# KONSELING HUMANISTIK SEBAGAI UPAYA PEMBERDAYAAN KERJA TUNAWISMA USIA DEWASA: STUDI KASUS DI RUMAH SINGGAH DINAS SOSIAL SURAKARTA

Lucretia Anggie Rahma Surya[1]
[1]Solotech University
[1]anggiers28@gmail.com

## *ABSTRACT*

*This study aims to describe the condition of adult homeless individuals aged 30–40 years, analyze the application of humanistic counseling, and explain its impact on self-awareness as a foundation for work empowerment at the Surakarta City Social Service Shelter House. This study uses a qualitative method with a descriptive approach. The research subjects consisted of five homeless individuals aged 30–40 years, with supporting informants including Social Service officers, social companions, and the shelter coordinator. Data were collected through interviews, observation, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman interactive model and verified through source triangulation. The results show that adult homeless individuals generally experience learned helplessness as a result of habitual begging for instant survival, accompanied by defensive attitudes and psychological trauma at the early stage of guidance. The application of humanistic counseling, through stages of field approach, assessment, trust-building, and problem-solving, incorporating Rogers's three core conditions of empathy, unconditional positive regard, and congruence, proved effective in fostering counselees' self-awareness after two to three guidance sessions. This impact was evident in increased confidence in their capacity to work and willingness to undertake recommended informal jobs suited to their individual capacities, although long-term success still depends on the emergence of independent responsibility from within the counselee, rather than mere compliance with the program.*

***Keywords**: humanistic counseling, work empowerment, homelessness, self-awareness, learned helplessness*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi tunawisma usia dewasa 30–40 tahun, menganalisis penerapan konseling humanistik, serta menjelaskan dampaknya terhadap kesadaran diri sebagai dasar pemberdayaan kerja di Rumah Singgah Dinas Sosial Kota Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian terdiri atas lima orang tunawisma usia 30–40 tahun, dengan informan pendukung meliputi petugas Dinas Sosial, pendamping sosial, dan koordinator rumah singgah. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis

menggunakan model interaktif Miles dan Huberman serta diperiksa keabsahannya melalui triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tunawisma usia dewasa pada umumnya mengalami ketidakberdayaan yang terbiasakan (learned helplessness) akibat pola hidup meminta-minta yang instan, disertai sikap defensif dan trauma psikologis di awal pembinaan. Penerapan konseling humanistik melalui tahapan pendekatan lapangan, asesmen, pembangunan kepercayaan, hingga pemecahan masalah, dengan penerapan tiga kondisi dasar Rogers—empati, penerimaan positif tanpa syarat, dan kongruensi—terbukti efektif menumbuhkan kesadaran diri konseli setelah dua hingga tiga sesi pendampingan. Dampaknya tampak pada peningkatan keyakinan terhadap kemampuan bekerja dan kesediaan menjalani pekerjaan informal yang direkomendasikan sesuai kapasitas masing-masing, meskipun keberhasilan jangka panjang masih bergantung pada kemunculan tanggung jawab mandiri dari dalam diri konseli, bukan sekadar kepatuhan terhadap program.

**Kata Kunci:** konseling humanistik, pemberdayaan kerja, tunawisma, kesadaran diri, ketidakberdayaan terbiasakan

## A. Pendahuluan

Kehidupan tunawisma masih menjadi bagian nyata dari dinamika sosial di kota-kota besar Indonesia, termasuk Kota Surakarta. Mereka sering dijumpai di jalan, pasar, atau sudut-sudut kota dengan aktivitas mengemis maupun pekerjaan serabutan yang tidak menentu, sehingga kehidupan mereka selalu diwarnai dengan ketidakpastian. Hidup di jalanan membuat mereka harus berhadapan dengan banyak tantangan, bukan hanya dalam hal pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi juga dalam hal cara pandang terhadap hidup, semangat untuk bertahan, dan motivasi untuk mengubah keadaan.

Penelitian ini secara khusus memfokuskan pada tunawisma usia dewasa, yaitu rentang usia 30–40 tahun. Rentang usia ini tergolong usia produktif, di mana secara sosial dan ekonomi seseorang seharusnya telah memiliki tanggung jawab serta kesiapan untuk bekerja secara mandiri. Namun pada kenyataannya, sebagian tunawisma dalam rentang usia tersebut justru menunjukkan ketergantungan pada belas kasihan masyarakat, serta minimnya kesadaran akan potensi diri yang sebenarnya masih dimiliki.

Dalam konteks ini, pendekatan konseling humanistik menjadi relevan. Teori konseling humanistik yang dikembangkan oleh Carl R.

