# EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA

**SKRIPSI**


Oleh :

**DIANA AYU WULAN SARI**

**NIM. 181221052**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

**UIN RADEN MAS SAID SURAKARTA**



**2022**

# EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Jurusan Dakwah dan Komunikasi

Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Sosial

Oleh :

**DIANA AYU WULAN SARI**

**NIM. 181221052**


**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

**UIN RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2022**

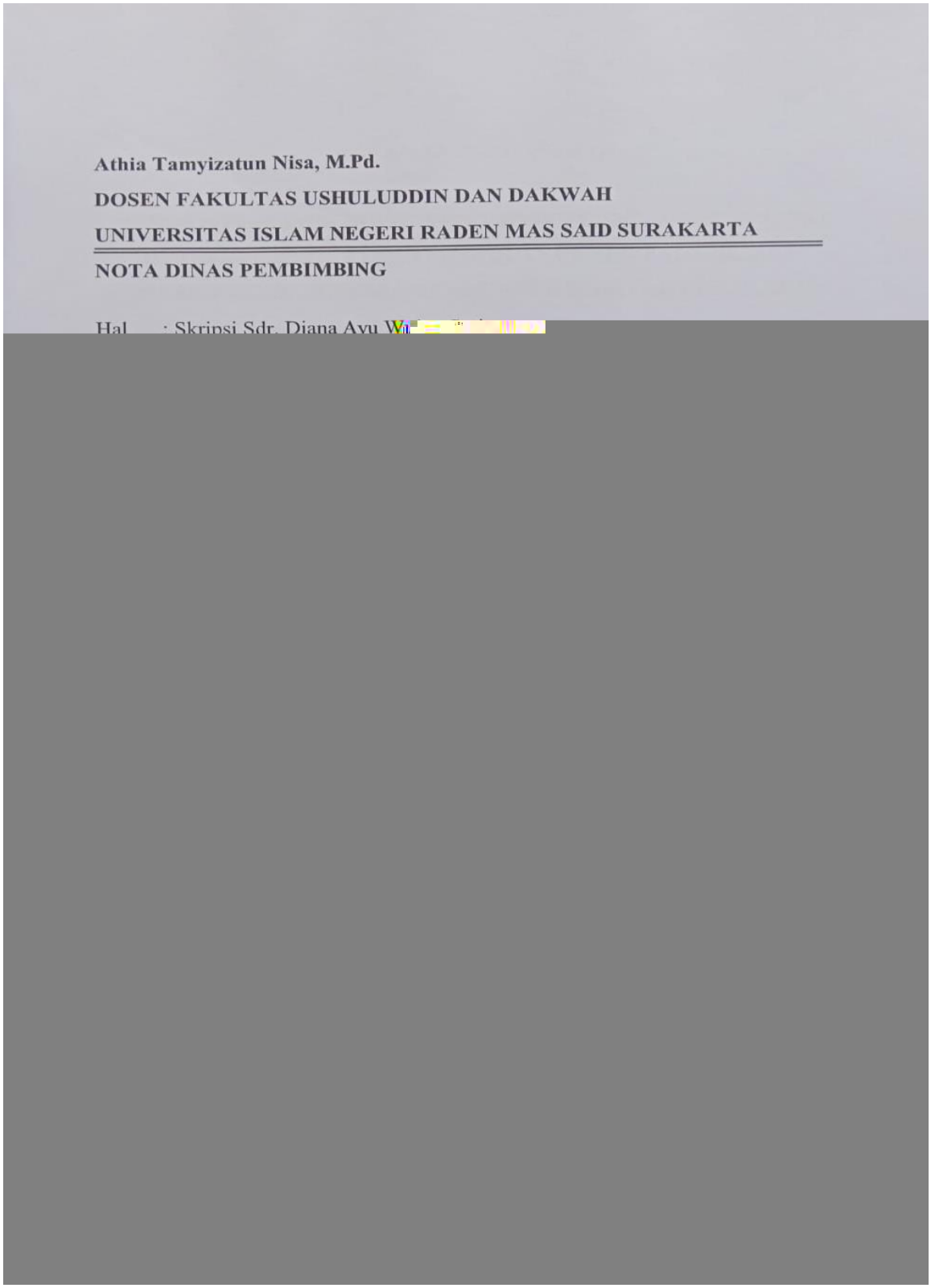
## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

| | |
|---|---|
| Nama | : Diana Ayu Wulan Sari |
| NIM | : 181221052 |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Karanganyar, 16 November 2000 |
| Program Studi | : Bimbingan dan Konseling Islam |
| Jurusan | : Dakwah dan Komunikasi |
| Fakultas | : Fakultas Ushuluddin dan Dakwah |
| Alamat | : Jl Matoa Gang 7 RT01/RW03 Paulan, Paulan Timur, Colomadu, Karanganyar |
| Judul Skripsi | : Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken Home* Di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta |

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika di kemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan seba[illegible]



Athia Tamyizatun Nisa, M.Pd.

DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdr. Diana Ayu W

## HALAMAN PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA**

# ABSTRAK

**Diana Ayu Wulan Sari. NIM : 181221052, *Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home Di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta*. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. 2022.**

Penerimaan diri adalah suatu sikap dimana individu memiliki penghargaan yang tinggi terhadap kelebihan dan kekurangan dalam dirinya. Semakin baik individu dapat menerima dirinya, maka semakin baik pula penyesuaian diri dan sosial individu tersebut. Perilaku tidak bisa menerima diri ditunjukkan dengan sikap sulit mengendalikan amarah, suka menyendiri, sulit berinteraksi, tidak percaya diri, menganggap dirinya tidak mampu, suka berpikiran negatif, serta menolak kenyataan pada dirinya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling kelompok pendekatan realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home* di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu angket atau kuisioner. Subjek dalam penelitian ini terdapat 5 subjek yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan.

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan dalam pengujian hipotesis menggunakan Uji *Wilcoxon Match Pairs Test* dengan menggunakan bantuan *SPSS* versi *21*, diperoleh nilai Sig. sebesar 0,043. Berdasarkan ketentuan yang berlaku, diketahui Uji *Wilcoxon* Sig. 0,043 < 0,05 yang artinya Ho ditolak dan Ha (hipotesis) diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara hasil *pre-test* dengan hasil *post-test*. Dari hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa konseling kelompok pendekatan realita efektif digunakan untuk menigkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home* di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta.

Kata kunci : konseling kelompok, pendekatan realita, penerimaan diri.

## ABSTRACT

**Diana Ayu Wulan Sari. NIM : 181221052*, Effectiveness of Reality Approach Group Counseling to Increase Self-Acceptance in Broken Home Adolescents at LKSA Nur Hidayah Foundation, Surakarta.* Islamic Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Ushuluddin and Da'wah State Islamic University Raden Mas Said Surakarta. 2022.**

Self-acceptance is an attitude in which individuals have a high appreciation of their strengths and weaknesses. The better the individual can accept himself, the better the individual's self and social adjustment will be. Unacceptable behavior is shown by an attitude that is difficult to control anger, likes to be alone, has difficulty interacting, does not believe in himself, considers himself incapable, likes to think negatively, and rejects reality to himself. The purpose of this study was to determine whether the reality approach group counseling was effective in increasing self-acceptance in broken home adolescents at LKSA Nur Hidayah Foundation, Surakarta.

This research uses experimental quantitative research with one group pretest-posttest research design. The technique used in data collection is a questionnaire or questionnaire. The subjects in this study were 5 subjects who were selected using purposive sampling technique. This research was conducted in 6 meetings.

Based on the results of research and calculations in hypothesis testing using the Wilcoxon Match Pairs Test using the help of SPSS version 21, the Sig value was obtained. of 0.043. Based on the applicable regulations, it is known that the Wilcoxon Sig. 0.043 <0.05, which means Ho is rejected and Ha (hypothesis) is accepted, so it can be concluded that there is a difference between the results of the pre-test and the results of the post-test. From these results, it can be concluded that the reality approach group counseling is effectively used to increase self-acceptance in broken home adolescents at LKSA Nur Hidayah Foundation, Surakarta.



Keywords: group counseling, reality approach, self-acceptance.

**MOTTO**

Sebab sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

(Q.S Al-Insyirah : 5)

## PERSEMBAHAN

Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terimakasih yang tiada terhingga, saya persembahkan karya ini kepada :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Toni Maratona dan Ibu Maryani yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, do'a, dan cinta kasih yang tiada terhingga.
2. Kakak saya, Ryan Bagus Jatmiko, Amd. dan Adik saya, Kurniawan Bayu Saputra yang telah memberikan doa, dukungan serta semangat kepada saya.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pegasih lagi Maha Penyayang yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat dan salam semoga tetap tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabat.

