentukan masa depan sang anak juga.
- c. Faktor materi, penyakit ini juga didukung oleh adanya kesenjangan sosial.²³

6. Sebab-sebab Terkena kleptomania

Hingga kini penyebab kleptomania tidak diketahui secara pasti. Tapi beberapa bukti penelitian menunjukkan bahwa kleptomania mungkin terkait dengan salah satu hormon otak yakni pada serotonin. Hormon serotonin ini membantu dalam mengatur suasana hati dan emosi. Ada juga beberapa bukti menyebutkan bahwa kleptomania mungkin berhubungan dengan gangguan kecanduan atau gangguan obsesif-kompulsif. Tetapi penelitian lebih lanjut diperlukan untuk lebih memahami kemungkinan penyebab kleptomania. Meskipun penyebab kleptomania tidak diketahui pasti, namun para peneliti menemukan ada penyebab risiko yang meningkatkan perilaku kleptomania yaitu:

- a. Stres yang berlebihan, seperti sedang mengalami kerugian besar
- b. Mengalami cedera di kepala atau cedera otak
- c. Memiliki saudara kandung yang kleptomania, gangguan mood, kecanduan atau gangguan obsesif-kompulsif.²⁴

²³ <http://yogi2506.blogspot.com/2009/09/kleptomania.html>

7. Perbedaan antara pengidap kleptomania dengan mencuri biasa

Kleptomania itu beda dengan pencuri yang sering kita dengar di media massa, karena kleptomania itu kecenderungan yang tidak bisa di tahan untuk mencuri bukan karena kemiskinan atau ketidakmampuan membeli tetapi hal itu didasari karena kelemahan jiwa. Ada juga yang menyimpulkan bahwa kleptomania adalah ketidakmampuan orang untuk menahan dorongannya mengambil sesuatu. Jadi perilaku mengambil hak orang lain untuk memenuhi kebutuhan ekonomi selanjutnya disebut sebagai pencuri atau perampok, sedangkan perilaku mengambil untuk memenuhi kebutuhan psikis selanjutnya disebut kleptomania.²⁵

Kebanyakan barang yang diambil belum tentu yang sesuai dengan kebutuhan karena kadang timbulnya secara mendadak dan ada dorongan untuk mengambil barang secara tiba-tiba. Selain itu, benda-benda yang dicuri oleh penderita kleptomania umumnya adalah barang-barang yang tidak berharga, seperti sendok, sisir, atau barang-barang lainnya. Penderita kleptomania biasanya merasakan rasa tegang subjektif sebelum mencuri dan merasakan kelegaan atau kenikmatan setelah mereka melakukan tindakan mencuri tersebut. Tindakan ini harus dibedakan dari tindakan mencuri biasa yang biasanya didorong oleh motivasi keuntungan dan telah direncanakan sebelumnya. Jadi kalau mencuri itu ada unsur kesengajaan dan perencanaan.

²⁴<http://health.detik.com/read/2011/03/30/112748/1604390/763/kenapa-orang-bisa-jadi-kleptomania?1991101755>

²⁵ [Http://Kleptomania%20_%20Asta.Hidayat.Geeks.htm](http://Kleptomania%20_%20Asta.Hidayat.Geeks.htm)

Perbedaan mendasar lain yang terlihat dari seorang kleptomania dengan pencuri paa biasanya yaitu terletak pada:

- a. Penderita kleptomania mencuri barang yang kurang berharga, sedangkan pencuri mengambil barang berharga.
- b. Penderita kleptomania akan menyimpan barang yg dicurinya terkadang mereka juga akan lupa terhadap barang barang tersebut.kalau pencuri begitu dapat barang yang dicuri kalau tidak untuk dipakai sendiri, biasanya mereka akan menjualnya demi sejumlah uang.
- c. Penderia kleptomania ketika akan mencuri barang, tidak berniat jahat sedangkan pencuri ketika mengambil barang pasti berniat jahat.
- d. Penderita kleptomania tidak memperhatikan keadaan sekitar ketika akan mencuri barang. baik banyak maupun sepi kalau sudah kebetul pasti akan diambilnya kalau pencuri akan mengambil waktu yg tepat ketika akan mencuri.
- e. Orang klepto tidak mau mngaku dirinya klepto, tetapi pencuri kadang kadang mengakui dirinya klepto