Rogers menekankan bahwa setiap individu memiliki potensi untuk berkembang dan mencapai aktualisasi diri, jika berada dalam lingkungan yang menerima, empatik, dan mendukung. Sejumlah penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa pendekatan humanistik dalam konseling terbukti efektif bagi kelompok rentan, baik dalam meningkatkan penyesuaian diri, membentuk motivasi internal, maupun memulihkan rasa percaya diri pada klien yang mengalami hopelessness.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan: (1) mendeskripsikan kondisi tunawisma usia 30–40 tahun yang dibina di Rumah Singgah Dinas Sosial Kota Surakarta, khususnya terkait motivasi dan pola pikir mereka dalam menjalani hidup; (2) menganalisis proses penerapan metode konseling humanistik terhadap tunawisma usia 30–40 tahun; dan (3) menjelaskan bagaimana penerapan konseling humanistik tersebut mampu membangkitkan kesadaran diri dan mengembangkan potensi tunawisma sebagai dasar pemberdayaan kerja.

Konseling humanistik merupakan pendekatan yang menekankan nilai kemanusiaan, penghargaan terhadap martabat individu, serta keyakinan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk bertumbuh dan berkembang. Carl R. Rogers melalui konsep konseling berpusat pada klien (*client-centered therapy*) memandang bahwa manusia memiliki kecenderungan dasar yang disebut *actualizing tendency*, yaitu dorongan alami untuk berkembang menuju pemenuhan potensi diri. Rogers menjelaskan bahwa terdapat tiga kondisi dasar yang harus dimiliki konselor agar konseling berjalan efektif, yaitu empati *(empathy),* penerimaan positif tanpa syarat *(unconditional positive regard)*, dan kongruensi *(congruence).*

Pemberdayaan kerja merupakan salah satu bentuk pemberdayaan yang berfokus pada peningkatan kapasitas individu dalam bidang pekerjaan, yang tidak hanya dimaknai sebagai pemberian pekerjaan atau pelatihan keterampilan, tetapi juga mencakup proses membangun motivasi, membentuk sikap kerja, serta meningkatkan kepercayaan diri individu untuk bekerja secara mandiri. Kualitas pekerjaan dalam penelitian ini dipahami secara kontekstual, mencakup seluruh bentuk pekerjaan

produktif baik formal maupun informal, selama dilakukan secara sukarela dan memberikan penghasilan secara bermartabat bagi individu.

Kesadaran diri menjadi fondasi penting dalam proses pemberdayaan kerja tunawisma. Rogers memandang bahwa konsep diri adalah cara individu memandang dirinya sendiri, termasuk persepsi tentang nilai diri, kemampuan, serta identitas pribadi. Ketika individu mulai mengenali dan menerima dirinya, individu akan lebih mudah membangun motivasi untuk bekerja, mengembangkan kemampuan, serta mengambil langkah nyata untuk memperbaiki kehidupannya.

**B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemahaman mendalam terhadap fenomena sosial dan psikologis yang dialami tunawisma usia dewasa, terutama terkait kesadaran diri, motivasi, serta proses penerapan konseling humanistik dalam pemberdayaan kerja.

Penelitian dilaksanakan di Rumah Singgah Dinas Sosial Kota Surakarta pada bulan Juni 2026. Subjek penelitian adalah tunawisma usia dewasa (30–40 tahun) yang dijaring oleh aparat penertiban dan dibina di rumah singgah tersebut. Selain subjek utama, penelitian ini juga melibatkan informan pendukung, yaitu petugas/pembina sosial Dinas Sosial Kota Surakarta, pendamping sosial yang terlibat langsung dalam proses konseling, serta koordinator rumah singgah yang memahami kebijakan dan program pembinaan. Penentuan subjek dan informan menggunakan teknik *purposive sampling.*

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman tunawisma terkait proses pembinaan, bentuk penerapan konseling humanistik yang diterima, serta perubahan motivasi dan kesadaran diri. Observasi dilakukan untuk memperoleh data faktual terkait aktivitas pembinaan dan interaksi antara tunawisma dengan pendamping. Dokumentasi digunakan

untuk melengkapi data wawancara dan observasi.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), serta penarikan kesimpulan dan verifikasi *(conclusion drawing/verification).* Keabsahan data diperiksa melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik, dengan membandingkan data dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