Skripsi dengan judul ³(IHiNWDV **Konseling Kelompok Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken Home* di /.6$ <DVDQ 1XU +LGD\DK 6XUDNDUWD** disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Raden Mas Said Surakarta. Terselesaikannya skripsi ini, tidak terlepas dari bantuan yang berasal dari beberapa pihak yang terlibat. Maka dari itu, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Mudhofir, S.Ag., M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Dr. Islah, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
3. Dr. H. Lukman Harahap, S.Ag., M.Pd. selaku Sekretaris Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
4. Athia Tamyizatun Nisa, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang penuh kesabaran dan kearifan bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Galih Fajar F., M.Pd. selaku Dosen Penguji Utama yang telah memberikan masukan, catatan dan koreksi terhadap skripsi sehingga menjadi lebih baik.
6. Alfin Miftahul Khairi, M.Pd. selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan masukan, catatan dan koreksi terhadap skripsi sehingga menjadi lebih baik.

4) Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah
5) Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas
6) Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan
7) Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistik
8) Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

**c. Tugas Perkembangan Remaja**

Masa Remaja adalah segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan kehidupan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang baik dan sehat. Oleh sebab itu, untuk dapat melakukan sosialisasi dengan baik, remaja dituntut untuk menjalankan tugas-tugas perkembangan pada usianya secara baik (Putro, 2017).

Berikut adalah tugas-tugas perkembangan pada masa remaja, antara lain:

1) Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria ataupun wanita
2) Mencapai peran sosial pria dan wanita. Remaja dapat menerima keadaan diri sebagai pria dan wanita sesuai dengan kodrat, sifat dan tanggung jawab masing-masing.
3) Menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif. Pada periode pra remaja, anak tumbuh dengan cepat yang mengarah kepada bentuk orang dewasa dan diiringi dengan perkembangan sikap dan tubuh. Remaja dapat menerima

keadaan diri sebagaimana adanya keadaan diri yang dimilikinya, menjaga dan memelihara keadaan fisiknya secara efektif sehingga timbul kepuasan dalam dirinya.

4) Mencapai perilaku sosial yang dapat dipertanggungjawabkan. Remaja berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab sebagai masyarakat dan memperhitungkan nilai-nilai sosial dalam bertingkah laku dalam masyarakat.
5) Mencapai kemandirian secara emosional. Tugas perkembangan yang dihadapi remaja adalah bebas dari ketergantungan emosional seperti saat masa kanak-kanak. Dalam masa ini, remaja dituntut untuk tidak lagi tergantung dengan orangtua dengan cara menjunjung tinggi sikap simpatik.
6) Memilih dan mempersiapkan karir ekonomi. Tujuan dari tugas perkembangan ini adalah menuntut remaja agar dapat merasa bahwa dirinya mampu menciptakan suatu kehidupan. Remaja juga dituntut kesanggupannya dalam memikirkan karir di masa depan sehingga dapat memperoleh kesuksesan dari keterampilan fisik yang dimiliki.
7) Menentukan dan mempersiapkan perkawinan dan keluarga. Remaja mengalami kematangan seksual yang dicapai sejak awal masa remaja. Seorang remaja berhak merancang sebuah perkawinan dan membangun keluarga impiannya agar memperoleh rasa dibutuhkan dan dihargai.

## 5. Broken Home

### a. Pengertian *Broken Home*

Menurut Chaplin (dalam Wahyu & Agustin, 2020) mengemukakan bahwa *broken home* berarti keluarga retak atau rumah tangga berantakan dengan kata lain adalah keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari kedua orang tua (ayah atau ibu) yang disebabkan oleh kematian, perceraian, atau meninggalan rumah.

*Broken home* merupakan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera karena sering terjadi permasalahan pada keluarga tersebut. Keluarga pecah atau *broken home* dapat dilihat dari dua aspek, yaitu ;

1) Keluarga yang terpecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari Kepala Keluarga itu meninggal dunia atau bercerai.
2) Orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah/ibu tidak memberikan kasih sayang kepada anak sebagaimana mestinya (Willis, 2011).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *broken home* adalah keluarga tidak dapat menjalankan fungsi keluarga sebagaimana mestinya atau tidak berfungsinya fungsi keluarga

tersebut karena memiliki permasalahan-permasalahan yang tidak dapat terselesaikan.

**b. Faktor-Faktor *Broken Home***

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya keluarga *broken home*, baik yang datang dari luar ataupun dari dalam keluarga itu sendiri. Berikut adalah faktor-faktor penyebab keluarga *broken home* menurut Wahyu (dalam Bagus Sulistyo & Imron Muttaqin, 2019), antara lain:

1) Gangguan dalam berkomunikasi,
2) Egosentris,
3) Ekonomi,
4) Kesibukan,
5) Rendahnya pemahaman dan pendidikan
6) Adanya pihak ketiga

**c. Ciri-Ciri *Broken Home***

Ciri-ciri keluarga yang mengalami *broken home* antara lain adalah:

1) Kematian salah satu atau kedua orang tua
2) Kedua orang tua bercerai (*divorce*)
3) Hubungan orang tua dengan anak yang kurang baik (*poor marriage*)

4) Hubungan anak dengan orang tua yang kurang baik (*poor parent-children relationship*)
5) Suasana rumah tangga tidak ada kehangatan dan tegang (*low warmth and high tensen*)
6) Salah satu atau kedua orang tua tidak memenuhi kewajibannya sebagai orang tua.

Adapun ciri-ciri remaja yang mengalami *broken home* antara lain adalah:

1) Sulit percaya dengan orang lain
2) Kurang bisa menghargai diri sendiri
3) Menjadi pribadi yang posesif
4) Selalu menyembunyikan perasaan
5) Sulit berinteraksi dengan orang yang baru
6) Tidak memiliki identitas diri yang kuat
7) Rasa takut atau khawatir yang berlebihan
8) Beranggapan bahwa dirinya tidak berguna.

**d. Dampak-Dampak *Broken Home***

Berikut dampak-dampak dari keluarga *broken home* terhadap remaja (Ardilla & Cholid, 2021) antara lain adalah:

1) Berdampak psikologis yang kurang baik pada remaja dan membentuk kepribadian yang kurang sehat.

2) *Broken home* sangat mempengaruhi pola pikir remaja sehingga tidak dapat menyelesaikan masalah
3) *Broken home* mengakibatkan remaja memiliki sikap yang kurang baik
4) Timbul rasa benci kepada orangtua
5) Trauma

## B. Hasil Penelitian Yang Relevan

Jurnal dengan judul *Effectiveness of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem of Students,* yang ditulis oleh Rosidi, dkk tahun 2018), hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa dengan hasil uji independent sample t-test (t(14), 8,01, p kurang dari 0,01). Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah metode eksperimen yang digunakan yaitu menggunakan *one group pre-test post-test design*.

Jurnal dengan judul *Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realita Kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung*, yang ditulis oleh Ratna B tahun 2020, hasil penelitian menunjukkan konseling pada siswa yang memiliki penerimaan diri rendah mampu memberikan hasil yang cukup baik. Penerimaan diri yang dimiliki siswa meningkat setelah diberikan terapi. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah lokasi yang

dijadikan populasi penelitian yaitu Lembaga Sosial dan sampel yang diambil adalah remaja awal-remaja akhir.

Jurnal dengan judul *Konseling Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Peserta Didik*, yang ditulis oleh Anita Dewi Astuti dan Indriani Puji Hastanti tahun 2021, hasil penelitian menunjukkan layanan konseling individu dengan pendekatan realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri dan intensif dapat mendorong peserta didik menjadi pribadi yang bertanggung jawab sesuai dengan kondisi yang dimiliki. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pemilihan jenis penelitian yang digunakan. Penelitian tersebut merupakan penelitian tindakan yang dilakukan melalui dua siklus, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan penelitian eksperimen.

Jurnal dengan judul *Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Anak Di Usia Sekolah Dasar*, yang ditulis oleh Hardiyanti Rahmah tahun 2019, hasil penelitian menunjukkan pemberian layanan konseling realita dengan teknik *role playing* dapat memberikan *insight* pada penerimaan diri anak. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah kriteria usia pemilihan subjek yang akan diberikan intervensi., yang mana subjek dalam penelitian berusia dari 12-19 tahun.

Skripsi dengan judul *Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Dalam Penerimaan Diri Pada Penderita Albinisme Di Wonogiri*, yang ditulis oleh Mawar Rizky Itsnaini tahun 2019, hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita *Albinisme* mengalami masalah yang mana

kurang mampu menerima dirinya dan kurang bersosialisasi dalam masyarakat. Setelah diberikan konseling individu, penderita *Albinisme* mampu menghargai dirinya dan yakin bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk menghadapi kehidupannya. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah latar belakang subjek yang berbeda. Serta pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan setting konseling kelompok.

Skripsi dengan judul *Konseling Individu Dengan Teknik Reframing Untuk Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Penderita Kanker di Yayasan Kanker Indonesi (YKI) Cabang Surakarta*, yang ditulis oleh Intan Prameswari tahun 2019, hasil penelitian menunjukkan gambaran mengenai penerimaan diri pada penderita kanker menjadi lebih baik setelah diberikan konseling, mereka menjadi lebih menerima keadaan dan lebih lapang dada serta mampu ikhlas untuk menjalani pengobatan. Perbedaan dengan peneliti adalah teknik yang digunakan dalam penelitian. Penelitian tersebut menggunakan Teknik Reframing dalam meningkatkan penerimaan diri pada penderita kanker. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan Pendekatan Realita.