C. Terapi Rasional Emotif Behavior Dalam Menangani Siswa Kleptomania

Gangguan kleptomania atau bisa juga dikatakan obsesif kompulsif merupakan suatu contoh dari efek positif, yang mana peneliti modern telah menemukan gangguan didalam waktu singkat. Pada tahun 1980-an, gangguan obsesif kompulsif dianggap sebagai gangguan yang jarang dan berespon buruk

terhadap terapi. Namun, dengan bergulirnya waktu, gangguan ini sering ditemukan dan sangat responsive terhadap terapi.²⁶

Dengan demikian ada beberapa terapi yang dapat diberikan pada penderita gangguan obsesif kompulsif (kleptomania) yaitu:

a. Terapi psikoanalisis

Terapi ini bertujuan untuk mengangkat perasaan yang dianggap menghambat dan memberi jalan pada klien untuk menghadapi hal-hal yang benar ditakutinya. Karena pikiran yang mengganggu dan perilaku kompulsif melindungi ego dari konflik yang ditekan.²⁷

b. Pendekatan behaviorial

Dalam terapi ini sangat dibutuhkan kerjasama antara klien dengan konselor dan kesabaran klien itu sendiri. Dalam hal ini klien dikonfrontasikan dengan kecemasan yang dihadapinya. Kemudian saat perilaku obsesif kompulsif itu muncul maka perilaku tersebut itu harus dicegah sampai beberapa jam kemudian hingga kecemasannya menurun. Seperti kebiasaan mencuri, setelah menyentuh maka akan segera dicegah dengan menghalangi sampai keinginan tersebut hilang.

c. Terapi kognitif

Terapi ini bertujuan untuk merubah kepercayaan dan pola pikir klien yang irasional berkaitan dengan kecemasannya. Dengan terapi ini dibangun

²⁶ Harorld I. Kaplan, *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*, Bina Rupa Aksara, Jakarta, 1997. Hal: 40

²⁷ Gerald C. Davison, *Psikologi Abnormal*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, Hal: 217.

pola pikir yang rasional dalam diri klien sehingga kecemasan itu dapat dihilangkan.²⁸

D. Langkah Terapi Rasional Emotif Behavior Dalam Menangani Siswa Kleptomania

REBT merupakan terapi yang sangat menekankan pada pola berfikir seseorang. Terapi ini menganggap bahwa berbagai reaksi emosional yang terus menerus disebabkan oleh keadaan internal yang berulang-ulang dikatakan kepada diri sendiri dan pernyataan ini tersebut mencerminkan berbagai asumsi yang kadang kala menjadikan seseorang yang berfikir irasional. Disamping itu terapi ini bertujuan untuk menghapus keyakinan yang merusak pada dirinya.

Diantara keyakinan yang demikian, maka Ellis mempunyai pandangan bahwa mereka harus kompeten dalam semua hal yang mereka lakukan. Dia berpendapat bahwa orang yang benar menyakini asumsi yang tidak dapat dipertahankan tersebut dan mengevaluasi peristiwa yang terjadi.²⁹

Menyoal kasus kleptomania, begitu berkaitan dengan ketiakkampuan untuk menguasai ide yang muncul, maka untuk mengatasinya peran pikiran sangat penting untuk dioptimalkan. Dengan terapi ini, maka diharapkan mampu untuk membantu klien menghapus keyakinan atau pikiran yang menghambat dirinya.

²⁸ Perilaku obsesif kompulsif, <http://blog.kenz.or.id/category/psicology>.

²⁹ Gerald C. Davison, *Psikologi Abnormal*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, Hal: 75

Terapi ini juga membantu klien mengenali pikiran yang membuat kecemasan dan untuk mengoreksi kesalahan pola pikir dari perilaku yang dilakukannya. Terapi ini akan melatih klien untuk berkonsentrasi pada pikiran dan kecemasan yang dialaminya yaitu dengan tiga langkah:

- a. Konselor menunjukkan bahwa cara berfikir klien irasional. Orang yang mengalami kleptomania mempunyai pikiran bahwa ia harus melakukan hal pencurian untuk kepuasan pribadinya, ketika selesai melakukan, maka pengidap ini merasa hasrat yang ada dipikirkannya telah terpenuhi.
- b. Menunjukkan bahwa mempertahankan perilakunya (kleptomania) dengan meneruskan cara berfikirnya yang irasional.
- c. Konselor menunjukkan bahwa berfikir dapat ditantang dan diubah. Konselor akan membantu klien dalam mengalahkan pikiran irasionalnya dengan mengganti dengan yang rasional. Dengan memberikan suatu bisikan bahwa orang melakukan kesalahan adalah suatu hal yang wajar tetapi tidak menyimpang dari norma-norma yang berlaku. Dilangkah ketiga ini klien diharapkan dapat memahami dia tidak akan membaik jika dia tidak sungguh-sungguh untuk mengubah keyakinan irasionalnya.³⁰

Dari langkah diatas maka yang lebih ditekankan adalah klien sadar bahwa dirinya yang sekarang mempertahankan pikirannya dan perasaan yang semula

³⁰ GERAL COREY, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, Refika Aditama, Bandung Hal: 249

mengganggu dan klien sebaiknya menghadapinya secara rasional dan memikirkannya dan berusaha menghadapinya.

E. Kriteria Keberhasilan Terapi Rasional Emotif Behavior Dalam Menangani Siswa Kleptomania

a. Minat kepada diri sendiri

Ada suatu keinginan besar dalam diri seseorang pengidap kleptomania bahwa dalam dirinya ada sebuah potensi besar yang perlu dikembangkan dan diasah agar menjadi orang yang produktif.

b. Minat sosial

Minat sosial ini bisa diartikan sebagai respon positif terhadap lingkungan bahwa kita saling menjaga diantara sesama agar tercipta kerukunan sesama manusia dan memiliki hubungan yang harmonis.

c. Toleransi terhadap pihak lain

Yang ditekankan disini yaitu masalah saling menghargai antar teman dan mampu melakukan sebuah komunikasi yang baik demi kebaikan antar sesama.

d. Menerima ketidakpastian

Rasa lapang dada bahwa semua yang kita lakukan adalah kehendak Tuhan Yang Maha Esa dan sukses atau tidaknya yaitu kekuasaan-Nya, yang terpenting kita berusaha semaksimal mungkin.

e. Komitmen terhadap sesuatu diluar dirinya

Alam menjalani hidup harus punya pegangan agar kita tetap berada dijalan yang bisa menuju ke kehidupan yang sukses dunia akhirat.

f. Berfikir ilmiah

Disini seseorang harus berpanangan positif dan mampu memilah dan memilih yang mana benar dan tidak benar atau yang buruk dan yang baik.

g. Berani mengambil resiko

Keberanian seseorang memang dibutuhkan dan setiap orang harus berani mengambil resiko sesuai apa yang dia lakukan dan punya jiwa pantang mundur.

h. Menerima kenyataan

Didunia ini sudah ada yang mengatur, kita hanya sekedar usaha belaka, sukses atau tidaknya kita patut untuk besukur dan menerimanya dengan rendah hati.³¹

Dalam hal ini berhasil tidaknya terapi tersebut dapat dilihat dari perubahan sikap yang tampak pada klien, diantaranya:

- a. Klien merubah pikirannya, yang sebelumnya berfikir irasional terhadap lingkungan, maka pasca terapi tersebut klien bisa hidup positif dengan lingkungan. Klien juga mampu menghormati terhadap sesuatu yang ada dilingkungannya. Mengambil hak orang lain adalah sesuatu perbuatan yang akan merendahkan harga dirinya dan akan terkena hukuman pidana jika

³¹Muhammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, Pustaka Bani Quraisy, Bandung, 2003. Hal: 16

dilakukan. Disisi lain klien akan berfikir ilmiah terhaap tekanan hidup yang dialaminya, klien bisa memilih dan memilah mana yang buruk dan yang baik.

- b. Klien memiliki pandangan hidup yang realistis sehingga terbebas dari perasaan cemas dalam mengarungi kehidupannya. Pandangan yang realistis bahwa semua didunia sudah ada yang mengaturnya. Setiap indivudu memiliki kekurangan dan kelebihan, serta melakukan hal yang baik akan mendapatkan keuntungan tersendiri terhadap individu. Disisi lain individu menerima akan takdir hidup karena itu sudah kekuasaan Tuhan.