## C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

### 1. Kondisi Tunawisma Usia 30–40 Tahun

Data dari kelima konseli menunjukkan pola penyebab tunawisma yang konsisten dengan keterangan petugas Dinas Sosial, yaitu faktor ekonomi sebagai penyebab dominan. Petugas Dinas Sosial menegaskan bahwa karakteristik umum tunawisma yang dijaring adalah "mental pengemis" yang "cenderung pemarah" karena merasa tidak melakukan tindak kriminal namun tetap dijaring. Karakteristik ini selaras dengan temuan dari pendamping sosial yang menyebutkan kondisi psikologis awal konseli ditandai oleh "rasa tidak percaya," sikap "*defensive*," "perasaan putus asa dan depresi," "sering menarik diri," serta yang paling signifikan adalah ketidakberdayaan yang dibiasakan, suatu kondisi yang muncul karena konseli terbiasa memenuhi kebutuhan dasar secara instan melalui belas kasihan orang lain.

Konsep ketidakberdayaan yang dibiasakan ini secara empiris tergambar jelas pada Konseli 1, yang dalam wawancara menunjukkan tingkat keputusasaan tertinggi di antara seluruh konseli ("saya bingung kalau ditanya seperti itu... saya nggak bisa menjelaskan," "nggak tau, nggak yakin... cuma pasrah aja"). Data observasi memperkuat temuan ini: Konseli 1 tercatat "sering menundukkan kepala," dengan "kontak mata terbatas" saat membahas kondisi hidupnya, pola nonverbal yang konsisten dengan kondisi psikologis defensif dan rendahnya harga diri yang dilaporkan pendamping sosial sebagai karakteristik umum tunawisma di awal pembinaan.

Temuan ini memperkaya analisis sebelumnya yang merujuk pada teori Rogers mengenai potensi tersembunyi: ketidakberdayaan yang dibiasakan bukan sekadar kondisi emosional sesaat, melainkan pola perilaku terkondisi yang terbentuk dari pengulangan pengalaman hidup di jalanan. Hal ini juga konsisten dengan tugas perkembangan dewasa awal menurut Hurlock yang menekankan kemandirian ekonomi dan sosial, pola hidup meminta-minta yang dibiasakan justru merupakan bentuk kegagalan struktural dalam memenuhi tugas perkembangan tersebut, bukan semata pilihan individu.

Variasi tingkat keterbukaan emosional antarkonseli juga tergambar dari data observasi. Konseli 3 dan Konseli 4 menunjukkan respons emosional yang kuat saat membahas keluarga, Konseli 3 "mengalihkan pandangan dan terdiam," dengan "ekspresi wajah sedih," sementara Konseli 4 terlihat "murung" dan "menarik napas panjang" saat membahas perceraian. Pola ini menunjukkan bahwa relasi keluarga yang terputus bukan hanya fakta biografis, tetapi luka psikologis yang masih aktif memengaruhi kondisi emosional konseli saat penelitian dilakukan.

**2. Penerapan Konseling Humanistik di Rumah Singgah**

Triangulasi data dari konseli, pendamping sosial, dan koordinator rumah singgah memperkuat temuan bahwa penerapan tiga kondisi dasar Rogers dilakukan secara sistematis, bukan sekadar insidental. Koordinator rumah singgah menjelaskan bahwa konselor "telah mendapatkan pelatihan intensif khusus mengenai pendekatan humanistik," termasuk penguasaan *Person-Centered Therapy* secara formal, penjelasan ini mengonfirmasi bahwa pengalaman empati dan penerimaan yang dilaporkan seluruh konseli bukan kebetulan, melainkan hasil pendekatan terstruktur.

Pendamping sosial menjelaskan operasionalisasi empati secara konkret: "mendengarkan aktif, lakukan validasi emosi, mengajukan pertanyaan terbuka, dan hindari menghakimi." Pendekatan ini tergambar nyata dalam pengalaman konseli, Konseli 1 menyatakan merasa "lega karena nggak pernah cerita, semua beban pikiran saya" tersampaikan, dan data observasi mencatat bahwa meski "kontak mata

terbatas" di awal, ekspresi konseli "lebih cerah" dan "muncul senyum tipis" saat membahas harapan masa depan, indikasi nonverbal bahwa proses validasi emosi berhasil menurunkan kewaspadaan psikologis konseli.

Penerimaan tanpa syarat juga tergambar dari pola serupa pada konseli lain. Data observasi pada Konseli 2 mencatat bahwa ia "terlihat malu" dan "tersenyum kecil untuk menutupi rasa tidak nyaman" saat menceritakan pengalaman mengemis, namun nada bicaranya "menjadi lebih bersemangat dan optimis" saat membahas peluang kerja sebagai supeltas. Pola transisi dari malu menuju optimisme ini konsisten ditemukan pada seluruh konseli, mengindikasikan bahwa proses penerimaan tanpa syarat berhasil menggeser orientasi emosional konseli dari masa lalu yang memalukan menuju masa depan yang memungkinkan.