## C. Kerangka Berpikir

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Banyak yang beranggapan bahwa masa remaja adalah masa paling indah dan tidak dapat dilupakan. Namun, pada kenyataannya masa remaja adalah masa dimana penuh dengan permasalahan yang muncul. Perkembangan remaja yang berasal dari keluarga yang *broken home* pasti

Untuk mencari reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* karena instrumen penelitian ini berbentuk kuisioner atau angket. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,60 maka kuisioner atau angket dinyatakan reliabel atau konsisten.
b. Jika nilai *Cronbach Alpha* < 0,60 maka kuisioner atau angket dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.

Tabel 3 Hasil Uji Reliabilitas

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---|---|
| .940 | 56 |

Dalam pengolahan uji reliabilitas instrumen menggunakan *Alpha Cronbach* dengan bantuan *SPSS* versi *21* dan hasil uji reliabilitas adalah 0,940 (untuk N = 30 dan taraf signifikasi = 5%) sehingga instrumen ini dapat dikatakan reliabel.

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data yang lain telah terkumpul. Dalam arti lain, analisis data adalah bagian yang sangat penting dalam metode ilmiah. Dalam penelitian ini terdapat dua macam teknik analisis data, yaitu sebagai berikut:

1. Analisis Deskriptif

Menurut Sugiyono (2017) statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah terkumpul dan tidak untuk membuat kesimpulan yang bersifat umum.

Analisis data digunakan untuk menghitung skor maksimal dan minimal dari nilai skala penerimaan diri subjek serta menghitung skor masing– masing subjek. Perhitungan statistik dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program SPSS For Windows Seri 21. Penentuan kategori kecenderungan tiap-tiap variabel didasarkan pada norma atau ketentuan kategori.

Menurut Saifudin Azwar, menjelaskan langkah–langkah pengkategorisasian tiap variabel adalah sebagai berikut:

a. $X \geq (\mu + 1\sigma)$ = Tinggi
b. $(\mu - 1\sigma) < X \leq (\mu + 1\sigma)$ = Sedang
c. $X \leq (\mu - 1\sigma)$ = Rendah

2. Uji Hipotesis

Sesuai dengan hipotesis yang diajukan, maka analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik yang umumnya digunakan pada jenis data nominal dan ordinal dan dapat digunakan pada jumlah sampel penelitian yang kecil. Dengan menggunakan rumus uji *Wilcoxon Match Pairs Test* yaitu dengan cara membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* menggunakan tabel bantu untuk *test Wilcoxon*.

# BAB IV

# HASIL PENELITIAN

## A. Deskripsi Lokasi Penelitian

### 1. Sejarah LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta

Yayasan Nur Hidayah berdiri pada tahun 1992 oleh campur tangan dari Bapak H. Siswo Oetomo bersama dua rekannya Bapak H.S. Pudjo Seputro, BA. dan Bapak H. Alhisyam, SE. MM yang membidani lahirnya lembaga sosial yang kelak pada saatnya berhasil mencetak generasi peerus yang unggul. Awalnya Yayasan Nur Hidayah bernama Yayasan Nur Hidayah Islamic Centeryang dikukuhkan dengan akte notaris No. 10 tanggal 7 Februari tahun 1992 oleh Anton Wahyu Pramono, S.H. Kemudian berubah menjadi Yayasan Nur Hidayah Surakarta atas dasar akte No. 07 tanggal 30 Januari 2009 oleh notaris H. M. Tony Rodhiyarto, SE., SH.

Salah satu momen penting dalam sejarah Yayasan Nur Hidayah terjadi pada tahun 1998. Pertemuan antara H. Siswo Oetomo dengan sekelompok orang yakni Dr. H. Wiranto, M.Kom. MCS., H. Madi Mulyana, S.Pd., H. Heri Sucitro, S.Pd. dan beberapa teman lainnya akhirnya mencapai satu kesepakatan bahwa Yayasan Nur Hidayah akan membuka diri bagi pengembangan dakwah berbasis pendidikan. Gagasan tentang Sekolah Islam Terpadu (SIT) kemudian diwujudkan dengan mendirikan sekolah dasar bernama SD IT Nur Hidayah yang

B. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Penelitan ini menggunaka uji statistik deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis data yang telah terkumpul sebagaimana data tersebut tanpa ada maksud membuat kesimpulan yang bersifat umum

Tabel 4 Hasil Uji Statistik Deskriptif

| Variabel | N | Minimum | Maximum | Mean (Æ) | Std. Deviation (Ì) |
|---|---|---|---|---|---|
| Penerimaan Diri | 5 | 45 | 180 | 111 | 22,5 |

Berdasarkan data penelitian yang telah diolah dengan bantuan SPSS versi 21, maka diperoleh skor terendah adalah 45, skor tertinggi adalah 180, mean (ä) sebesar 111, dan standar deviasi (ê) sebesar 22,5.

Adapun kategori skor skala penerimaan diri adalah sebagai berikut :

1. Kategori Tinggi

   Tinggi = ; • ä E sá ê;

   ; •

   ; •

2. Kategori Sedang

   Sedang = ( ä F sá ê ; ”ä E sá ê)

   = (111 ±22,5) ; ”(111 + 22,5)

## Daftar Pustaka


Anita, A., & Indriani, H. (2021). Konseling Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Peserta Didik. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda Bermakna, Mulia*, *7*(ISSN. 2460-9722). https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR

Ardilla, & Cholid, N. (2021). Pengaruh Broken Home Terhadap Anak. *Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, *6*(1).

Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.

Bagus Sulistyo, & Imron Muttaqin. (2019). Analisis Faktor Penyebab Dan Dampak Keluarga Broken Home. *Jurna Studi Gender Dan Anak*, *6*(2), 245–256.

Baitina, A. (2020). Reality Therapy Untuk Meningkatkan Self Acceptance Pada Mahasiswa Dengan Problem Kecemasan. *Prosedia Kasus Dan Studi Intervensi Psikologi*, *8*(1), 19–25. https://doi.org/10.22219/procedia.v4i1.11963

Corey, G. (2009). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. PT Refika Aditama.

Creswell, J. W. (2009). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed* (Third Edit). Pustaka Pelajar.

Erfian, D. (2014). *Efektivitas Metode Kontrol Diri Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Broken Home Di SMK PI Ambarukmo*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Hasanah, S., Sahaara, E., & Sari P, I. (2016). Broken Home Pada Remaja Dan Peran Konselor. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, *2*(2), 1–6.

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.

Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Kencana Prenada Media Group.

Jannah, A. (2019). *Keefektifan Konseling Individu Melalui Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Broken Home di SPMA Negeri H Moenadi*. Universitas Negeri Semarang.

Karunia Sari, L. (2019). *Penerimaan Diri Pada Remaja Korban Perceraian Orangtua*. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Khakim R, S. (2017). *Efektivitas Konseling Realita Prosedur WDEP Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Loceret*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Kurnanto, E. (2013). *Konseling Kelompok*. Alfabeta.

Latipun. (2006). *Psikologi Konseling*. UMM Press.

Lestari. (2012). *P s i k o l o g i K e l u a r g a : P e n a.n a m a n K* Kencana.

Lie, F., Ardini, P., Utoyo, S., & Juniarti, Y. (2019). Tumbuh Kembang Anak Broken Home. *Jurnal UPMK*, 114–123.

Mardalis. (2014). *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Bumi Askara.

Mulawarman, Ariffudin, I., & Intan, A. (2020). *Konseling Kelompok Pendekatan Realita*. Kencana.

Mulyadi, S., Fakhrurrozi, M., & Rohayati, D. (2015). *Psikologi Konseling*. Penerbit Gunadarma.

Putri, R. K. (2018). Meningkatkan Self-Acceptance ( Penerimaan Diri ) Dengan Konseling Realita Berbasis Budaya Jawa. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 118–128. http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/480

Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, *17*(1), 25–32.

Rahmah, H. (2019). Konseling Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Anak di Usia Sekolah Dasar. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, *4*(1), 37. https://doi.org/10.35931/am.v4i1.165

Resty T, G. (2016). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja Di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *1*.

Rosidi, Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2018). Effectiveness Of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem Students. *Jurnal Bimbingan Konseling, 7 (1)*, 12–16.

Safithry, E., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *4*(2), 33–41.

Selvi, & Sudarji, S. (2017). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri Orangtua Yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal Psibernetika*, *10*(2), 70–80. http://journal.ubm.ac.id

Siregar, S., & Sulistyaningsih, W. (2013). Efektivitas Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Underachiever. *Jurnal Analitika Uma*, *5*(2), 80–85.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Wahyu, I., & Agustin, P. (2020). Konsep Diri Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Broken Home. *Jurnal Jp3Sdm*, *9*(1), 17–32.

