BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Terapi Realitas

a. Sejarah Terapi Realitas

William Glasser adalah psikiater yang mengembangkan konseling realitas (*reality therapy*) pada 1950-an. Menurut Colvin pengembangan konseling realitas ini karena merasa tidak puas dengan prati psikiatri yang ada dan dia mempertanyakan dasar-dasar keyakinan terapi yang berorientasi pada Freudian, karena hasilnya terasa tidak memuaskan.

Glasser dilahirkan pada 1925 dan dibesarkan di Clavelend, Ohio. Pada mulanya Glasser studi bidang teknik kimia pada Case Institute of Technology. Pada usia 19 tahun Glasser dilaporkan sebagai penderita Shyness (rasa malu) yang akut.

Pada perkembangan selanjutnya Glasser tertarik studi psikologi, kemudian dia mengambil program Psikologi Klinis pada Western Reserve University, dan membutuhkan waktu tiga tahun untuk meraih Ph.D. Akhirnya Glasser menekuni profesinya dengan menetapkan diri menjadi sebagai psikiater.

Setelah beberapa waktu melakukan praktik pribadi di bidang klinis, Glasser mendapatkan kepercayaan diri California Youth Authority sebagai kepala psikiater di Ventura School for Girl. Mulai saat itulah Glasser melakukan eksperimen tentang prinsip dan teknik reality therapy. Dari kerja kerasnya sebagai psikiater, Glasser menulis buku dan mempublikasikan karya tulisannya, diantaranya (1) *Mental Health or Mental Illness?*, (2) *Reality Therapy: School without Failure*, dan (3) *Identity Society*.

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

Pada tahun 1969 Glasser berhenti bekerja pada Ventura dan mulai saat itu mendirikan Institute for Reality Therapy di Brentwood, selanjutnya menyelenggarakan Educator Training Center yang bertujuan meneliti dan mengembangkan program-program untuk mencegah kegagalan sekolah. Banyak pihak yang dilatih lembaganya ini, antara lain: perawat, pengacara, dokter, polisi, psikolog, pekerja sosial, dan guru.

Teori yang dikembangkan Glasser ini dengan cepat memperoleh popularitas dikalangan konselor, baik untuk kasus individual maupun kelompok dalam berbagai bidang, misalnya sekolah lembaga kesehatan mental maupun petugas-petugas sosial lain. Banyak hal yang psitif dari teori konseling realitas ini, misalnya mudah dimengerti, non teknis, didasarkan atas pengetahuan masyarakat, efisien waktu, sumber daya dan usaha-usaha yang dilakukan konselor.[1]

b. Pengertian Terapi Realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Iti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Glasser mengembangkan terapi realitas dari keyakinan bahwa psikiatri konvensional sebagian besar berlandaskan asumsi-asumsi yang keliru. Terapi realitas, yang menguraikan prinsip-prinsip dan prosedur-prosedur yang

[1]Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), hal. 148-149.

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

dirancang untuk membantu orang-orang dalam mencapai suatu "identitas keberhasilan", dapat diterapkan pada psikoterapi, konseling, pengajaran, kerja kelompok, konseling perkawinan, pengelolaan lembaga, dan perkembangan masyarakat.

Terapi realitas adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena, dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengondisian operan yang tidak ketat. Menurut hemat penulis, salah satu sebab mengapa Glasser meraih popularitas adalah keberhasilannya dalam menerjemahkan sejumlah konsep modifikasi tingkah laku ke dalam model praktek yang relatif sederhana dan tidak berbelit-belit.[2]

c. Konsep-Konsep Utama Terapi Realitas

1) Pandangan Tentang Sifat Manusia

Terapi realitas berlandaskan premis bahwa ada suatu kebutuhan psikologis tunggal yang hadir sepanjang hidup, yaitu kebutuhan akan identitas yang mencakup suatu kebutuhan untuk merasakan keunikan, keterpisahan, dan ketersendirian. Kebutuhan akan identitas menyebabkan dinamika-dinamika tingkah laku, dipandang sebagai universal pada semua kebudayaan.

Identitas merupakan cara seseorang melihat dirinya sendiri sebagai manusia dalam hubungannya dengan orang lain dan dunia luarnya. Setiap orang mengembangkan gambaran identitasnya (*identity imange*) berdasarkan atas pemenuhan kebutuhan psikologisnya. Anak yang berhasil menemukan kebutuhannya, yaitu terpenuhinya kebutuhan cinta dan perhargaan akan mengembangkan gambaran diri sendiri orang yang berhasil yang membentuk identitasnya dengan (*success identity*) sebaliknya jika anak yang gagal

[2] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoerapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), hal. 263-264.

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

menemukan kebutuhannya, akan mengembangkan gambaran diri sebagai orang yang gagal dan membentuk identitasnya dengan identitas kegagalan (*failure identity*).

Menurut Glasser & Wubbolding di dalam terapi realitas disebutkan bahwa pembelajaran manusia adalah proses seumur hidup yang berdasarkan pada pilihan. Jika individu tidak belajar sesuatu di awal kehidupan, seperti bagaimana cara berhubungan dengan orang lain, dia dapat memilih untuk mempelajarinya nanti. Pada prosesnya dia dapat mengubah identitas dan caranya berperilaku.