Pendamping sosial turut mengonfirmasi bahwa perubahan tidak terjadi secara instan: "bisa 2-3 kali bahkan lebih. Kalau untuk pertama jarang ada yang langsung berubah." Keterangan ini menjelaskan mengapa intensitas perubahan pada Konseli 1 relatif lebih kecil dibanding konseli lain, kemungkinan karena durasi pendampingan yang diterimanya belum mencapai titik akumulasi yang cukup, sebuah variabel yang tidak tertangkap dalam wawancara konseli secara langsung namun terungkap melalui triangulasi dengan pendamping sosial.

Tantangan terbesar dalam proses ini, sebagaimana ditegaskan pendamping sosial, adalah mengubah mentalitas "pasrah pada nasib" yang sudah "mengakar" pada tunawisma dewasa, berbeda dengan klien anak-anak yang menurutnya lebih mudah dibina. Pernyataan ini memberikan konteks penting: usia 30–40 tahun, alih-alih menjadi keuntungan karena kematangan kognitif sebagaimana diasumsikan dalam kajian teori, justru menjadi tantangan tersendiri karena pola pikir yang telah lama terbentuk dan sulit diubah.

**3. Dampak Konseling Humanistik terhadap Kesadaran Diri dan Pemberdayaan Kerja**

Pendamping sosial menjelaskan secara spesifik indikator kesadaran diri yang muncul pasca-konseling: klien "bisa mengenali pola pikir

mereka, apa yang menjadi kebiasaan, apa pemicu emosi," serta "mulai bisa menerima kelebihan dan kekurangan diri" disertai munculnya "tanggung jawab yang kuat untuk diri sendiri." Indikator ini secara langsung tergambar dalam pernyataan konseli. Konseli 3 yang menyadari dirinya "selama ini terlalu pasrah terhadap keadaan" adalah contoh konkret dari proses pengenalan pola pikir yang dimaksud pendamping sosial.

Pada aspek pemberdayaan kerja, data dari koordinator rumah singgah dan petugas Dinas Sosial mengungkap fakta penting yang tidak tertangkap dari wawancara konseli saja: jenis pekerjaan yang direkomendasikan kepada konseli (kebersihan kota, supeltas, kuli panggul) bukan pilihan acak, melainkan opsi yang secara sengaja dipilih karena, menurut petugas Dinas Sosial, "penyaluran kerja secara masif kepada pihak ketiga (perusahaan/UMKM) belum banyak dilakukan secara formal dan seringkali terkendala masalah legalitas pekerja maupun stigma masyarakat." Dengan kata lain, kesesuaian antara potensi konseli dan pekerjaan yang direkomendasikan, yang pada bagian sebelumnya ditafsirkan sebagai bentuk pemberdayaan yang kontekstual, juga merupakan konsekuensi struktural dari keterbatasan akses pasar kerja formal bagi kelompok bekas tunawisma.

Pendamping sosial memberikan kriteria kesiapan kerja yang penting untuk memahami variasi hasil antarkonseli: klien dianggap siap apabila "sudah bisa berdamai dengan masalah hidupnya" dan motivasinya muncul "tanpa paksaan." Kriteria ini relevan untuk menjelaskan kontras antara Konseli 1, yang menunjukkan keyakinan kerja meningkat namun harapan masa depannya tetap terbatas pada pemenuhan kebutuhan dasar ("nggak muluk-muluk yang penting bisa tinggal di tempat layak") dengan konseli lain yang menunjukkan harapan lebih luas. Mengacu pada penjelasan pendamping sosial mengenai klien yang gagal berubah, yaitu mereka yang "masih terus menyalahkan situasi eksternal" dan "bersikap pasif menunggu bantuan," posisi psikologis Konseli 1 berada pada fase transisi, telah menunjukkan tanda-tanda awal kesadaran diri, namun belum sepenuhnya mencapai tahap

"berdamai dengan masalah hidupnya" yang menjadi indikator kesiapan kerja penuh menurut pendamping sosial.

Koordinator rumah singgah menambahkan dimensi penting mengenai keberlanjutan program: faktor penentu keberhasilan pemberdayaan kerja bukan hanya tersedianya "tempat untuk bekerja dan bertempat tinggal," tetapi yang "paling penting adalah adanya kesadaran dari diri sendiri untuk bisa berusaha dan bertanggung jawab mandiri." Penegasan ini menggarisbawahi bahwa keberhasilan konseling humanistik tidak dapat diukur semata dari kesediaan konseli menerima pekerjaan yang ditawarkan di akhir masa pembinaan, melainkan harus dipantau dalam jangka panjang untuk memastikan motivasi tersebut bersifat internal, bukan kepatuhan situasional terhadap program rumah singgah.