Willis, S. (2011). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Alfabeta.

Willis, S. (2019). *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Alfabeta.

Winarni, M. . (2017). Efektivitas Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas Ix Smp Negeri 1 Tempel. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 10–23.

Winarsih, M., Nasution, E., & Ori, D. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki ABK Di SLB Cahaya Pertiwi Kota Bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, *4*(2).

## Lampiran

1. Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba
2. Skor Uji Coba
3. Uji Validitas Instrumen
4. Uji Reliabilitas Instrumen
5. Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba
6. Hasil Uji *Expert Judgement*
7. Hasil *Pre-Test* Subjek Penelitian
8. Hasil *Post-Test* Subjek Penelitian
9. Hasil Uji *Wilcoxon*
10. Pedoman Eksperimen Konseling Kelompok Pendekatan Realita
11. Lembar Permohonan Eksperimentor
12. Surat Ijin Penelitian dari Universitas
13. Dokumentasi Penelitian
14. Deskripsi Subjek dari Hasil WorkSheet
15. Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 1 Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba

## A. Pengantar

Pernyataan di dalam skala penerimaan diri ini disusun untuk mengetahui gambaran penerimaan diri yang terdapat dalam diri anda. Jawaban skala ini tidak berpengaruh terhadap prestasi yang anda miliki, oleh karena itu diharapkan anda dapat memberikan jawaban yang menggambarkan bagaimana keadaan anda yang sebenarnya dengan jujur. Hasil dari jawaban anda sangat menentukan keberhasilan penelitian yang saya lakukan. Atas perhatian dan kerjasama yang anda berikan, saya ucapkan terimakasih.

## B. Identitas

Nama :

Usia :

Kelas :

## C. Petunjuk Pengisian

Dalam memberikan jawaban pada skala penerimaan diri ini, dapat dilakukan dengan cara memberikan tanda *ceklist* ( √ ) pada kolom yang disediakan.

Alternatif jawaban :

**SS** : Sangat Sesuai

**S** : Sesuai

**TS** : Tidak Sesuai

**STS** : Sangat Tidak Sesuai

| No | Pernyataan | Sangat Sesuai (SS) | Sesuai (S) | Tidak Sesuai (TS) | Sangat Tidak Sesuai (STS) |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Saya merasa mampu menghadapi situasi yang sulit dalam kehidupan saya | | | | |
| 2. | Saya merasa hanya mampu bergaul dengan orang-orang yang kondisinya sama seperti saya | | | | |
| 3. | Saya merasa sebagai orang yang berharga dan sederajat dengan teman-teman saya | | | | |
| 4. | Saya merasa mudah dipengaruhi oleh perkataan orang lain | | | | |
| 5. | Saya optimis dapat menyelesaikan permasalahan dalam kehidupan | | | | |
| 6. | Saya sering ragu-ragu dalam bertindak ketika saya takut menghadapinya | | | | |
| 7. | Saya melemparkan kesalahan yang saya lakukan kepada orang lain | | | | |
| 8. | Saya tidak menyalahkan orang lain atau diri sendiri atas kondisi keluarga saya | | | | |
| 9. | Saya merasa bahwa nasib saya tidak seberuntung orang lain | | | | |

Lampiran 3 Uji Validitas Instrumen

**Item-Total Statistics**

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|---|---|---|---|---|
| X01 | 160.0667 | 450.685 | .736 | .937 |
| X02 | 160.1667 | 453.454 | .553 | .938 |
| X03 | 160.3000 | 454.217 | .563 | .938 |
| X04 | 160.6333 | 458.171 | .444 | .939 |
| X05 | 161.1000 | 452.921 | .531 | .938 |
| X06 | 160.9667 | 459.482 | .389 | .939 |
| X07 | 161.0333 | 453.206 | .476 | .938 |
| X08 | 160.2667 | 457.857 | .473 | .938 |
| X09 | 160.6000 | 465.352 | .253 | .940 |
| X10 | 160.6000 | 469.283 | .118 | .940 |
| X11 | 160.0333 | 463.137 | .383 | .939 |
| X12 | 160.6667 | 467.057 | .166 | .940 |
| X13 | 160.1667 | 450.557 | .672 | .937 |
| X14 | 160.5000 | 457.638 | .477 | .938 |
| X15 | 160.6000 | 459.076 | .402 | .939 |
| X16 | 160.7000 | 456.976 | .383 | .939 |
| X17 | 160.3000 | 453.390 | .529 | .938 |
| X18 | 160.5000 | 457.224 | .462 | .939 |
| X19 | 160.0333 | 456.102 | .554 | .938 |
| X20 | 160.5000 | 461.293 | .324 | .939 |
| X21 | 160.3000 | 459.321 | .558 | .938 |
| X22 | 160.9333 | 445.995 | .608 | .938 |
| X23 | 160.2667 | 452.202 | .529 | .938 |
| X24 | 160.8667 | 445.706 | .618 | .937 |
| X25 | 160.8667 | 455.223 | .517 | .938 |
| X26 | 160.6000 | 453.972 | .550 | .938 |
| X27 | 160.9333 | 454.202 | .515 | .938 |
| X28 | 160.7333 | 451.926 | .573 | .938 |
| X29 | 160.2000 | 459.614 | .504 | .938 |
| X30 | 160.4333 | 459.495 | .395 | .939 |
| X31 | 160.4667 | 457.154 | .451 | .939 |
| X32 | 160.6667 | 452.299 | .578 | .938 |
| X33 | 160.4000 | 462.110 | .412 | .939 |
| X34 | 160.4333 | 459.357 | .490 | .938 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| X35 | 160.2667 | 457.582 | .515 | .938 |
| X36 | 160.2333 | 452.461 | .565 | .938 |
| X37 | 160.2667 | 447.720 | .709 | .937 |
| X38 | 160.5000 | 462.603 | .324 | .939 |
| X39 | 160.7667 | 457.357 | .353 | .939 |
| X40 | 160.3000 | 452.976 | .516 | .938 |
| X41 | 160.3000 | 451.114 | .591 | .938 |
| X42 | 160.3333 | 451.678 | .617 | .938 |
| X43 | 160.2667 | 456.478 | .516 | .938 |
| X44 | 160.5333 | 464.257 | .250 | .940 |
| X45 | 160.3000 | 447.666 | .687 | .937 |
| X46 | 160.9000 | 453.817 | .589 | .938 |
| X47 | 160.4667 | 452.740 | .549 | .938 |
| X48 | 160.1333 | 462.189 | .365 | .939 |
| X49 | 161.1333 | 472.533 | .022 | .941 |
| X50 | 161.5333 | 471.499 | .079 | .940 |
| X51 | 160.9667 | 461.895 | .340 | .939 |
| X52 | 160.1333 | 463.499 | .321 | .939 |
| X53 | 161.3000 | 473.459 | -.001 | .941 |
| X54 | 160.9000 | 478.921 | -.200 | .942 |
| X55 | 160.3000 | 446.907 | .744 | .937 |
| X56 | 161.0000 | 459.103 | .454 | .939 |

Lampiran 4 Uji Reliabilitas Instrumen

**Case Processing Summary**

| | | N | % |
|---|---|---|---|
| Cases | Valid | 30 | 100.0 |
| | Excluded[a] | 0 | .0 |
| | Total | 30 | 100.0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---|---|
| .940 | 56 |

Lampiran 5 Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

**A. Pengantar**

Pernyataan di dalam skala penerimaan diri ini disusun untuk mengetahui gambaran penerimaan diri yang terdapat dalam diri anda. Jawaban skala ini tidak berpengaruh terhadap prestasi yang anda miliki, oleh karena itu diharapkan anda dapat memberikan jawaban yang menggambarkan bagaimana keadaan anda yang sebenarnya dengan jujur. Hasil dari jawaban anda sangat menentukan keberhasilan penelitian yang saya lakukan. Atas perhatian dan kerjasama yang anda berikan, saya ucapkan terimakasih.

**B. Identitas**

Nama :

Usia :

Kelas :

**C. Petunjuk Pengisian**

Dalam memberikan jawaban pada skala penerimaan diri ini, dapat dilakukan dengan cara memberikan tanda *ceklist* ( √ ) pada kolom yang disediakan.