Pandangan tentang manusia mencakup pernyataan bahwa suatu "kekuatan pertumbuhan" mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Sebagaimana dinyatakan oleh Glasser dan Zunin, "Kami percaya bahwa masing-masing individu memiliki suatu kekuatan ke arah kesehatan atau pertumbuhan. Pada dasarnya orang-orang ingin puas hati dan menikmati suatu identitas keberhasilan, menunjukkan tingkah laku yang bertanggung jawab dan memiliki hubungan interpersonal yang penuh makna". Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya, maka mereka pun bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Maka jelaslah bahwa terapi realitas tidak berpijak pada filsafat deterministic tentang manusia, tetapi dibangun di atas asumsi bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-

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

konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Tampaknya, orang menjadi apa yang ditetapkannya.[3]

2) Perilaku Bermasalah

Reality Therapy pada dasarnya tidak mengatakan bahwa perilaku individu itu sebagai perilaku yang abnormal. Konsep perilaku menurut konseling realitas lebih dihubungkan dengan berperilaku yang tepat atau berperilaku tidak tepat. Menurut Glasser, individu yang berperilaku tidak tepat itu disebabkan oleh ketidakmampuannya dalam memuaskan kebutuhannya, akhirnya kehilangan "sentuhan" denga realitas objektif, dia tidak dapat melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya, tidak dapat melakukan atas dasar kebenaran, tanggung jawab, dan realitas.

Meskipun konseling realitas tidak menghubungkan perilaku manusia dengan abnormalitas, perilaku bermasalah dapat disepadankan dengan istilah yang dikemukakakn Glasser yaitu identitas kegagalan. Identitas kegagalan itu ditandai dengan keterasingan, penolakan diri dan irrasionalitas, perilakunya kaku, tidak objektif, lemah, tidak bertanggung jawab, kurang percaya diri dan menolak kenyataan. [4]

3) Ciri-Ciri Terapi Realitas

Sekurang-kurangnya ada delapan ciri yang menentukan terapi realitas sebagai berikut:

(a) Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentu-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban. Pendekatan ini tidak berurusan dengan diagnosis-diagnosis psikologis. Ia mempersamakan gangguan mental dengan tingkah

[3] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoerapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), hal. 265.

[4] Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), hal. 153-154.

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

laku yang tidak bertanggung jawab dan mempersamakan kesehatan mental dengan tingkah laku yang bertanggung jawab.

(b) Terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan-peraaan dan sikap-sikap. Meskipun tidak menganggap perasaan-perasaan dan sikap-sikap itu tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Terapis realitas juga tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.

(c) Terapi realitas berfokus pada saat seakrang, bukan kepada masa lampau. Karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang. Kalaupun didiskusian daam terapi, masa lampau selalu dikaitkan dengan tingkah laku klien sekarang. Terapis terbuka untuk mengeksplorasi segenap aspek dari kehidupan klien sekarang, mencakup harapan-harapan, ketakutan-ketakutan, dan nilai-nilainya.

(d) Terapi realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Terapi realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalam yang dialaminya. Terapi ini beranggapan bahwa perubahan mustahil terjadi tanpa melihat pada tingkah laku dan membuat beberapa ketentuan mengenai sifat-sifat konstruktif dan destruktifnya. Jika para klien menjadi sadar bahwa mereka tidak akan memperoleh apa yang mereka inginkan dan bahwa tingkah laku mereka merusak diri, maka ada kemungkinan yang nyata untuk terjadinya perubahan positif, semata-mata karena mereka menetapkan bahwa alternatif-alternatif bisa lebih baik daripada gaya mereka sekarang yang tidak realistis.

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

(e) Terapi realitas tidak menekankan transferensi. Ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yag penting. Ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi. Terapi realitas menghimbau agar para terapismenempuh cara beradanya yang sejati, yakni bahwa mereka menjadi diri sendiri, tidak memainkan peran sebagai ayah atau ibu klien. Glasser menyatakan bahwa para klien tidak mencari suatu pengulangan keterlibatan di masa lampau yang tidak berhasil, tetapi mencari suatu keterlibatan manusiawi yang memuaskan dengan orang lain dalam keberadaan mereka sekarang. Terapis bisa menjadi orang yang membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka sekarang dengan membangun suatu hubungan yang personal dan tulus.

(f) Terapi realitas menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan aspek-aspek ketaksadaran. Teori psikoanalistik, yang berasumsi bahwa pemahaman dan kesadaran atas proses-proses ketaksadaran sebagai suatu prasyarat bagi perubahan kepribadian, menekankan pengungkapan konflik-konflik tak sadar melalui tekni-teknik seperti analisis transferensi, analisis mimpi, asosiasi-asosiasi bebas, dan analisis resistensi. Sebaliknya, terapi realitas menekankan kekeliruan yang dilakukan oleh klien, bagaimana tingkah laku klien sekarang hingga dia tidak mendapatkan apa yang diingingkannya, dan bagaimana dia bisa terlibat dalam suatu rencana bagi tingkah laku yang bertanggung jawab dan realistis.

(g) Terapi realistis menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif dan bahwa hukuman untuk kegagalam melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan perusakan hubungan terapeutik. Ia

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

menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena pernyataan-pernyataan semacam itu merupakn hukuman. Alih-alih penggunaan hukuman, Glasser menganjurkan untuk membiarkan klien mengalami konsekuensi-konsekuensi yang wajar dari tingkah lakunya.

(h) Terapi realitas menekankan tanggung jawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai "kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka". Belajar tanggung jawab adalah proses seumur hidup. Meskipun kita semua memiliki kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk memiliki rasa berguna, kita tidak memiliki kemampuan bawaan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan itu.