## D. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa tunawisma usia 30–40 tahun yang dibina di Rumah Singgah Dinas Sosial Kota Surakarta pada umumnya mengalami ketidakberdayaan yang terbiasakan *(learned helplessness)* sebagai akibat dari pola hidup meminta-minta yang instan, disertai sikap defensif, trauma psikologis, dan relasi keluarga yang terputus akibat rasa malu maupun konflik. Penerapan konseling humanistik melalui tahapan pendekatan lapangan, asesmen, pembangunan kepercayaan, dan pemecahan masalah, dengan penerapan tiga kondisi dasar Rogers, empati, penerimaan positif tanpa syarat, dan kongruensi yang didukung oleh pelatihan formal konselor dalam pendekatan *Person-Centered Therapy*, terbukti efektif menumbuhkan kesadaran diri konseli secara bertahap, umumnya setelah dua hingga tiga sesi pendampingan. Dampaknya tampak pada peningkatan keyakinan konseli terhadap kemampuan bekerja serta kesediaan menjalani pekerjaan informal yang direkomendasikan sesuai kapasitas masing-masing individu, meskipun rekomendasi pekerjaan tersebut juga dipengaruhi oleh keterbatasan struktural akses pasar kerja formal bagi kelompok bekas tunawisma. Tingkat kesiapan psikologis antarkonseli bervariasi, dengan sebagian konseli masih berada pada fase transisi menuju

kesadaran diri penuh, menunjukkan bahwa keberhasilan pemberdayaan kerja sangat bergantung pada kemunculan motivasi dan tanggung jawab mandiri dari dalam diri konseli, bukan sekadar kepatuhan terhadap program pembinaan yang ditawarkan rumah singgah.

## DAFTAR PUSTAKA

**Buku :**

Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Brooks/Cole.

Hartini, N., & Ariana, A. D. (2016). *Psikologi konseling: Perkembangan dan penerapan konseling dalam psikologi.* Airlangga University Press.

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Edisi ke-5)*. Erlangga.

International Labour Organization. (2007). *Kajian tentang indikator kerja yang layak di Indonesia.* ILO.

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.

Rachman, A., Yochanan, E., Samanlangi, A. I., & Purnomo, H. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D.* Saba Jaya Publisher.

Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Houghton Mifflin.

Suharto, E. (2014). Membangun masyarakat memberdayakan rakyat: Kajian strategis pembangunan kesejahteraan sosial dan pekerjaan sosial. Refika Aditama.

**Jurnal :**

Asshidiqi, I. H., & Muharja, F. (2025). Determinan pekerjaan layak: Analisis dan dampak studi kasus di Sumatera Barat*. Jurnal EMT KITA,* 9(3), 1025–1035. https://doi.org/10.35870/emt.v9i3.4338

Nugroho, R. (2023). Terapi eksistensial-humanistik untuk mengatasi hopelessness pada klien di LPKA Palembang*. Journal of Social Counseling,* 4(1). https://journal.scidacplus.com/index.php/josc/article/view/165

Ratu, B. (2020). Psikologi humanistik (Carl Rogers) dalam bimbingan dan konseling. *Jurnal Ilmu Pendidikan.*

Riyanto, Y., & Wardani, D. K. (2016). Efektivitas konseling individu dengan pendekatan humanistik untuk meningkatkan penyesuaian diri di Panti Pelayanan Sosial Wanodyatama Surakarta. *Media Dikdas,* 8(2). https://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk/article/view/2036

Syahputra, A. S., & Saputra, A. (2020). Pola perilaku tunawisma saat bermalam di ruang publik Kota Surakarta. SIAR *(Seminar Ilmiah Arsitektur).*

Tsai, J., & Rosenheck, R. A. (2012). Therapeutic alliance and subjective quality of life in homeless persons with dual diagnosis. *Journal of Nervous and Mental Disease,* 200(1). https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22820927/

Wahyuni, S., & Kurniawan, A. (2023). Pembentukan self-love melalui bimbingan kelompok dengan pendekatan humanistik. *Media Dikdas.* https://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk/article/view/7867

Yanos, P. T., Barrow, S. M., & Tsemberis, S. (2005). Community integration in the early phase of housing among homeless persons diagnosed with severe mental illness: Successes and challenges. *Community Mental Health Journal,* 41(2). https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16268004/