Alternatif jawaban :

**SS** : Sangat Sesuai

**S** : Sesuai

**TS** : Tidak Sesuai

**STS** : Sangat Tidak Sesuai

| No | Pernyataan | Sangat Sesuai (SS) | Sesuai (S) | Tidak Sesuai (TS) | Sangat Tidak Sesuai (STS) |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Saya mampu menghadapi situasi yang sulit dalam kehidupan saya | | | | |
| 2. | Saya hanya mampu bergaul dengan orang-orang yang kondisinya sama seperti saya | | | | |
| 3. | Saya merasa sebagai orang yang berharga dan sederajat dengan teman-teman saya | | | | |
| 4. | Saya merasa mudah dipengaruhi oleh perkataan orang lain | | | | |
| 5. | Saya optimis dapat menyelesaikan permasalahan dalam kehidupan | | | | |
| 6. | Saya sering ragu-ragu dalam bertindak ketika saya takut menghadapinya | | | | |
| 7. | Saya melemparkan kesalahan yang saya lakukan kepada orang lain | | | | |
| 8. | Saya tidak menyalahkan orang lain atau diri sendiri atas kondisi keluarga saya | | | | |
| 9. | Saya menyadari setiap manusia pasti memiliki kekurangan | | | | |
| 10 | Saya mampu melakukan seperti apa yang orang lain lakukan | | | | |
| 11 | Saya yakin bahwa saya dapat sukses meskipun keadaan keluarga kurang menguntungkan | | | | |
| 12 | Saya mampu bahagia seperti teman-teman yang memiliki keluarga menguntungkan | | | | |
| 13 | Saya merasa menjadi orang tidak berguna | | | | |
| 14 | Saya sering ragu terhadap kemampuan yang saya miliki | | | | |
| 15 | Saya mudah menyesuaikan diri dengan orang yang baru saya kenal | | | | |
| 16 | Saya akan meminta maaf apabila orang lain tersinggung dengan perkataan saya | | | | |
| 17 | Saya hanya bisa bergaul dengan orang-orang tertentu saja | | | | |
| 18 | Saya sering iri hati melihat keberhasilan orang lain | | | | |
| 19 | Saya sering melarikan diri dari permasalahan yang saya hadapi | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 20 | Saya kecewa terhadap keadaan keluarga saya | | | | |
| 21 | Saya percaya bahwa saya akan tetap dapat memiliki kehidupan yang layak | | | | |
| 22 | Meskipun tidak tinggal bersama orangtua, saya yakin akan mendapatkan pembelajaran yang berharga | | | | |
| 23 | Saya bersedia menerima konsekuensi dari kondisi yang saya alami saat ini | | | | |
| 24 | Saya minder dengan teman-teman yang memiliki keluarga harmonis | | | | |
| 25 | Saya sungkan untuk bergaul dengan orang lain | | | | |
| 26 | Saya merasa cemas dengan masa depan saya | | | | |
| 27 | Kritikan yang datang pada saya, akan saya jadikan acuan agar bisa lebih baik | | | | |
| 28 | Saya lebih senang menyendiri daripada bergabung dengan teman-teman | | | | |
| 29 | Saya sering menyalahkan diri ketika melihat orangtua saya terlibat konflik | | | | |
| 30 | Saya merasa orang lain memuji saya dengan maksud untuk menghina saya | | | | |
| 31 | Saya percaya diri terhadap keadaan hidup saya saat ini | | | | |
| 32 | Saya yakin dengan bakat yang saya miliki saya dapat meraih cita-cita saya | | | | |
| 33 | Saya sering merasa ingin diperlakukan secara special dari orang lain | | | | |
| 34 | Saya optimis dalam setiap melakukan sesuatu | | | | |
| 35 | Saya merasa setiap kesulitan dalam hidup saya adalah sebagai kesempatan saya yang menguntungkan untuk masa depan | | | | |
| 36 | Saya berani menghadapi segala permasalahan tanpa bantuan orang lain | | | | |
| 37 | Saya pesimis dapat mengerjakan tugas dengan maksimal dan tepat waktu | | | | |
| 38 | Saya merasa memiliki antusias tinggi terhadap hal yang baru | | | | |
| 39 | Saya tidak melebih-lebihan perasaan saya ketika mendapatkan pujian dari orang lain | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 40 | Saya yakin bahwa saya berharga dimata keluarga saya | | | | |
| 41 | Saya merasa tidak nyaman ketika orang lain ingin mengetahui kondisi saya | | | | |
| 42 | Saya menganggap kehidupan saya tidak seberuntung orang lain | | | | |
| 43 | Saya sering merasa sulit dalam mengendalikan emosi saya | | | | |
| 44 | Saya merasa tidak pernah ragu dalam melakukan sesuatu | | | | |
| 45 | Saya mampu meredam rasa kecewa saya terhadap kondisi keluarga saya | | | | |

Lampiran 6 Hasil Uji *Expert Judgement*

Rater : Ahmad Saifuddin, M.Psi., Psikolog

Hasil : Saya melihat sebaran item di setiap aspek dan indikator tidak merata atau tidak seimbang. Meskipun alat ukur ini modifikasi, bukan berarti tidak boleh mengubah. Justru jika alat ukur ini diciptakan dalam konteks yang tidak universal (misalkan, hanya diterapkan pada sekelompok orang di daerah tertentu), maka mengubah lebih direkomendasi karena peneliti bisa menyesuaikan untuk memenuhi kaidah validitas logis. Misalkan, dengan menambah atau mengurangi item agar sebaran item merata.

Rater : Vera Imanti, M. Psi., Psikolog.

Hasil : Gunakan kata-kata yang mudah dipahami

Lampiran 7 Hasil *Pre-Test* Subjek Penelitian

| N | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | Total |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 104 |
| | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 85 |
| | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 86 |
| | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 88 |
| | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 87 |

## A. Pengantar

Dalam melakukan eksperimen ini, peneliti mengujicobakan konseling kelompok pendekatan realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home* di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta. Dengan menggunakan setting kelompok, diharapkan dapat menciptakan suasana yang baik sehingga dapat mempermudah untuk mencapai tujuan bersama. Dalam proses pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita, akan melalui beberapa tahapan-tahapan antara lain tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap penutupan. Untuk dapat mencapai tujuan bersama dalam konseling kelompok, peneliti menggunakan prosedur WDEP yaitu *wants, direction and doing, evaluation,* dan *planning.*

## B. Petunjuk Penggunaan

Agar penggunaan pedoman eksperimen ini efektif, berikut petunjuk penggunaannya yaitu:

1. Panduan eksperimen dapat digunakan sebagai pedoman dalam melakukan eksperimen dengan mengujicobakan konseling kelompok pendekatan realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home*.
2. Peneliti terlebih dahulu membaca pendahuluan dan petunjuk penggunaan. Hal ini agar peneliti memahami penerapan konseling kelompok pendekatan realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home*.

3. Sebelum materi diberikan, peneliti menelaah prosedur yang telah disiapkan
4. Pelaksanaan konseling secara teknis dilapangan dapat disesuaikan oleh peneliti secara mandiri.

## C. Sasaran dan Kriteria Kelompok

Adapun sasaran dan kriteria kelompok yang akan diberikan layanan konseling kelompok pendekatan realita dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Remaja berusia antara 12-21 tahun
2. Memiliki latar belakang keluarga *broken home*
3. Memiliki skor penerimaan diri yang rendah dan sedang

## D. Konsep Dasar

### 1. Konseling Kelompok

Menurut Willis (2019) Konseling Kelompok adalah bantuan yang diberikan seorang konselor yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya dalam suatu kelompok, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah. Pada proses konseling kelompok terdapat empat tahapan, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap penutupan.

**2. Pendekatan Realita**

Corey (2009) mengemukakan inti dari konseling realita adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Sedangkan Glasser menyatakan bahwa terapi atau pendekatan realita berfokus pada masa kini dan berusaha membuat klien mengerti jika pada dasarnya semua tindakan yang dilakukan adalah untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia. Secara umum, pendekatan realita mempunyai tujuan yang sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan *success identity* dengan prinsip *right, responsibility,* dan *reality*. Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti menggunakan prosedur WDEP yaitu *wants, direction and doing, evaluation,* dan *planning*.

**3. Penerimaan Diri**

Penerimaan diri adalah tingkat kemampuan individu dimana individu tersebut benar-benar mempertimbangkan karakteristik pribadi dan mau hidup dengan karakteristik yang dimilikinya (Hurlock, 2011). Sedangkan menurut Vasile (dalam Baitina, 2020) menjelaskan bahwa penerimaan diri (*self acceptance*) adalah suatu penerimaan terhadap kondisi diri sendiri atau suatu kondisi yang mana individu mampu menghadapi tekanan psikologis dan mampu menyesuaikan diri secara baik

**4. Remaja**

Remaja merupakan masa transisi dalam suatu rentang kehidupan manusia dari kanak-kanak menuju dewasa yang terjadi pada kisaran usia 12 sampai 21 tahun dan pada masa ini terdapat beberapa perubahan, yakni fisik, psikologi dan cara berfikir.

**5. *Broken Home***

Menurut Chaplin (dalam Wahyu & Agustin, 2020) mengemukakan bahwa *broken home* berarti keluarga retak atau rumah tangga berantakan dengan kata lain adalah keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari kedua orang tua (ayah atau ibu) yang disebabkan oleh kematian, perceraian, atau meninggalan rumah.

## E. Tujuan Konseling Kelompok Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken Home*

Pelaksanaan konseling kelompok pendekatan realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home* bertujuan untuk membantu remaja mencapai otonomi sehingga remaja mampu bertanggung jawab atas diri mereka, serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan yang diinginkan.