Glasser menyatakan bahwa mengajarkan tanggung jawab adalah konsep inti dalam terapi realitas. Jika kebanyakan hewan didorong oleh naluri, manusia mengembangkan kemampuan untuk belajar dan mengajarkan tanggung jawab. Oleh karenganya, terapi realitas menekankan fungsi terapis sebagai pengajar. Terapis mengajari para klien cara-cara yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan mengeksplorasi keistimewaan-keistimewaan dari kehidupan sehari-harinya dan kemudian membuat pernyataan-pernyataan direktif dan saran-saran mengenai cara-cara memecahkan masalah yang lebih efektif . terapi menjadi suatu pendidikan khusus di mana rencana-rencana dibuat serta alat-alat yang realistik dan bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan pribadi diuji.

d. Tujuan Terapi Realitas

Sama dengan kebanyakan sisitem psikoterapi, tujuan umum terapi realitas adalah membantu seesorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya, otonomi

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

adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk menggati dukungan lingkungan dengan dukungan internal. Kematangan ini meyiratkan bahwa orang-orang mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka serta menggembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan-tujuan mereka. Terapi realitas membantu orang-orang dalam menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan mereka. Selanjutnya, ia membantu mereka dalam menjelaskan cara-cara mereka menghambat kemajuan kearah tujuan-tujuan yang ditentukan oleh meraka sendiri. Terapis membantu klien menemukan alternatif-alternatif dalam mecapai tujuan-tujuan, tetapi klien sendiri yang menetapkan tujuan-tujuan terapi.

Glasser dan Zuni sepakat bahwa terapis harus memiliki tujuan-tujuan tertentu bagi klien dalam pikirannya. Akan tetapi, tujuan-tujuan itu harus diungkapkan dari segi konsep tanggung jawab individual alih-alih dari segi tujuan-tujuan behavioral karena klien harus menentukan tujuan-tujuan itu bagi dirinya sendiri. Mereka menekankan bahwa criteria psikoterapi yang berhasil sangat bergantung pada tujuan-tujuan yang ditentukan oleh klien. Meskipun tidak ada kriteria yang kaku yang pencapaiannya menandai selesainya terapi kriteria umum mengenai pencapaian tingkah laku yang bertanggung jawab dan pemenuhan tujuan-tujuan klien menunjukkan bahwa klien mampu melaksanakan rencana-rencanaya secara mandiri dan tidak perlu lagi diberi *treatment*.[5]

Tujuan utama dari terapi realitas adalah membantu klien menjadi rasional dan memiliki mental yang kuat, serta menyadari bahwa dia mempunyai pilihan dalam memperlakukan diri sendiri dan orang lain. Tujuan pertama ini berkaitan dengan tujuan kedua: untuk membantu klien mengklarifikasi apa yang

[5] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Eresco, 1988), hal. 273-274.

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

diinginkannya di dalam kehidupannya. Menyadari cita-cita hidup sangatlah penting agar manusia dapat bertindak secara bertanggung jawab. Dalam menilai cita-cita, ahli terapi realitas membantu klien memeriksa aset pribadi selain dukungan lingkungan dan penghambatnya. Klien yang bertanggung jawab untuk memilih perilaku yang memenuhi kebutuhan pribadi. Tujuan ketiga dari terapi realitas adalah membantu klien merumuskan rencana yang realistis, untuk mencapai tujuan dan harapan pribadi.

Terakhir, terapi realitas bertujuan untuk menghapus dukungan dan dalih dari kehidupan klien. Seringkali, klien berdalih bahwa dia tidak dapat menjalankan rencana karena takut terkena hukuman jika gagal, baik dari konselor maupun orang-orang di lingkungan luar. Tetapi realitas membantu klien memformulasikan suatu rencana baru, jika rencana yang lama tidak berjalan dengan baik.[6]

e. Fungsi dan Peran Konselor dalam Terapi Realitas

Tugas dasar terapis adalah melibatkan diri dengan klien dan kemudian membuatnya menghadapi kenyataan. Glasser merasa bahwa, ketika terapis menghadapi para klien, dia memaksa mereka itu untuk memutuskan apakah mereka akan atau tidak akan menempuh "jalan yang bertanggung jawab". Terapis tidak membuat pertimbangan-pertimbangan nilai dan putusan-putusan bagi para klien, sebab tindakan demikian akan menyingkirkan tanggung jawab yang mereka miliki. Tugas terapis adalah bertindak sebagai pembimbing yag membantu klien agar bisa menilai tingkah lakunya sendiri secara realistis.

Terapis diharapakan memberikan pujian apabila klien bertindak dengan cara yang bertanggung jawab dan menunjukkan ketidaksetujuan apabila mereka tidak bertindak demikian. Para klien membutuhkan tipe penilaian semacam itu, menurut

[6] Samuel T. Gladding, *Konseling Profesi yang Menyeluruh*, (Jakarta: PT Indeks, 2012), hal. 270-271.

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

Glasser. Terapis harus bersedia untuk berfungsi sebagai seorang guru dalam hubungannya dengan klien. Ia harus mengajari klien bahwa tujuan terapi tidak diarahkan kepada kebahagiaan. Terapis realitas berasumsi bahwa klien bisa menciptakan kebahagiaannya sendiri dan bahwa kunci untuk menemukan kebahagiaanadalah penerimaan tanggung jawab. Oleh karena itu, terapis tidak menerima pengelakan atau pengabaian kenyataan, dan tidak pula menerima tindakan klien menyalahkan apa pun atau siapa pun diluar dirinya atas ketidakbahagiaannya pada saat sekarang. Tindakan yang demikian akan melibatkan klien dalam "kenikmatan psikiatrik" yang segera akan hilang dan mengakibatkan penyesalan.

Fungsi penting lainnya dari terapis realitas adalah memasang batas-batas, mencakup batas-batas dalam situasi terapeutik dan batas-batas yang ditempatkan oleh kehidupan pada seesorang. Glasser dan Zunin menunjuk penyelenggaraan kontrak sebagai suatu tipe pemasangan batas. Kontrak-kontrak, yang sering menjadi bagian dari proses terapi, bisa mencakup pelaporan klien mengenai keberhasilan maupun kegagalannya dalam pekerjaan di luar situasi terapi. Acap kali suatu kontrak menetapkan suatu batas yang spesifik bagi lamanya terapi. Pada akhir waktu, terapi bisa diakhiri, dan klien diperbolehkan menjaga dirinya sendiri. Sebagian klien berfungsi lebih efektif apabila mereka menyadari bahwa banyaknya pertemuan terapi dibatasi sampai jumlah tertentu.

Selain fungsi-fungsi dan tugas-tugas tersebut, kemampuan terapis untuk terlibat dengan klien serta untuk melibatkan klien dalam proses terapeutik dianggap paling utama. Fungsi ini sering kali sulit, terutama apabila klien tidak menginginkan konseling atau apabila dia meminta "tolong" sekedar coba-coba. Glasser menunjukkan bahwa terjadinya keterlibatan antara dua orang yang asing banyak berurusan dengan kualitas-kualitas yang diperlukan pada terapis. Makin besar

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

derajat pemilihan kualitas-kualitas itu oleh terapis, akan semakin mampu pula dia menciptakan tipe keterlibatan dengan klien yang akan menunjang keberhasilan terapi. Menurut Glasser, beberapa atribut atau kualitas pribadi itu mencakup kemampuan dan kesediaan terapi untuk menuntut, namun peka; memenuhi kebutuhan-kebutuhannya sendiri dalam kenyataan; secara terbuka berbagi perjuangannya sendiri; bersikap pribadi dan tidak memelihara sikap menjauhkan diri; membiarkan nilai-nilainya sendiri ditantang oleh klien; tidak menerima dalih bagi penghindaran tindakan yang bertanggung jawab; menunjukkan keberanian dengan secara sinambung menghadapi klien, tanpa mengindahkan penentangan dari para klien apabila mereka tidak hidup secara realistis; memahami dan merasakan simpati terhadap klien; dan membangun keterlibatan yang tulus dengan klien. [7]

f. Hubungan antara Terapis dan Klien dalam Terapi Realitas

Sebelum terjadi yang efektif, keterlibatan antara terapis dank lien harus berkembang. Para klien perlu mengetahui bahwa orang yang membantu mereka, yakni terapis, menaruh perhatian yang cukup kepada mereka, menerima dan membantu mereka dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka di dunia nyata. Berikut tinjauan ringkas atas prinsip-prinsip atau konsep-konsep yang spesifik yang menyajikan kerangka bagi proses belajar yang terjadi sebagai hasil dari hubungan antara terapi dan klien atau antara guru dan siswa, yang dikemukakan oleh Glasser serta Glasser dan Zunin.

1. Terapi realitas berlandaskan hubungan atau keterlibatan pribadi antara terapis dan klien. Terapis, dengan kehangatan penegertian, penerimaan, dan kepercayaan atas kesanggupan klien untuk mengembangkan suatu identitas keberhasilan, harus mengkomunikasikan bahwa dia menaruh perhatian. Melalui keterlibatan pribadi

[7] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Eresco, 1988), hal. 274-276.

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

dengan terapis, klien belajar bahwa banyaka hal dalam hidup ini ketimbang hanya memusatkan perhatian kepada kegagalan, kesusahan, dan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab. Terapis juga menunjukkan perhatiannya dengan menolah penyalahan atau dalih-dalih dari klien.

2. Perencanaan adalah hal yang esensial dalam terapi realitas. Situasi terapeutik tidak terbatas pada diskusi-diskusi antar terapis dan klien. Mereka harus membentuk rencana-rencana yang, jika telah membentuk, harus dijalankan; dalam terapi realitas tindakan adalah bagian yang esensial. Rencana-rencana harus dibuat realistis dan ada dalam batas-batas motivasi dan kesanggupan-kesanggupan masing-masing klien. Rencana-rencana bukanlah hal yang mutlak, melainkan terutama merupakan cara-cara alternatif bagi klien untuk memecahkan masalah-masalah dan untuk memperluas pengalaman-pengalaman hidup yang penuh keberhasilan. Sejumlah besar rencana bisa diterapkan pada pemecahan masalah. Jika suatu rencana tidak bisa terlaksanakan maka rencana tersebut harus di evaluasi dan rencana-rencana lain bisa diajukan.
3. Komitmen adalah kunci utama terapi realitas. Setelah para klien membuat pertimbangan-pertimbangan nilai mengenai tingkah laku mereka sendiri dan memutuskan rencana-rencana tindakan, terapis membantu mereka dalam membuat suatu komitmen untuk melaksanakan rencana-rencana itu dalam kehidupan sehari-hari mereka. Pernyataan-pernyataan dan rencana-rencana tidak ada artinya sebelum ada keputusan unuk melaksanaknnya. Oleh karena itu, dengan menjalani rencana-rencana itu para klien diharapkan bisa memperoleh rasa berguna.

g. Teknik-Teknik Terapi Realitas

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

Menurut Corey, pada hakikatnya terapi realitas sama sekali tidak menggunakan teknik khusus seperti pada pendekatan yang lain. Terapi realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi konservatif dengan alasan bahwa medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu, terapi realitas juga tidak menggunakan diagnostik karena dianggap membuang waktu dan merusak klien dengan menyematkan label pada dirinya. Teknik lain yang tidak digunakan adalah: penafsiran, pemahaman, wawancara nondirektif, sikap diam berkepanjangan, asosiasi bebas, analisis transferensi dan resistensi dan analisis mimpi.

Adapun fokus utama teknik realitas adalah mengembangkan kekuatan potensi klien untuk mencapai keberhasilannya dalam hidup. Menurut Corey, teknik-teknik yang dapat dilakukan berupa:

1. Terlibat dalam permainan peran dengan klien.
2. Menggunakan humor.
3. Mengonfrontasikan klien dan menolak alasan apapun dari klien.
4. Membantu klien merumuskan rencana tindakan secara spesifik.
5. Bertindak sebagai guru/model.
6. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi.
7. Menggunakan terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan dengan tingkah lakunya yang tidak realistis.
8. Melibatkan diri dengan klien untuk mencari kehidupan yang lebih efektif.

Pelaksanaan teknik tersebut dibuat tidak secara kaku. Hal ini disesuaikan dengan karakteristik konselor dan klien yang menjalani terapi realitas. Jadi pada pratiknya, dapat saja beberapa teknik tidak disertakan. Hal tersebut tidak akan

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

berdampak negatif selama tujuan terapi yang sebenarnya dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan.[8]

2. Teknik Sindiran

a. Pengertian Teknik Sindiran

Pada dasarnya sindiran hendak menunjukkan kenyataan yang sebenarnya merupakan kebalikan dari pada yang dikatakan. Oleh karena itu sesuatu baru menjadi sindiran bila suatu kenyataan tampil cukup jelas, sehingga mengatakan yang sebalikanya akan mempertajam kenyataan tersebut.

Sindiran ini tidak hanya menyiratkan kebalikan dari kenyataan, tetai juga menegaskan absurditas. Anak yang malas belajar tidak cukup hanya dibilang bagus, tetapi juga si anak malah mengira bisa jadi pintar dengan tidak belajar, suatu yang tidak masuk akal.[9]

Dalam teknik sindiran ini, digunakan gaya bahasa seperti majas. Gaya bahasa sindiran merupakan salah satu cara seseorang untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya melalui bahasa dengan cara tidak langsung.

Gaya bahasa menurut Slamet Muljana adalah susunan perkataan yang terjadi karena perasaan yang timbul atau hidup dalam hati penulis, yang menimbulkan suatu perasaan tertentu dalam hati pembaca. Gaya bahasa disebut pula majas.[10]

Gaya bahasa seseorang pada saat mengungkapkan perasaannya, baik secara lisan maupun tulisan dapat menimbulkan reaksi pembaca berupa tanggapan. Secara

[8] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 189.

[9] Parakitri T. Simbolon, *Pesona Bahasa Nusantara Menjelang Abad ke-21* (Jakarta: KPG (Kepustakaan Populer Gramedia), 1999), hal. 35-36.

[10] Ernawati, *EYD & Seputar Kebahasa-Indonesiaan* (Jakarta: Kawan Pustaka, 2008), hal. 322.

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

garis besar, gaya bahasa terdiri dari empat jenis, yaitu majas penegasan, majas pertentangan, majas perbandingan, dan majas sindiran.

b. Macam-Macam Teknik Sindiran dengan Gaya Bahasa (Majas)

Majas dapat digolongkan sebagai berikut:

1. Majas Penegasan

   a. Inversi

      Adalah kalimat yang predikatnya terletak di depan subjek.

      Contoh: Besar sekali rumahnya.

   b. Retoris

      Adalah kalimat tanya tak bertanya, yang menyatakan kesangsian atau bersifat mengejek.

      Contoh: Itukah bukti janji yang engkau ucapkan?

   c. Koreksio

      Adalah membetulkan kembali ucapan yang salah, baik dengan sengaja atau tidak.

      Contoh: Dia baru saja makan, oh bukan, dia tidur.

   d. Repetisi

      Adalah pengulangan kata-kata dalam bahasa prosa.

      Contoh: Kita telah merdeka, kita telah membangun, kita telah bahagia.

   e. Paralelisme

      Adalah pengulangan kata-kata untuk penegasan dalam bahasa puisi.

   f. Enumerasio

      Adalah melukiskan suatu peristiwa atau keadaan dengan cara menguraikan satu demi satu situasi/keadaan sehingga merupakan suatu keseluruhan.

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

Contoh: Apa yang engkau harapkan, saya orang miskin, yang tidak disenangi orang kampong, yang tidak punya rumah tempat tinggal.

g. Klimaks

Adalah gaya bahasa yang menguraikan suatu keadaan secara berturut-turut makin lama makin memuncak.

Contoh: Sejak dari kecil sampai dewasa, malah sampai setua ini perangainya tidak pernah berubah.

h. Anti klimaks

Adalah gaya bahasa yang menguraikan suatu keadaan secara berturut-turut makin lama makin menurun.

Contoh: Jangankan sejuta, seribu, seratus pun tak mau aku memberikan uang itu kepadamu.

i. Pleonasme

Adalah menggunakan sepatah kata yang sebenarnya tidak perlu dikatakan lagi sebab arti kata tersebut telah terkandung dalam kata yang diterangkannya.

Contoh: Ia tidak ingin naik ke atas.

j. Tautologi

Adalah mengulang beberapa kali sepatah kata dalam sebuah kalimat.

Contoh: Tidak, tidak mungkin dia yang mencuri uang itu.

k. Ekslamasio

Adalah gaya bahasa yang didalamnya memakai kata seru.

Contoh: Wah, cantik benar gadis itu!

2. Majas Pertentangan

a. Paradoks

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

Adalah gaya bahasa yang mengemukakan dua pengertian yang bertentangan sehingga sepintas lalu tidak masuk akal.

Contoh: Dia sering kesepian di kota besar yang ramai itu.

b. Antitesis

Adalah pengungkapan mengenai situasi, benda atau sifat yang keadaannya saling bertentangan, dan menggunakan kata-kata berlawanan arti.

Contoh: Besar kecil, tua muda, pria wanita ikut menyaksikan perlombaan itu.

c. Anakhronisme

Adalah gaya bahasa yang melukiskan suatu keadaan tidak sesuai dengan peristiwa sejarah.

Contoh: Candi Borobudur dibuat oleh nenek moyang dengan menggunakan komputer.

d. Kontrakdiksio interminis

Adalah gaya bahasa yang memperlihatkan sesuatu yang bertentangan dengan penjelasan semula.

Contoh: Semua telah beres, kecuali surat jalan.

3. Majas Sindiran

a. Ironi (sindiran halus)

Adalah sindiran yang dikatakan, kebalikan dari apa yang sebenarnya.

Contoh: Lekas betul abang pulang, hari baru pukul satu malam (lekas betul=terlambat sekali).

b. Sinisme

Adalah sindiran lebih kasar dari ironi yang bermaksud mencemoohkan.

Contoh: “Bersih benar badanmu, ya?” Kata ibu kepada anaknya yang belum mandi.

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

c. Sarkasme

Adalah sindiran yang sangat tajam dan kasar, hingga kadang-kadang menyakitkan hati.

Contoh: Hai, binatang pergi engkau dari sini![11]

4. Majas perbandingan

Majas perbandingan terdiri dari 4 jenis, yaitu:

a. Majas Perumpamaan

Perumpamaan adalah perbandingan dua hal yang pada hakikatnya berkaitan dan yang sengaja dianggap sama.

Contoh:

1.) Bak mencari kutu dalam ijuk. (Melakukan sesuatu yang mustahil).

2.) Bagai kambing dihalau ke air. (Hal orang yang enggan disuruh atau diajak mengerjakan sesuatu).

b. Majas Metafora

Metafora adalah perbandingan yang implisit. Jadi, tanpa kata pembanding di antara dua hal yang berbeda. Dengan kata lain, metafora yaitu majas yang berupa kiasan persamaan antara benda yang diganti namanya dengan benda yang menggantinya.

Contoh:

1.) Siti Mutmainah adalah *kembang desa* di sini.

2.) Kelaparan masih tetap *menghantui* rakyat Etiopia.

c. Majas Personifikasi

Personifikasi adalah majas perbandingan yang menuliskan benda-benda mati menjadi seolah-olah hidup, dapat berbuat, atau bergerak.

---

[11] Astri Aprillia, (http://astriaprillia.blogspot.com/2012/08/macam-macam-gaya-bahasa.html) diakses pada tanggal 26 Januari 2015.

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

Contoh:

1.) Banjir besar telah *menelan* seluruh harta penduduk.

2.) Matahari mulai *merangkak* ke atas.

d. Majas Alegori

Alegori pada umumnya menganding sifat-sifat moral manusia.

Contoh:

1.) Mendayung bahtera rumah tangga. (Perbandingan yang utuh bagi seseorang dalam rumah tangga).[12]

Dalam penelitian ini, terdapat tiga konseli. Untuk konseli pertama, konselor menggunakan Majas Perbandingan. Karena konselor ingin memberikan perbandingan kepada konseli antara kuliah di tempat yang diinginkannya dengan kuliah yang ia jalani saat ini. Oleh, karena itu konselor menggunakan teknik sindiran dengan majas perbandingan kepada konseli pertama.

Untuk konseli yang ke dua, konselor menggunakan Majas Penegasan atau Penguatan. Konselor memberikan majas ini karena masalah yang dihadapi konseli ke dua ini adalah masalah pekerjaan. Dimana yang menjalani dan yang langsng merasakan masalahnya adalah konseli sendiri, dengan memberikan majas penegasan atau penguatan, konseli akan dapat berpikir akibat dari keputusan yang diambilnya tentang pekerjaan yang dijalaninya.

Konseli yang ketiga ini, konselor memberikan teknik sindiran dengan Majas Pertentangan, karena konseli tidak ingin tinggal di pesantren, padahal tinggal di pesantren adalah demi kebaikan dirinya. Oleh karena itu, konselor memberikan majas pertentangan kepadanya dengan menentang semua apa yang telah salah dalam

[12] Setyana, *Buku Pintar Bahasa dan Sastra Indonesia* (Semarang: Aneka Ilmu, 1999), hal. 76.

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

pikirannya. Serta memberikan pengertian kepadanya bahwa di pesantren itu adalah demi kebaikannya.

3. Perasaan Aversi

a. Pengertian Perasaan

Perasaan atau dalam istilah lain disebut "Renjana" adalah gejala psikis yang memiliki sifat khas subjektif yang berhubungan dengan persepsi dan dialami sebagai rasa senang-tidak senang, sedih-gembira dalam berbagai derajat dan tingkatannya.

Setiap individu memiliki intensitas atau derajat perasaan yang berbeda walaupun menghadapi stimulus yang sama. Kualitas perasaan ditentukan oleh perasaan senang-tidak senang, gembira-sedih, dan simpati-antipati. Perasaan dan emosi biasanya disifatkan sebagai keadaan dari diri individu pada suatu saat, misalnya seseorang merasa terharu melihat banyaknya warga masyarakat yang tertimpa musibah kebanjiran.

Menurut Maramis, "Perasaan adalah nada perasaan menyenangkan atau tidak, yang menyertai suatu pikiran dan biasanya berlangsung lama serta kurang disertai oleh komponen fisiologik".

Perasaan adalah "Sesuatu tentang keadaan jiwa manusia yang di hayati secara senang atau tidak senang".

Contoh:

- Perasaan menyenangkan: senang, bangga, kasih sayang, gembira, enak, lezat, keindahan, dan ketenangan.
- Perasaan tak menyenangkan: sedih, kecewa, sakit, gelisah, kacau, mual, dan busuk.

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

Menurut Kartono K., " Perasaan atau renjana adalah reaksi rasa dari segenap organism psiko-fisik manusia". Sedangkan menurut Abu Ahmadi, "Perasaan adalah suatu keadaan kerohanian atau peristiwa kejiwaan yang kita alami dengan senang atau tidak senang dalam hubungan dengan peristiwa mengenal dan bersifat subjektif".[13]

b. Pengertian Aversi

Aversi (paksaan) adalah tekanan dari luar yang memaksa seseorang untuk mengerjakan sesuatu yang melawan kehendaknya. Reaksi terhadap suatu ancaman tekanan adalah ketakutan. Paksaan bukan hanya sekedar ancaman, tetapi pemakaian tekanan yang sungguh-sungguh.[14]

Paksaan tidak dapat menyentuh kehendak secara langsung karena hanya menyentuh perbuatan-perbuatan luaran, dan bukan perbuatan dalam dari kehendak sendiri, dimana terletak kesukarelaan. Kita dapat terus menghendaki yang berlawanan, tidak peduli dengan hebat dan kasar kita dipaksa menjalankan perbuatan itu. Jadi, perbuatan yang dipaksa untuk dikerjakan adalah tak sukarela selama paksaan tadi terus ditentang. Orang lain mungkin mempunyai kekuatan fisik dan membuat kita mengerjakan sesuatu, tetapi ia tidak dapat membuat kita menghendakinya.

Terhadap hal hal yang tidak disenangi, tidak dibutuhkan atau yang bersifat ancaman individu akan melakukan usaha-usaha penolakan. Bentuk penolakan ini bermacam-macam, tetapi pada garis besarnya dapat dibedakan dalam dua bentuk, yaitu perlawanan (*agression*) dan pelarian (*withdrawl*). Apabila individu merasa kuat atau mempunyai kekuatan untuk menghadapi lingkungan yang mengancam dirinya, maka ia akan melakukan perlawanan atau penentangan terhadap lingkungan,

[13] Sunaryo, Psikologi Untuk Keperawatan, (Jakarta: Kedokteran EGC,2002), hal. 149-150.
[14] W. Poespoprodjo, *Filsafat Moral*, (Bandung: Pustaka Grafika, 1999), hal. 110.

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

tetapi apabila ia merasa lemah atau tidak mempunyai kekuatan untuk melawan lingkungan maka ia akan menghindarkan diri atau melarikan diri. Bentuk perbuatan menentang atau melawan ini bermacam-macam, mulai dari menggerutu, mencela atau mencaci-maki, memarahi sampai dengan merusak dan menghancurkan.[15]

Jadi, pengertian perasaan aversi adalah suatu keadaan jiwa manusia dengan adanya tekanan dari luar yang memaksa untuk mengerjakan sesuatu yang melawan kehendaknya.

c. Faktor-Faktor Aversi

Emosi ada dua, yaitu meliputi emosi hasrat dan aversi (ketakutan atau marah), keduanya berasal dari dalam dan dari luar diri. Kita tahu bahwa didalam diri ini ada hasrat, desire, yang tumbuh dari dalam diri. Ada faktor keinginan manusia yang tanpa dipelajari. Kita ingin ini dan itu, bukan karena belajar. Tapi, tumbuh secara alami. Marah pun tumbuh secara alami. Itu emosi yang berasal dari dalam. Namun, emosi, baik yang berupa hasrat ataupun aversi juga dapat disebabkan oleh faktor-faktor dari luar diri manusia. Misalnya, jika kita dihina akan timbul kemarahan.[16]

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Dapat dijelaskan beberapa penelitian terdahulu yang relevan antara lain adalah sebagai berikut:

---

[15] Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 60.

[16] Achmad Chodjim, *Al Falaq Sembuh dari Penyakit Batin dengan Surah Subuh*, (Yogyakarta: Serambi, 2004), hal. 75.

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

1. **BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS DALAM MENGATASI RASA MINDER SEORANG LAKI-LAKI YANG TERLAMBAT MENIKAH DI JEMUR WONOSARI WONOCOLO SURABAYA**

   Nama : Uhti Nisaul Amalia

   Nim : B03207022

   Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

   Tahun : 2011

   Universitas : IAIN Sunan Ampel Surabaya

   Dalam penelitian ini, dipaparkan bahwa terapi realitas dalam mengatasi rasa minder seorang laki-laki yang terlambat menikah, dengan menggunakan terapi ini proses konseling dapat megubah perilakunya kearah yang lebih baik dengan mulai terbuka dan bergaul dengan teman-temannya. Hasil akhir dari pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan terapi realitas dalam penelitian sudah berhasil walau keberhasilannya belum mencapai seratus persen. Tetapi konseli sudah menunjukkan perubahannya.

   Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama menggunakan terapi realitas dalam menangani masalah. Perbedaannya adalah pada permasalahan dimana peneliti ini menangani masalah minder, sedangkan peneliti kali ini menangani masalah perasaan aversi (ketidaksukarelaan).

2. **BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS DALAM MENGATASI *ANXIETY* SEORANG ISTRI YANG MENGHADAPI PERCERAIAN DI DESA MEDAENG KEC. WARU KAB.SIDOARJO**

   Nama : Suadah

   Nim : B03207009

   Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

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

Tahun : 2011

Universitas : IAIN Sunan Ampel Surabaya

Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa anxiety (kecemasan) seorang istri yang menghadapi perceraian telah mengalami perubahan setelah konselor memberikan terapi realitas kepada konseli. Konseli sudah bisa fokus pada pekerjaan dan orang-orang disekelilingnya juga menganggap banyak perubahan positif pada konseli. Terapi realitas berhasil merubah konseli menjadi lebih baik lagi.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama menggunakan terapi realitas dalam menangani masalah. Perbedaannya terletak pada masalah yang dihadapi, peneliti ini dengan masalah anxiety (kecemasan) sedangkan peneliti kali ini menangani masalah aversi (ketidaksukarelaan).

3. **BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS DALAM MENGATASI PERASAAN BERSALAH (Studi Kasus Seorang Remaja Yang Membunuh Bayinya di Banjarsugihan Tandes Surabaya)**

Nama : Emma Juwita Sari

Nim : B03207020

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Tahun : 2011

Universitas : IAIN Sunan Ampel Surabaya

Di dalam penelitian ini, peneliti menangani konseli yang masih remaja dengan kasus bahwa remaja tersebut telah membunuh bayinya. Sungguh sangat mengerikan sekali peristiwa ini. Masih sangat belia dan sudah terjerumus dalam pergaulan bebas. Hingga menelan akibat yang pahit. Karena telah membunuh bayinya, konseli pun memiliki perasaan bersalah karena telah berbuat perilaku negatif. Konselor memberikan bantuan penyelesaian masalah dengan menggunakan terapi realitas.

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

Setelah proses konseling dengan terapi realitas, hasil prosentase sebanyak 71,4% yang dapat dilihat dari adanya perubahan pada sikap atau perilaku konseli yang mulanya mengalami kegelisahan menjadi tidak gelisah, was-was berkurang, dll.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama menggunakan terapi realitas dan menangani masalah perasaan. Perbedaannya adalah masalah yang dihadapi peneliti tentang perasaan bersalah sedangan peneliti kali ini tentang perasaan aversi (ketidaksukarelaan).

4. **UPAYA MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA SISWA YANG MENGALAMI PENGABAIAN ORANG TUA MELALUI KONSELING REALITAS PADA SISWA DI KELAS VIII G SMP NEGERI SEMARANG TAHUN AJARAN 2012/2013**

Nama : Windi Astuti

Nim : 1301407019

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Tahun : 2013

Universitas : Universitas Negeri Semarang

Dalam penelitian ini, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui konseling realitas dapat mengatasi masalah *self esteem* rendah pada siswa yang mengalami pengabaian orang tua di kelas VIII G SMP N 13 Semarang. Dengan menggunakan terapi realitas, akhirnya dapat menggubah kelas VIII G SMP N 13 Semarang. Dengan begitu terapi realitas telah berhasil mengubah konseli yang dahulu memiliki masalah *self esteem*, kini dapat menghilangkan masalah itu dalam dirinya.

Persamaan penelitian ini adalah sama menggunakan terapi realitas dan masalahnya berhubungan dengan orang tua. Perbedaannya adalah peneliti ini ingin

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

meningkatkan *self esteem* pada diri konseli. Sedangkan peneliti saat ini, menangani perasaan aversi (ketidaksukarelaan) akan kenyataan yang ada.

5. **DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP TINGKAT KEMATANGAN EMOSI ANAK KASUS PADA 3 SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 PEKUNCEN BANYUMAS TAHUN AJARAN 2012/2013**

Nama : Widi Tri Estuti

Nim : 1301407045

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Tahun : 2013

Universitas : Universitas Negeri Semarang

Di dalam penelitian ini, peneliti membahas tentang semua perasaan anak yang menhadapi orang tuanya bercerai. Klien yang bersekolah kelas 3 smp pasti sangat sulit menerima keadaan yang sedang dialaminya. Semua perasaan bergejolak dalam dirinya, sehingga menimbulkan sikap yang negatif, seperti malas untuk belajar, tidak dapat mengatur emosinya, dan menjadi lebih agresif. Hal ini terjadi karena konseli tidak bisa mengendalikan emosi dan perasaan yang memberontak dalam hatinya. Sehingga, konseli banyak melakukan penyimpangan.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang masalah perasaan yang dialami oleh konseli. Perbedaannya adalah dalam menagani masalahnya, peneliti ini member saran kepada konseli dan lebih bersifat meneliti keadaan emosi anak dalam menghadapi perceraian, sedangkan peneliti sekarang menggunakan terapi realitas untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli.

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