## F. Pelaksanaan Eksperimen

Pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja *broken home* di LKSA Yayasan

Nur Hidayah Surakarta akan dilaksanakan 6 kali pertemuan dan setiap pertemuan berdurasi 60 menit.

Adapun penjabaran kegiatan inti di setiap pertemuan adalah sebagai berikut

1. Pertemuan 1 pembentukan kelompok dengan kegiatan inti mempererat kedekatan antar anggota kelompok.
2. Pertemuan 2 Mengeksplorasi keinginan (*Want*) atau kebutuhan dasar anggota kelompok.
3. Pertemuan 3 pelaksanaan tahapan *doing and direction* yang berfokus pada pemberian arahan.
4. Pertemuan 4 tahapan *evaluation* menyeleksi alternatif pilihan kegiatan yang benar-benar efektif.
5. Pertemuan 5 tahapan *planning* membuat rancangan kegiatan dengan pilihan kegiatan yang telah disepakati.
6. Pertemuan 6 terminasi dan *follow-up* serta pemberian *post-test*.

**PERTEMUAN 1**

**RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)**

**KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA**

| | |
|---|---|
| Tema Kegiatan | Pembentukan kelompok dengan pengenalan dan pengungkapan tujuan kelompok, mengembangkan suasana keterbukaan dalam menyampaikan pendapat untuk masing-masing anggota kelompok |
| Sasaran | Remaja perempuan usia 12-21 yang memiliki latar belakang keluarga *broken home* dan memiliki penerimaan diri rendah |
| Bidang Layanan | Pengembangan pribadi |
| Jenis Layanan | Konseling kelompok pendekatan realita |
| Fungsi Layanan | Penyembuhan |
| Tujuan Layanan | Membangun hubungan yang akrab antar pemimpin kelompok dengan anggota kelompok |
| Tempat Penyelenggaraan | Ruang tamu panti asuhan putri |
| Alokasi Waktu | 60 menit |
| Metode | Diskusi |
| Alat Perlengkapan | Kertas dan bolpoin |
| Uraian Kegiatan | **Tahap Pembentukan**<br>1. Konselor membuka konseling kelompok dengan memberi salam pembuka dan memperkenalkan diri<br>2. Konselor menjelaskan maksud, tujuan, cara pelaksanaan dan azas konseling kelompok |

| | |
|---|---|
| | 3. Konselor mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri kepada anggota kelompok dengan menggunakan metode permainan atau *ice breaking*<br>Nama permainan : "Siapa dia?"<br>Langkah-langkah permainan :<br>x Meminta semua anggota kelompok untuk duduk dan membentuk lingkaran<br>x Meminta seorang anggota kelompok memperkenalkan nama dan satu hal lain mengenai dirinya dalam bentuk satu kalimat pendek. Contoh : Nama saya Desi, hobi menari.<br>x Kemudian menunjuk anggota kelompok kedua untuk mengulang kalimat anggota pertama, dan kemudian memperkenalkan dirinya sendiri. Contoh : Teman saya Desi , hobi menari, saya Lala, hobi menulis.<br>x Anggota kelompok ketiga harus mengulang kalimat 2 anggota sebelumnya sebelum memperkenalkan diri, demikian seterusnya sampai seluruh anggota kelompok memperoleh gilirannya.<br>x Apabila anggota kelompok tidak dapat mengingat nama dan hobi yang dikatakan oleh temannya, maka ia harus menanyakan langsung pada yang bersangkutan : "siapa nama anda?" atau "siapa nama anda dan apa hobi anda?"<br>**Tahap Peralihan** |

| | |
|---|---|
| | 1. Konselor mengamati dengan seksama sikap yang ditunjukkan oleh anggota kelompok<br>2. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok<br>**Tahap Kegiatan**<br>1. Konselor mejelaskan terlebih dahulu alasan seluruh anggota kelompok dikumpulkan dalam satu kelompok<br>2. Setelah seluruh anggota kelompok sudah memahami kondisi yang mereka alami, kegiatan selanjutnya adalah mengurangi resistensi, sikap defensif ataupun kecemasan dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan menciptakan iklim kelompok yang nyaman, ditandai dengan adanya saling keterbukaan antar-anggota, saling percaya, dan saling mendukung.<br>3. Konselor mengadakan permainan untuk mencairkan atau menghidupkan suasana.<br>Nama permainan : "Acak-acak konsentrasi"<br>Langkah-langkah permainan :<br>x Meminta semua anggota kelompok untuk duduk dan membentuk lingkaran<br>x Ketua kelompok menjelaskan aturan permainan acak-acak konsentrasi yaitu :<br>➢ Ketika ketua kelompok menepuk tangan satu kali itu berarti ayam<br>➢ Ketika ketua kelompok menepuk tangan dua kali itu berarti itik |

| | |
|---|---|
| | ➢ Ketika ketua kelompok diam atau tidak menepuk tangan itu berarti bebek<br>x Mengulangi intruksi atau mencoba permainan sampai semua anggota mengerti, ketika sudah mengerti permainan dapat dimulai.<br>x Setelah semua anggota kelompok mengerti, ketua kelompok juga memberitahukan kepada anggota kelompok bagi yang salah dalam permainan ini akan diberikan sanksi atau hukuman.<br>4. Menjelaskan materi tentang penerimaan diri<br>**Tahap Penutupan**<br>1. Konselor menyampaikan bahwa pertemuan pertama akan segera selesai<br>2. Konselor memfasilitasi anggota kelompok yang akan menyampaikan *feedback*<br>3. Konselor mengatur waktu untuk pertemuan selanjutnya<br>4. Konselor mengucapkan terimakasih atas partisipasi anggota kelompok<br>5. Konselor memimpin doa dan mengakhiri pertemuan sesi pertama |
| Rencana Penilaian<br><br>Rencana Ti2197.396l | Mengecek pemahaman anggota kelompok mengenai materi penerimaan diri melalui evaluasi |

| | |
|---|---|
| | 1. Konselor membuka konseling kelompok dengan memberi salam pembuka<br>2. Konselor mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok hadir dalam kegiatan<br>3. Konselor memberikan rangkuman dari kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya<br>4. Konselor melakukan permainan untuk meningkatkan rasa kebersamaan anggota kelompok<br>Nama Permainan : Cerita Keluarga<br>Langkah-langkah permainan :<br>x Konselor menyiapkan cerita tentang perjalanan ayah, ibu, kakek, dan nenek.<br>x Peraturan permainan ini adalah jika konselor menyebutkan kata ibu, ayah, nenek, dan kakek, maka anggota kelompok harus bergerak seperti berikut :<br>➢ Ayah : pinggul kedepan<br>➢ Ibu : pinggul ke belakang<br>➢ Kakek : pinggul ke kanan<br>➢ Nenek : pinggul ke kiri<br>x Begitu seterusnya hingga suasana bersemangat dan anggota kelompok sudah mulai berkonsentrasi dengan kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya.<br>**Tahap Peralihan**<br>1. Konselor mengulas kegiatan pada pertemuan sebelumnya dan menjelaskan tujuan dan fokus dari pertemuan sesi keempat |

| | |
|---|---|
| | 2. Konselor memberikan arahan kepada anggota kelompok tentang prosedur yang akan dilakukan pada sesi keempat<br>3. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan<br>**Tahap Kegiatan**<br>1. Konselor mengevaluasi alternative pilihan kegiatan anggota kelompok saat ini<br>2. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan yang dilakukan untuk memenuhi keinginan dan kebutuhannya saat ini bukanlah perilaku yang efektif dan bahkan membawa dampak negatif<br>3. Konselor melakukan konfrontasi memberikan pemahaman bahwa apa yang dilakukan saat ini berujung tidak positif<br>4. Menjelaskan dampak negatif dari perilaku bermasalah yang timbul akibat penerimaan diri yang rendah<br>5. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk membuat pilihan perilaku yang baru sebagai cara pemenuhan keinginan dan kebutuhan<br>6. Konselor mengevaluasi pilihan kegiatan baru yang disepakati bersama<br>7. Konselor mengevaluasi kegiatan yang berfokus pada peningkatan penerimaan diri anggota kelompok<br>8. Konselor mengidentifikasi strategi yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku<br>9. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk memilih alternatif pilihan kegiatan sesuai dengan kondisi masing-masing |

| | |
|---|---|
| | **Tahap Penutupan**<br>1. Konselor menyampaikan bahwa pertemuan keempat akan segera berakhir<br>2. Konselor memfasilitasi anggota kelompok yang akan menyampaikan *feedback*<br>3. Konselor mengatur waktu untuk pertemuan selanjutnya<br>4. Konselor mengucapkan terimakasih atas partisipasi anggota kelompok<br>5. Konselor memimpin doa dan mengakhiri pertemuan sesi keempat |
| Rencana Penilaian | Mengevaluasi lembar refleksi diri yang diberikan |
| Rencana Tindak Lanjut | Pertemuan ke-5 |

**Lembar Refleksi Diri**

| **Lakukan penilaian diri pada aspek dibawah ini!** |
|---|
| Apakah tujuan dan arah perilaku anda sudah sesuai dengan upaya memenuhi kebutuhan? |
| Apakah kegiatan atau perilaku anda dalam sehari-hari sudah sesuai dengan upaya pemenuhan kebutuhan? |

| |
|---|
| Apakah kebutuhan atau keinginan anda saat ini betul-betul baik bagi anda? |
| Bagaimana sudut pandang anda mengenai orang-orang sekitar anda terkait dengan upaya anda dalam memenuhi kebutuhan dasar? |
| Apakah tujuan perilaku baru anda benar-benar menguntungkan anda dalam memenuhi kebutuhan? |

**PERTEMUAN 5**

**RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)**

**KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA**

| | |
|---|---|
| Tema Kegiatan | Membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan oleh anggota kelompok sesuai dengan pilihan kegiatan yang telah disepakati bersama (tahapan *planning*) |
| Sasaran | Remaja perempuan usia 12-21 yang memiliki latar belakang keluarga *broken home* dan memiliki penerimaan diri rendah |
| Bidang Layanan | Pengembangan pribadi |
| Jenis Layanan | Konseling kelompok pendekatan realita |
| Fungsi Layanan | Penyembuhan |
| Tujuan Layanan | Mengevaluasi dan mengokohkan anggota kelompok agar bertanggung jawab dan berkomitmen atas kegiatan yang telah dipilihnya |
| Tempat Penyelenggaraan | Ruang tamu panti asuhan putri |
| Alokasi Waktu | 60 menit |
| Metode | Konselor terlibat langsung dengan klien dalm merumuskan rencana yang spesifik sebagai tindakan dalam meningkatkan penerimaan diri. |
| Alat Perlengkapan | Kertas dan bolpoin |
| Uraian Kegiatan | **Tahap Pembentukan**<br>1. Konselor membuka konseling kelompok dengan memberi salam pembuka<br>2. Konselor mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok hadir dalam kegiatan |

| | |
|---|---|
| | 3. Konselor memberikan rangkuman dari kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya<br>4. Konselor melakukan permainan untuk meningkatkan konsentrasi<br>Nama Permainan : Boom Buzz Door<br>Langkah langkah permainan :<br>x Konselor mengintruksikan anggota kelompok untuk membuat lingkaran<br>x Anggota kelompok diminta untuk berhitung mulai dari 1 sampai 30<br>x Jika anggota kelompok harus mengucapkan angka kelipatan 2, maka dia tidak boleh mengucapkan angka tersebut, namun diganti dengan meneriakkan kata “boom” dengan suara lantang<br>x Jika mengucapkan angka kelipatan 3, maka diganti dengan kata “buzz”<br>x Jika mengucapkan angka kelipatan 5, maka diganti dengan kata “door”<br>x Jika harus mengucapkan angka kelipatan 2,3 dan 5 maka dia harus mengucapkan “boom, buzz, door”<br>x Jika sudah sampai angka 30 kembali lagi ke angka 1 sampai anggota berkonsentrasi dan siap mengikuti sesi berikutnya<br>**Tahap Peralihan** |

| | |
|---|---|
| | 1. Konselor mengulas kegiatan pada pertemuan sebelumnya dan menjelaskan tujuan dan fokus dari pertemuan sesi kelima<br>2. Konselor memberikan arahan kepada anggota kelompok tentang prosedur yang akan dilakukan pada sesi kelima<br>3. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan<br>**Tahap Kegiatan**<br>1. Konselor membantu anggota kelompok untuk membuat rancangan kegiatan yang telah disepakati<br>2. Konselor memberikan lembar kerja untuk mengetahui komitmen dan tanggung jawab anggota kelompok atas pilihan alternatif kegiatan yang telah disepakati<br>3. Konselor mengevaluasi rancangan kegiatan setiap anggota kelompok<br>**Tahap Penutupan**<br>1. Konselor menyampaikan bahwa pertemuan kelima akan segera berakhir<br>2. Konselor memfasilitasi anggota kelompok yang akan menyampaikan *feedback*<br>3. Konselor mengatur waktu untuk pertemuan selanjutnya<br>4. Konselor mengucapkan terimakasih atas partisipasi anggota kelompok<br>5. Konselor memimpin doa dan mengakhiri pertemuan sesi kelima |

| | |
|---|---|
| Rencana Penilaian | Menilai sikap anggota kelompok mulai dari fokus, antusias, respon, dan mengevaluasi lembar kerja yang diberikan |
| Rencana Tindak Lanjut | Pertemuan ke-6 |

**Lampiran *Worksheet* "** 3 L O L K D Q  < D Q J  $ N X  % X D W ´

| No. | Perintah | Jawaban |
|---|---|---|
| 1. | Uraikan rencana anda untuk memenuhi kebutuhan dasar meningkatkan penerimaan diri!<br>Buatlah sesuai dengan prinsip $SAMI_2C_3$<br>S : *Simple*<br>A : *Attainable*<br>M : *Measureable*<br>I : *Immediately*<br>I : *Involved*<br>C : *Control by Client*<br>C : *Commitment*<br>C : *Consistent* | |
| 2. | Apakah rencana perilaku anda sesuai dengan kebutuhan dan merupakan cara terbaik untuk memenuhi kebutuhan meningkatkan penerimaan diri? | |

**PERTEMUAN 6**

**RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)**

**KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI LKSA YAYASAN NUR HIDAYAH SURAKARTA**

| | |
|---|---|
| Tema Kegiatan | Teminasi dan *follow-up* serta pemberian *post-test* |
| Sasaran | Remaja perempuan usia 12-21 yang memiliki latar belakang keluarga *broken home* dan memiliki penerimaan diri rendah |
| Bidang Layanan | Pengembangan pribadi |
| Jenis Layanan | Konseling kelompok pendekatan realita |
| Fungsi Layanan | Penyembuhan |
| Tujuan Layanan | Konselor membantu anggota kelompok untuk mengeksplorasi hasil kegiatan yang telah dilakukan, meninjau tingkat keberhasilan yang telah dicapai, mendorong anggota kelompok untuk mempertahankan perilaku baru dengan menekankan pada tanggung jawab dan komitmen |
| Tempat Penyelenggaraan | Ruang tamu panti asuhan putri |
| Alokasi Waktu | 60 menit |
| Metode | Diskusi |
| Alat Perlengkapan | Kertas dan bolpoin |
| Uraian Kegiatan | **Tahap Pembentukan**<br>1. Konselor membuka konseling kelompok dengan memberi salam pembuka<br>2. Konselor mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok hadir dalam kegiatan |

| | |
|---|---|
| | 3. Konselor memberikan rangkuman dari kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya<br>**Tahap Peralihan**<br>1. Konselor mengulas kegiatan pada pertemuan sebelumnya dan menjelaskan tujuan dan fokus dari pertemuan sesi keenam<br>2. Konselor memberikan arahan kepada anggota kelompok tentang prosedur yang akan dilakukan pada sesi keenam<br>3. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan<br>**Tahap Kegiatan**<br>1. Mengeksplorasi perasaan dan pikiran anggota kelompok selama mengikuti kegiatan konseling kelompok<br>2. Mengevaluasi bersama anggota kelompok tentang kemajuan dan keberhasilan yang terlah dicapai<br>3. Melakukan *follow-up* dengan memberikan post-test<br>**Tahap Penutupan**<br>1. Konselor menyampaikan bahwa konseling kelompok akan berakhir<br>2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan atau *ice breaking*<br>Nama permainan : Kalau Kau Suka Hati<br>Langkah-langkah permainan :<br>x Konselor memberikan instruksi dengan bernyanyi |

| | |
|---|---|
| | x Lirik pertama “kalau kau suka hati tepuk tangan” maka anggota kelompok bertepuk tangan<br>x Lirik kedua “kalau kau ska hati petik jari” maka anggota kelompok membunyikan jari-jarinya<br>x Lirik ketiga “kalau kau suka hati injak bumi” maka anggota kelompok menhentakkan kaki ke lantai<br>x Lirik keempat “kalau kau suka hati semuanya” maka anggota kelompok bertepuk tangan, membunyikan jari, lalu menhentakkan kaki ke lantai<br>3. Konselor mengucapkan terima kasih atas partisipasi kelompok selama melakukan kegiatan konseling dengan enam kali pertemuan<br>4. Konselor memimpin doa dan mengakhiri pertemuan konseling |
| Rencana Penilaian | Menilai sikap anggota kelompok mulai dari fokus, antusias, respon, dan resistensi yang mereka tunjukkan selama proses kegiatan konseling |
| Rencana Tindak Lanjut | Pemberian *Post-Test* |

Lampiran 11 Lembar Permohonan Eksperimentor

**LEMBAR PERMOHONAN EKSPERIMENTOR**

Kepada Yth.

Ibu Nana Wahyu Sri Rejeki, S.Psi., M.Si.

Di tempat,

***Assalamu'alaikum Wr. Wb.***

Saya Diana Ayu Wulan Sari, Mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said (No HP. 083134553689), saat ini tengah melakukan penelitian dengan judul **Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realita Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken Home* Di LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta**. Berkaitan dengan hal tersebut peneliti memohon kepada Ibu supaya berkenan memberikan materi dalam kegiatan konseling kelompok, yang In Syaa Allah akan dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal : Menyesuaikan dengan kesepakatan bersama

Tempat : LKSA Yayasan Nur Hidayah Surakarta

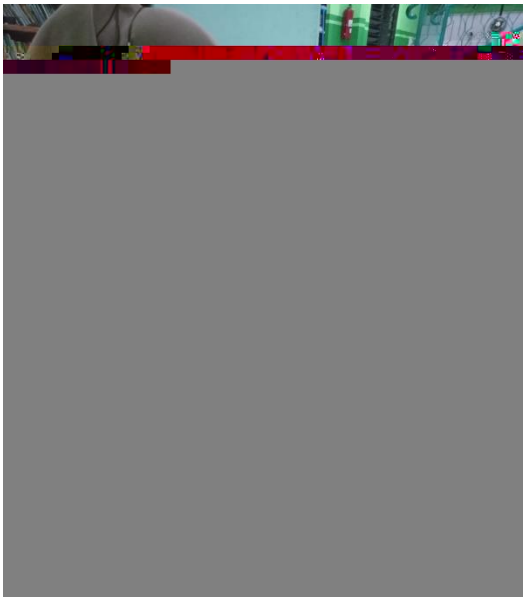
Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan terpenuhinya surat ini, saya ucapkan terimakasih.

***Wassalamu'alaikum Wr. Wb***

Surakarta, 01 September 2022

Peneliti,

Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 14 Deskripsi Subjek dari Hasil WorkSheet

Subjek LPR berusia 15 tahun, subjek memiliki masalah dalam keluarganya terutama pada bidang ekonomi yang kurang tercukupi sehingga membuat subjek minder dengan teman-temannya dan menjadi seorang yang pemarah. Subjek menyadari bahwa perilakunya saat ini adalah perilaku yang belum sesuai dengan kondisi ideal penerimaan diri. Subjek memiliki keinginan yang tidak realistis yaitu ingin semua keinginan atau kemauannya terpenuhi dan subjek mengatakan bahwa harus dapat terpenuhi. Konselor menjelaskan bahwa perilaku dan keinginannya saat ini akan memberikan dampak yang negatif dalam kehidupannya, terutama pada penerimaan dirinya. Kemudian konselor mengarahkan subjek untuk membuat rancangan pilihan kegiatan yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku subjek. Rencana subjek yaitu akan menurunkan egonya dan mencoba belajar untuk bisa memahami atau mengutamakan kebutuhan yang lain serta sabar dalam menghadapi semua cobaan dalam hidupnya. Subjek LPR mengalami peningkatan skor penerimaan diri yang awalnya mendapat skor 104 kategori sedang, setelah mendapatkan perlakuan konseling selama 6 kali pertemuan skor penerimaan dirinya meningkat menjadi 129 dengan kategori sedang.

Subjek NPI berusia 16 tahun, subjek menguraikan permasalahan yang dihadapinya saat ini adalah terlalu berlebihan memikirkan sesuatu atau *overthinking* sehingga membuat pikirannya menjadi kacau dan ragu dalam melakukan sesuatu. Subjek menyadari bahwa perilakunya saat ini adalah perilaku yang belum sesuai dengan kondisi ideal penerimaan diri. Subjek memiliki keinginan yang tidak realistis yaitu ingin dianggap bisa dan mampu mengerjakan apapun tanpa bantuan

orang lain. Konselor menjelaskan bahwa perilaku dan keinginannya saat ini akan memberikan dampak yang negatif dalam kehidupannya, terutama pada penerimaan dirinya. Kemudian konselor mengarahkan subjek untuk membuat rancangan pilihan kegiatan yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku subjek. Rencana subjek yaitu berusaha untuk tidak *overthinking* dan berusaha meyakinkan diri bahwa subjek dapat melalui semua proses mencapai kehidupan yang diinginkan. Subjek NPI mengalami peningkatan skor penerimaan diri yang awalnya mendapat skor 85 kategori rendah, setelah mendapatkan perlakuan konseling selama 6 kali pertemuan skor penerimaan dirinya meningkat menjadi 130 dalam kategori sedang.

Subjek WNH berusia 18 tahun, subjek memiliki masalah yang keluarga yang *over protektif*. Akibat sering diatur-atur, subjek menganggap hidup dalam paksaan orang lain sehingga membuat subjek menjadi tidak percaya diri, merasa minder dengan keadaan, dan ragu dalam memulai sesuatu. Subjek memiliki keinginan yang tidak realistis yaitu ingin hidupnya bebas tanpa ada paksaan dan kritikan dari siapapun. Konselor menjelaskan bahwa perilaku dan keinginannya saat ini akan memberikan dampak yang negatif dalam kehidupannya, terutama pada penerimaan dirinya. Kemudian konselor mengarahkan subjek untuk membuat rancangan pilihan kegiatan yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku subjek. Rencana subjek yaitu akan memperbaiki diri dengan merubah sifat negatif dalam dirinya dan mencoba berdamai dengan keadaan, sabar, dan ikhlas. Subjek WNH mengalami peningkatan skor penerimaan diri yang awalnya mendapat skor 86 kategori rendah, setelah mendapatkan perlakuan konseling selama 6 kali pertemuan skor penerimaan dirinya meningkat menjadi 125 dalam kategori sedang.

Subjek LAD berusia 14 tahun, memiliki permasalahan yang selalu berpikir negatif terhadap orang lain sehingga subjek tidak bisa mempercayai orang lain dan cenderung lebih menutup diri, sulit menerima hal-hal baru dalam hidupnya. Kondisi subjek saat ini belum sesuai dengan kondisi ideal penerimaan diri. Subjek memiliki keinginan yang tidak realistis yaitu ingin selalu didengar, diperhatikan, dan dianggap ada oleh teman-temannya. Konselor menjelaskan bahwa perilaku dan keinginannya saat ini akan memberikan dampak yang negatif dalam kehidupannya, terutama pada penerimaan dirinya. Kemudian konselor mengarahkan subjek untuk membuat rancangan pilihan kegiatan yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku subjek. Rencana subjek yaitu akan mencoba membuka diri dalam pergaulan dan berusaha berpikir positif terhadap orang lain. Subjek LAD mengalami peningkatan skor penerimaan diri yang awalnya mendapat skor 88 kategori rendah, setelah mendapatkan perlakuan konseling selama 6 kali pertemuan skor penerimaan dirinya meningkat menjadi 126 dalam kategori sedang.

Subjek AR berusia 15 tahun, subjek memiliki masalah dalam pendirian hidupnya yaitu mudah dipengaruhi oleh orang lain, sehingga membuatnya *overthinking* dan menjadi diri yang pemalas. Subjek juga memiliki masalah dalam pola berpikirnya yang mana dia khawatir jika orang lain akan menjauhi dirinya ketika mengetahui bagaimana sifat asli subjek. Ditambah lagi subjek adalah seorang yang *introvert* sehingga cenderung tertutup dan memendam permasalahnya sendirian. Subjek memiliki keinginan yang tidak realistis yaitu ingin selalu dianggap benar oleh orang lain, tidak ingin mendapatkan kritikan dari orang lain, dan tidak ingin dikucilkan oleh orang lain. Konselor menjelaskan bahwa perilaku

dan keinginannya saat ini akan memberikan dampak yang negatif dalam kehidupannya, terutama pada penerimaan dirinya. Kemudian konselor mengarahkan subjek untuk membuat rancangan pilihan kegiatan yang efektif untuk mencapai perubahan perilaku subjek. Rencana subjek yaitu mulai mencoba bergaul dengan teman-teman, mencoba menceritakan masalahnya dengan orang yang dianggap dapat dipercaya, selalu berusaha untuk berpikir positif. Subjek AR mengalami peningkatan skor penerimaan diri yang awalnya mendapat skor 87 kategori rendah, setelah mendapatkan perlakuan konseling selama 6 kali pertemuan skor penerimaan dirinya meningkat menjadi 133 dalam kategori sedang.

Lampiran 15 Daftar Riwayat Hidup

# DAFTAR RIWAYAT HIDUP

## A. Data Pribadi

| | |
|---|---|
| Nama | : Diana Ayu Wulan Sari |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Karanganyar, 16 November 2000 |
| Agama | : Islam |
| No. HP | : 083134553689 |
| Alamat | : Jl. Matoa Gg VII Paulan Timur RT 01/03, Paulan, Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah |
| Nama Bapak | : Toni Maratona |
| Nama Ibu | : Maryani |

## B. Data Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Paulan
2. SMP Negeri 2 Colomadu
3. SMA Negeri Colomadu
4. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta