



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penerimaan
Diri Pada Wanita Hamil Diluar Nikah Di
Mulyoagung Kecamatan Dau Malang**

Skripsi

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh:

Tri Ananda Novia Rizki Citra P.

NIM : B03217042

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya 2021

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya:

Nama : Tri Ananda Novia Rizki Citra Prameswari

NIM : B03217042

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Desa Drajat RT.02/RW. 02 Kecamatan
Paciran Kabupaten Lamongan

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Skripsi yang berjudul “Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri pada Wanita Hamil Diluar Nikah Di Mulyoagung Dau Malang” tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Lamongan, 30 Januari 2021



Tri Ananda Novia RCP
NIM. B03217042

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Tri Ananda Novia Rizki Citra P
NIM : B03217042
PRODI : Bimbingan dan Konseling Islam
JUDUL : Terapi Realitas Untuk meningkatkan
Penerimaan diri Pada Wanita Hamil Diluar Nikah
Di Mulyoagung Dau Malang

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing
untuk diujikan.

Surabaya, 2 Februari 2021

Telah disetujui oleh:

Dosen pembimbing



Dr. Agus Santoso, S. Ag., M. Pd
NIP. 197008251998031002

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penerimaan diri Pada
Wanita Hamil Diluar Nikah Di Mulyoagung Dau Malang

SKRIPSI

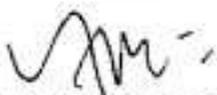
Disusun oleh:

Tri Ananda Novia Rizki Citra P (B03217042)

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu pada tanggal 08 Februari 2021

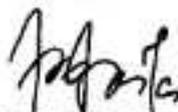
Tim Penguji

Penguji I



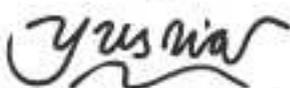
Dr. Agus Santoso, S. Ag., M. Pd
NIP. 197008251998031002

Penguji II



Mohammad Thohir, M. Pd. I
NIP. 197905172009011007

Penguji III



Yusrfa Ningsih, S. Ag, M. Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji IV



Dra. Faizah Noer Laela, M. Si
NIP. 196012111992032001

Surabaya, 8 Februari 2021
Dekan



Dr. H. Abd. Hallm, M. Ag
NIP. 196307251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Tri Ananda Novia Rizki Citra Prameswari
NIM : B03217042
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : Triananda2512@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA WANITA
HAMIL DILUAR NIKAH DI MULYOAGUNG KECAMATAN DAU MALANG**

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 07 Februari 2022

Penulis


(*Tri Ananda Novia Rizki Citra P.*)

ABSTRAK

Tri Ananda Novia Rizki Citra Prameswari (B03217042),
Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada
Wanita Hamil Diluar Nikah di Mulyoagung Dau Malang.

Fokus penelitian dalam skripsi ini adalah bagaimana proses dan hasil pelaksanaan Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan diri pada Wanita Hamil Diluar Nikah DI Mulyoagung Dau Malang.

Untuk menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus, dan menganalisis dengan teknik analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan proses pelaksanaan konseling dan keadaan konseli sebelum dan sesudah melakukan proses Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan diri pada Wanita Hamil Diluar Nikah Di Mulyoagung Dau Malang.

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kehamilan diluar nikah yang terjadi mengakibatkan konseli tidak bisa menerima dirinya dan tidak bisa menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya, dan menolak adanya bayi dalam kandungannya. Treatment dilakukan dengan terapi realitas untuk membantu meningkatkan penerimaan diri konseli.

Hasil akhir penelitian ini dapat dikatakan cukup baik dilihat dari beberapa perubahan yang terjadi pada konseli yang ditandai dengan keberhasilan indikator penerimaan diri.

Kata kunci: Terapi realitas, Penerimaan diri

ABSTRACTS

Reality therapy method in increase the self-acceptance in pregnant women out of marriage in Mulyoagung dau malang.

This research focuses on how the process and the result of the implementation by using reality therapy method to increase the self-acceptance in pregnant women out of marriage in mulyoagung dau malang

To answer the research questions, the researcher applies study case qualitative method, and analyzes using comparative descriptive analysis techniques, namely comparing the counseling implementation process and the counselee's condition before and after carrying out the process of Islamic Guidance and Counseling with Reality Therapy to Increase Self-Acceptance in Pregnant Woman Out of Marriage in Mulyoagung Dau Malang

From this research it can be concluded that pregnancy before marriage that occurs results the counselee hardly accept their circumstance and face the reality. Even some of the counselees reject the presence of their baby. The treatment is done using the reality therapy method in order to help increase the counselees' self-acceptance.

The result of this research can be said quite good seeing from several changes that have happened to the counselees. It is marked by the achievement of self-acceptance indicators.

Keywords: Islamic guidance and counseling, reality therapy, self-acceptance

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING Error! Bookmark not defined.

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI....Error! Bookmark not defined.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN iii

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA..... iv

ABSTRAK..... v

ABSTRACT vi

KATA PENGANTAR vii

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR TABEL..... xii

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Rumusan Masalah 7

C. Tujuan Penelitian 7

D. Manfaat Penelitian 8

E. Definisi Konsep 8

F. Sistematika Pembahasan 10

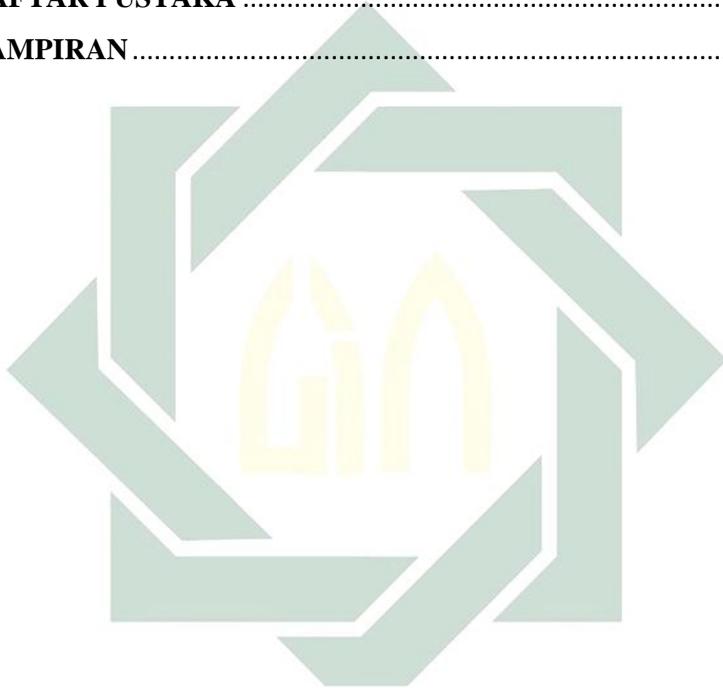
BAB II KAJIAN TEORITIK 13

A. KAJIAN TEORITIK..... 13

1. Bimbingan Konseling Islam.....Error! Bookmark not defined.

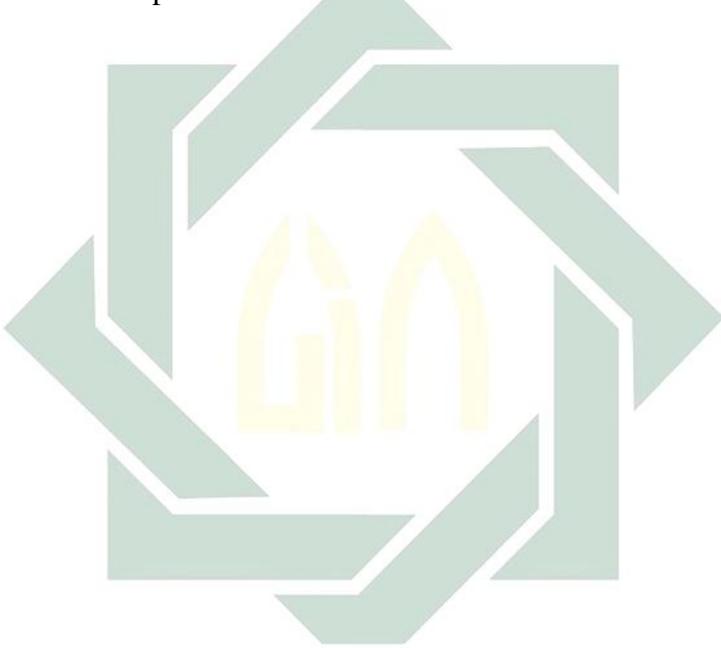
2.	Terapi Realitas.....	13
3.	Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>).....	20
4.	Hamil Pranikah (Hamil diluar nikah).....	27
5.	Terapi Realitas Untuk Meningkatkan <i>Self Acceptance</i> (Penerimaan Diri) Pada Wanita Hamil Diluar Nikah.....	31
B.	PENELITIAN TERDAHULU.....	32
BAB III METODE PENELITIAN		35
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	35
B.	Objek Penelitian	35
C.	Jenis dan Sumber Data	36
D.	Tahap-tahap Penelitian.....	37
E.	Teknik Pengumpulan Data	39
F.	Teknik Validitas Data	40
G.	Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		42
A.	Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	42
B.	Penyajian Data.....	50
1.	Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri pada wanita hamil diluar Nikah di Mulyoagung Dau Malang.....	50
2.	Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri pada wanita hamil diluar Nikah di Mulyoagung Dau Malang.....	70
C.	Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	71
1.	Perspektif Teori	71
2.	Perspektif Islam	79

BAB V PENUTUP	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran	85
C. Keterbatasan Penelitian	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	92



DAFTAR TABEL

4.1 Proses terapi realitas.....	76
4.2 Perbandingan data teori dengan data lapangan.....	79
4.3 Perbedaan perilaku konseli sebelum dan sesudah.....	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena kehamilan diluar nikah saat ini banyak terjadi dikalangan remaja. Berawal dari pergaulan diantara laki-laki dan perempuan yang keluar batas, mereka tidak memperdulikan aturan dan norma yang ada, atau bahkan nilai-nilai Islam. Mereka juga menganggap nilai-nilai islam itu tidak ada. Melakukan hal-hal yang merugikan bagi diri sendiri dan orang lain khususnya keluarga, tidak sedikit pergaulan bebas saat ini yang mengakibatkan terjadinya kehamilan diluar nikah tanpa diminta.

Sulitnya menahan hawa nafsu bagi pemuda-pemudi yang menjalin hubungan, sebelum adanya ikatan yang sah yaitu pernikahan. Dalam hal ini ketidakmampuan remaja untuk mengendalikan rangsangan seksualnya dan ketidaktahuan tentang proses reproduksi menyebabkan kehamilan yang tidak diharapkan.² Hubungan yang dijalin sebelum adanya pernikahan biasanya disebut dengan pacaran, berpacaran tidak semuanya berakhir kehamilan, jika salah satu diantara keduanya bisa menahan dengan cara menolak hubungan seks yang seharusnya belum saatnya dilakukan. Apalagi dengan adanya kesempatan tempat dan waktu yang mereka manfaatkan untuk melakukan perbuatan yang haram dalam Agama Islam tersebut.

² Ardianti, F., Fakhurrozi, M., & Marissa, A. "*Psychological well being pada remaja akhir yang hamil diluar nikah*", Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(1), hal. 80.

Pada zaman sekarang pacaran sudah menjadi hal yang lumrah, bahkan samapi memilih jodoh sudah menjadi kegiatan yang biasa. Tetapi, faktanya saat ini banyak terjadi bahkan sebagian besar perzinaan terjadi karena berpacaran. Pacaran (berduaan antara laki-laki dan perempuan yang belum sah) merupakan hal yang tabu. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada alasan untuk berpacaran, bahkan aturan Islam pun tidak sesuai dengan budaya Indonesia.³

Dalam hal ini, salah satu faktor penyebab terjadinya kehamilan diluar nikah karena adanya penyimpangan seksual pada pasangan remaja dan faktor lingkungan yang mendukungnya. Menurut Rohmawati, faktor yang menyebabkan terjadinya kehamilan remaja diluar nikah meliputi faktor lemahnya mental spiritual individu sebesar 40% dan faktor lingkungannya sebesar 60%, faktor lingkungan ini seperti peran orang tua dan perkembangan IPTEK yang berdampak negative.⁴

Pada awalnya, orang tua berperan penting dalam mengawasi perilaku anak, namun pendidikan yang jauh dari orang tua menghalanginya untuk memahami sepenuhnya apa yang telah dilakukan anak. Mereka tidak memikirkan hukuman apa yang mereka dapatkan setelah ini bahkan diakhirat nanti, dosa yang berat akan menjerumuskan kedalam api neraka. Seperti halnya yang terkandung dalam QS Al-Isra' ayat 32:

وَلَا تَقْرُبُوا الزَّوْجَىٰ أَطْرَافَ مَا كَانَ فُحْشَةً وَسَاءَ سَبِيلٌ

³ Andisty dan ritandriyono, “Religiusitas dan Perilaku Seks Bebas Pada Dewasa Awal”, Jurnal Psikologi tahun 2008, Vol 1, No. 2, hal. 86.

⁴ Rohmawati, E. D. A, “Faktor terjadinya kehamilan sebelum menikah di wilayah kantor urusan agama tegalsari surabaya”. The Indonesian Journal of islamic Family Law, 492), hal. 354-383.

Artinya: *"Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk."* (QS. Al-Isra: 32).⁵

Ayat ini menjelaskan bahwa melakukan zina adalah perbuatan yang sangat buruk, dan itu merupakan seburuk-buruknya jalan yang mengantarkan masuk neraka, percampuran nasab dan penyakit serta menodai kehormatan.

Melihat fenomena yang kerap terjadi pada saat ini di kalangan remaja mengakibatkan angka kehamilan diluar nikah meningkat. Menurut survey yang bersumber dari Detik.com sekitar 9 juta remaja telah melakukan seks diluarnikah, jumlah di Indonesia mencapai 14% dari total jumlah remaja 10-24 tahun sebanyak 63 juta jiwa.

Berdasarkan problematika yang terjadi, pada salah satu mahasiswi di perguruan tinggi swasta di Malang yang menjadi konseli peneliti saat ini. Konseli adalah mahasiswa semester 4, ia menempuh pendidikan di Universitas Swasta di Kota Malang, sebelumnya konseli tidak pernah memiliki hubungan dengan lawan jenis (pacaran), karena konseli saat SMA berada di pondok pesantren yang saat itu konseli hanya fokus di pendidikan pesantrennya tanpa memikirkan lawan jenis. Akhirnya jalan 3 bulan hubungan mereka, konseli menyadari bahwa ternyata ia positif hamil, yang akhirnya konseli merasa tertekan dan sulit menerima kenyataan bahwa ia telah positif hamil. Sehingga konseli berusaha untuk menggugurkan janin yang ada di dalam kandungannya.⁶

⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Surabaya: Karya Utama, 2005). Hal. 429.

⁶ Hasil observasi wawancara dengan konseli pada 25 oktober 2020 di kos konseli

Kehamilan yang terjadi diluar kendali ini mengakibatkan korban merasa tertekan bahkan hampir putus asa dalam melanjutkan hidup, ditambah lagi saat korban masih menjadi mahasiswi dan harus tetap melanjutkan pendidikannya. Rasa takut dan khawatir yang dirasakan dalam mengatasi dampak dari kehamilan diluar nikah tersebut dapat terjadi pada korban, bahkan kehamilan diluar nikah seringkali berujung aborsi untuk menutupi rasa ketakutan dan rasa malu yang dirasakan tersebut. Sehingga dalam kondisi seperti ini perlu adanya rasa menerima diri dengan keadaan yang telah terjadi untuk mengurangi resiko bagi dirinya dan calon bayinya. Penerimaan diri ini merupakan suatu kesadaran untuk dapat menerima diri sendiri dengan apa adanya.⁷ Menurut Kubber, Rose dan Tom *self acceptance* Penerimaan diri terjadi ketika individu dapat menghadapi kenyataan yang mereka alami bukan hanya menyerah pada kepasrahan atau putus asa.⁸

Hurlock telah menguraikan penerimaan diri menjadi 4 aspek yang: penyesuaian diri, penampilan nyata, kepuasan priadi dan sikap sosial.⁹ Kemudian faktor-faktor penerimaan diri pada individu meliputi yang pertama pemahaman diri (*self understanding*), yang kedua yaitu harapan yang realitas, kemudian tidak memiliki stress berat, dan konsep diri yang stabil.¹⁰

⁷ Santrok, J.W Adolescence, *Perkembangan Remaja*, (Jakarta:Erlangga, 2005).

⁸ Kubler-Ross, E. On death and dying: what the dying have to teach doctors, nurses, clergy and their own families. Ebook. London: Routledge. 2009.

⁹ Harlock, E.B. *Psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. (Jakarta: Erlangga, 2012).

¹⁰ Harlock, E. B., *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga Pres 2008).

Dari assesment awal yang telah peneliti lakukan dengan konseli, telah ditemukan inti permasalahan dari konseli saat ini yaitu rasa sulit konseli menerima apa yang telah terjadi pada dirinya yang disebabkan kesalahan dirinya sendiri.

Berangkat dari fenomena yang terjadi, peneliti tertarik mengangkat permasalahan untuk membantu konseli agar lebih bisa meningkatkan *self acceptance* (penerimaan diri) dalam diri konseli, dan mengantarkan konseli kepada pemikiran yang irasional menjadi rasional. Terlebih ketakutan konseli kepada kenyataan yang akan terjadi nantinya. Oleh karena itu, peneliti mencoba memberikan layanan bimbingan konseling dengan menggunakan terapi realitas.

Terapi yang memfokuskan kepada tingkah laku sekarang.¹¹ Fungsi terapi ini sebagai guru atau model serta mengonfrontasikan konseli dengan cara-cara yang bisa membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar dirinya, tanpa merugikan diri sendiri serta orang lain.¹² Sehingga yang dimaksud dengan terapi realitas yaitu suatu terapi yang difokuskan pada tingkah laku konseli pada saat ini yang berkaitan dengan penerimaan tanggung jawab dan kesehatan mental konseli.

Terapi realitas berfokus pada keadaan saat ini sehingga termasuk dalam terapi jangka pendek, yang menekankan kekuatan pribadi. Pada dasarnya merupakan jalan dimana indivisu belajar tingkah laku

¹¹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: PT eresco, 1998), hal. 267.

¹² Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2003), hal. 263.

yang realistik.¹³ Diberikannya bimbingan konseling dengan terapi realitas ini diharapkan dapat mengantarkan konseli untuk mampu menerima dirinya dengan keadaanya saat ini, kehamilan diluar nikah yang tidak diharapkan yang sudah menjadi kehendak sang ilahi untuk terjadi pada diri konseli.

Penerapan terapi realitas dalam kegiatan konseling ini dilakukan juga dalam beberapa penelitian lain. Mengutip dari Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada Tahun 2019, yang berjudul “*Terapi Realitas Dalam Membentuk Aktualisasi Diri Gepeng di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta*”, penulis menyatakan bahwa terapis ini dikatakan berhasil karena di tandai dengan yang semula tidak mengetahui bakat, minat, potensi, dan *skill* sehingga menjadi tau setelah menerima layanan terapi menggunakan teknik terapi Realitas tersebut.¹⁴

Kemudian permasalahan meningkatkan penerimaan diri ini juga telah ada penelitian yang membahasnya. Mengutip dari Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya pada Tahun 2018 yang berjudul, “*Teknik Konseling Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Self Acceptance (Penerimaan diri) Bagi Perempuan Hamil Diluar Nikah Di Pakal Barat Kecamatan Surabaya*”, didalam Skripsi ini penulis menyatakan hasil yang didapatkan cukup berhasil, dengan perubahan konseli

¹³ Lahmuddin Lubis, *Konsep-konsep Dasar Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Citapusaka Media, 2006), hal. 138-139.

¹⁴ Nina Narullita, Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta: “*Terapi Realitas Dalam Membentuk Aktualisasi Diri Gepeng di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta*”, (Yogyakarta: 2019), hlm 78.

yang telah dapat menerima dirinya, anaknya dan kenyataan yang sedang dialaminya.¹⁵

Dengan adanya terapis ini, peneliti membantu konseli untuk meningkatkan rasa penerimaan diri pada konseli, karena dengan terapi realitas ini dapat membantu konseli mempersiapkan dan mempertanggungjawabkan usaha atas pilihan-pilihan realistis yang dibuatnya sendiri, dan menentukan cara terbaik untuk mewujudkan apa yang telah diinginkan. Kemudian dengan harapan dapat mengantarkan konseli dalam usaha meningkatkan penerimaan diri dalam diri konseli. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti sekaligus konselor tertarik melakukan penelitian yang berjudul **“Terapi Realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Kota Malang”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Malang?
2. Bagaimana hasil akhir Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri bagi wanita hami diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana proses Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri bagi

¹⁵ Diyan Fitriya Ningsih, Skripsi UINSA : *“Teknik Konseling Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Self Acceptance (Penerimaan diri) Bagi Perempuan Hamil Diluar Nikah Di Pakal Barat Kecamatan Surabaya”*, (Surabaya: 2018), hlm 109.

wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Malang.

2. Untuk mengetahui bagaimana hasil akhir Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Manfaat teoritis dari adanya penelitian ini yaitu untuk memberikan pengetahuan serta wawasan dalam bidang Terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri.

Sebagai informasi dan sumber referensi bagi pembaca dan program studi Bimbingan dan Konseling Islam mengenai terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri.

2. Secara Praktis

a) Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan dapat meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah.

b) Bagi Mahasiswa Umum

Penelitian ini dapat dijadikan contoh nyata dalam Bimbingan Konseling Islam dengan terapi realitas dalam meningkatkan penerimaan diri.

E. Definisi Konsep

Sebagaimana judul yang telah di ambil yaitu **“Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri bagi Wanita Hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Malang”**, disini akan dijelaskan istilah yang tertera dalam judul, antara lain:

1. Terapi Realitas

Terapi realitas yaitu sebuah sistem yang berfokus pada perilaku saat ini.¹⁶ Peran terapi ini adalah berperan sebagai guru dan model, serta menghadapi konseli dengan cara yang dapat membantu konseli menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain.¹⁷ Oleh karena itu, terapi realitas berarti terapi yang berfokus pada perilaku konseli saat ini terkait dengan menerima tanggung jawab dan kesehatan mental konseli.

Tujuan dari terapi realitas ini adalah untuk membantu seseorang mewujudkan kebutuhan psikologis dasarnya, yaitu kebutuhan untuk merasa bahwa individu tersebut berguna bagi diri sendiri dan orang lain, serta kebutuhan untuk dicintai dan mencintai.¹⁸

2. Penerimaan diri

Aderson memaparkan bahwa penerimaan diri yaitu berarti kita telah berhasil dengan apa adanya menerima kekurangan ataupun kelebihan yang kita miliki. Menrima diri berarti kita telah menemukan suatu karakter diri dan dasar yang membentuk kerendahan hati dan integritas.¹⁹ Sedangkan menurut Hasluck *self acceptance* sebagai “*the degree to which an individual having considered*

¹⁶ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: PT eresco, 1998), hlm. 267.

¹⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2003), hlm. 263.

¹⁸ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hlm 241-242.

¹⁹ Sugiarti, L. gambaran Penerimaan diri pada wanita Involuntary Childless. Skripsi. Jurusan PSiklogi Fakultas Psikologo Universitas Indonesai, 2008. Hlm. 89.

his personal characteristics, is able and willing to live with them” yaitu derajat dimana seseorang mempertimbangkan karakteristik pribadinya agar membuatnya merasa mampu dan mau hidup dengan karakteristik yang ada tersebut.²⁰

Dari definisi-definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa *self acceptance* (penerimaan diri) berarti kita mampu menerima dan mengakui apa yang ada dalam diri kita sendiri, mengerti dan memahami apa yang terjadi. Serta menerima karakteristik diri dalam kehidupannya sehingga membentuk integritas pribadi bagi individu.

3. Hamil diluar nikah

Dalam Kamus lengkap Bahasa Indonesia, hamil diluar nikah terdiri dari tiga kosa kata yaitu hamil, pra dan nikah. Hamil yang berarti mengandung atau disebut juga bunting, pra yaitu sebelum dilakukan dan nikah yang berarti perkawinan yang dilakukan dengan mengikat perjanjian antara pria dan wanita, untuk menjalin hubungan suami istri secara sah.²¹

Hamil diluar nikah adalah suatu perbuatan yang dilarang oleh agama Islam. Kehamilan di luar nikah adalah perbuatan seksual yang tidak ada jaminan perkawinan yang sah, yaitu kesepakatan akad nikah yang dicapai oleh pasangan.

F. Sistematika Pembahasan

Sebelum membahas dan penyusunan skripsi ini, maka peneliti menyajikan pembahasan dalam skripsi ini

²⁰ Hurlock, E. B., *personality Development*, (new Delhi: McGrawHill, Inc)

²¹ Em Zul Fajri dan ratu Aprilian Senja, Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, (Bandung: Dive Publisier, 2005), hlm 423.

yang terdiri dari 5 BAB pokok pembahasan untuk memberikan kemudahan dalam memahaminya, yang meliputi:

BAB I PENDAHULUAN

Bab I ini berisi pembahasan mengenai latar Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Definisi Konsep, dan juga Sistematika Pembahasan.

BAB II KAJIAN TEORITIK

Bab II ini membahas mengenai Kajian Teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan dengan pembahasan peneliti. Dalam kajian teoritik ini menjelaskan dengan beberapa referensi untuk menelaah objek kajian yang akan dikaji pembahasannya yaitu meliputi: Terapi Realitas, Penerimaan diri, Hamil diluar nikah.

BAB III METODE PENELITIAN

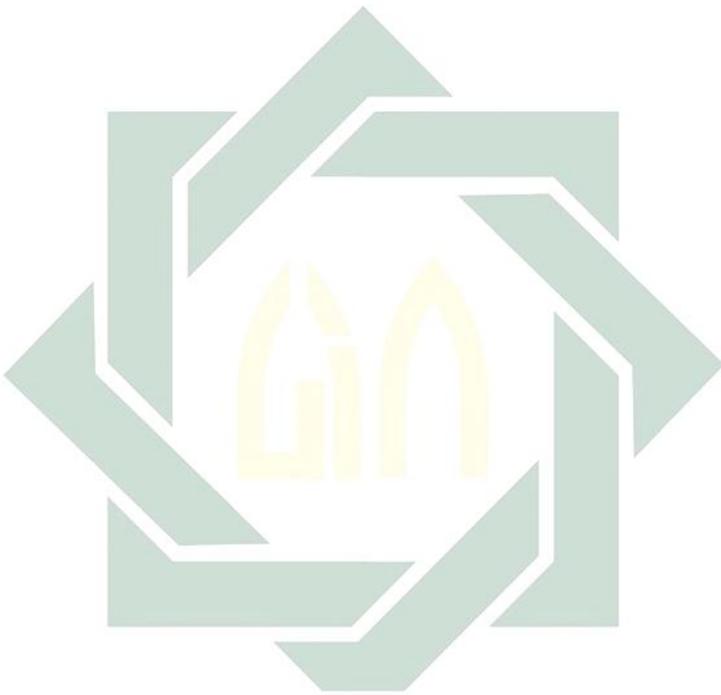
Bab III Metode Penelitian, dalam bab ini menjelaskan tentang metode yang digunakan dalam penelitian, yaitu antara lain pendekatan dan jenis penelitian, objek penelitian, jenis dan sumber data, tahap penelitian, teknik pengumpulan data, validitas, dan analisis data.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini meliputi pembahasan mengenai gambaran umum subjek penelitian, penyajian data, serta analisis data yang ditinjau dari perspektif dan keislaman.

BAB V PENUTUP

Bagian akhir yaitu bab penutup membahas tentang kesimpulan, rekomendasi serta keterbatasan yang hadapi oleh peneliti.



BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. KAJIAN TEORITIK

1. Terapi Realitas

a) Pengertian Terapi Realitas

Konseling dengan terapi realitas adalah suatu bentuk teknik konseling yang berorientasi pada kondisi saat ini atau tingkah laku sekarang. Konseling realitas merupakan suatu proses yang rasional. Menurut William Glasser, terapi realitas didasarkan pada “teori pilihan”, berdasarkan pada prinsip bahwa semua motivasi atau perilaku manusia adalah dalam rangka memuaskan kebutuhan universal manusia yang bertanggung jawab berdasarkan perilaku-perilaku yang telah dilakukannya.²²

William Glesser sesuai dengan pandangan behavioristic memfokuskan perhatian pada perilaku individu pada saat ini, terutama yang menjadi focus adalah tingkah laku yang nyata. Kemudian tingkah laku tersebut dievaluasi menurut keselarasan atau tidaknya dengan realitas yang ada, dengan menitik beratkan tanggung jawab setiap individu untuk yang seharusnya berperilaku sesuai dengan realita atau kenyataan yang sedang dihadapi. Penyimpangan dalam berperilaku individu tersebut dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi, bukan sebagai

²² Planer, Stephen, *Konseling dan Psikoterapi*, Terj. Haris H. Setiadjud, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 525.

indikasi atau gejala adanya gangguan kesehatan mental. Menurut Glesser tersebut mengenai seorang yang memiliki mental sehat adalah seorang itu bisa menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku yang ada.²³

Dalam kehidupan manusia, mereka tentu dapat memilih dan menentukan tingkah lakunya sendiri. Ini berarti setiap individu memiliki tanggung jawab dan harus menerima konsekuensi dari tingkah laku individu itu sendiri. Bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang ada dipikirkannya itulah yang dimaksud dengan bertanggung jawab.²⁴

Menurut Mappiare, beliau memaparkan bahwa konseling realitas memusatkan pada pentingnya 3-R yaitu *Responsibility* yaitu tanggung jawab konseli, *Right* yaitu norma dan nilai sosial yang dimiliki individu melalui internalisasi, yang ketiga *Reality*, kenyataan dunia dimana individu tersebut bertingkah laku.²⁵ Dalam pemaparan 3R tersebut menjadi point utama dari terapi realitas, dimana selama proses berlangsung konseli belajar untuk bertanggungjawab, serta berfikir lebih realistis untuk memilah mana perilaku yang akan diambil guna memecahkan masalah ataupun mencapai apa yang menjadi keinginan terbaiknya dimasa depan.

²³ W.S Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), hlm. 459.

²⁴ DR. Namora Lumongga Lubis, M.Sc, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), hlm. 185.

²⁵ Mappiare, Andi, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2006), hlm. 103.

Konseling dengan terapi ini berpandangan bahwa manusia memiliki kebebasan untuk membuat pilihan yang terbaik dalam hidupnya, dan yang telah disebutkan bahwa ia harus menerima konsekuensi berupa tanggung jawab yang mengikuti pilihan yang telah diambilnya. Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Ra'd ayat 11:

وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِن وَالٍ

yang artinya : *“Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum, sebelum mereka merubah nasib mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya, dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”*²⁶

Manusia sebagai individu dapat menentukan dan memilah tingkah lakunya sendiri, jadi dapat diambil kesimpulan, terapi realitas adalah terapi yang menekankan pada kekuatan pribadi yang memiliki individu, terapi yang mengantarkan individu untuk mencapai kesadaran apa yang terjadi pada waktu sekarang, mencapai keberhasilan berupa penerimaan tanggung jawab pada diri sendiri dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya.

b) Tujuan Terapi Realitas

Adanya terapi realitas bertujuan secara umum sama dengan tujuan hidup, yaitu untuk individu yang mencapai kehidupannya dengan *successidentity*. Jadi setiap individu memiliki

²⁶ Kementerian Agama RI, “Al-Qur’an Nul Karim, Mushaf Al-Qur’an Terjemah”. Surat; Ar Ra’d, ayat 11, (Bandung: Nur Publishing, 2009), hlm 250.

bertanggung jawab, yaitu untuk kepuasan terhadap kebutuhan-kebutuhan personalnya tersebut. Saat individu dapat memuaskan kebutuhan yang menjadi dasarnya, maka saat itulah ia telah bertanggung jawab atas dirinya sendiri.²⁷

Konsep terapi realitas bertujuan menolong individu untuk mampu mengurus dirinya sendiri dan agar individu mampu menentukan perilaku dalam bentuk yang nyata. Individu didorong untuk berani bertanggung jawab dan mampu mengatasi resiko yang ada, sesuai dengan kemampuan dan keinginannya dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Kemudian mengembangkan rencana-rencana yang nyata dan realistis dalam tercapainya tujuan yang telah ditetapkan. Konseling ini menekankan pada disiplin dan bertanggung jawab atas kesadaran dirinya sendiri pada realitas individu secara rasional.²⁸

Pada dasarnya konseling realitas adalah proses rasional, dalam proses ini konselor perlu meyakinkan pada konseli bahwa kebahagiaannya bukan terletak pada dilakukannya proses konseling, tetapi perilaku serta keputusannya, diri konseli sendirilah yang sepenuhnya memiliki hak bertanggung jawab terhadap dirinya²⁹

Dari beberapa uraian tersebut, dapat di ambil kesimpulan bahwa tujuan dari terapi ini yaitu agar

²⁷ Ainur Rahm Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hlm. 6.

²⁸ Namora., *ibid*, hlm 176.

²⁹ Latipun, *Psikologi Konselinh*, (Malang: UMM Press, 2011), hlm 201.

individu atau konseli dapat mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab dengan apa yang sedang dialami pada kondisi saat ini, dengan sikap yang mampu mandiri.

c) Ciri-ciri terapi Realitas

Konseling realitas memiliki beberapa ciri, guna menjadi sebuah identitas dari pendekatan tersebut, berikut beberapa ciri konseling realitas:

- 1) Terapi realitas beranggapan bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik berasal dari ketidak tanggung jawaban dari konseli itu sendiri, sehingga terapi ini menolak konsep tentang penyakit mental.
- 2) Terapi realitas berfokus pada tingkah laku saat ini alih-alih pada sikap dan perasaan. Meskipun terapis ini tidak menganggap sikap dan perasaan itu tidak penting, terapis ini menekankan kesadaran pada tingkah laku sekarang.
- 3) Terapi realitas bukan berfokus pada masa lampau, tetapi pada masa sekarang. Masa lalu yang telah dialami tidak dapat di ubah, karena yang bisa diubah hanyalah masa sekarang dan merencanakan untuk masa yang akan datang.
- 4) Terapi realitas menekankan pertimbangan nilai. Dalam hal ini terapi realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran konseli dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menemtukan apa yang membuat kegagalan yang sedang dialami.

- 5) Terapi realitas tidak menekankan transferensi, ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi menjadi hal yang penting. Terapi realist memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi.
- 6) Terapi realitas menekankan pada aspek-aspek kesadaran, bukan pada aspek ketidaksadaran.
- 7) Terapi realitas menghapus hukuman, dalam hal ini Glesser mengingatkan bahwa pemberian hukuman untuk mengubah tingkah laku tidak efektif, ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mecela karena pernyataan semacam itu termasuk yang dimaksud hukuman.
- 8) Point terakhir terapi realitas ini menekankan pada tanggung jawab, karena hal itu adalah proses seumur hidup.³⁰

d) Tahap-tahap atau Prosedur Terapi Realitas

Tahapan-tahapan atau prosedur pada terapi realitas ini dipaparkan oleh Glesser dan Wubbolding, mereka menyebutkan prosedur terapi realitas ini dapat dilakukan dengan langkah WDEP, yaitu *wants*, *direction and doing*, *evaluation*, dan *planning*. Model prosedur ini menyediakan kerangka kerja untuk mengatur tahapan atau sesi terapi.

1) *Wants* (ingin)

Tahap *wants* ini menjelajahi keinginan, kebutuhan, dan persepsi. Dalam tahap ini

³⁰ Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi Teori dan Praktek*, (Bandung:Rafika Aditama, 2013), hlm. 265.

melakukan eksplorasi terhadap kebutuhan, harapan, dan persepsi dari individu. Pertanyaan yang dapat diberikan kepada individu yaitu “apa yang kamu inginkan?”. Dalam tahap ini individu diharapkan dapat mengerti serta memahami apakah harapan yang diinginkan sejalan dengan kebutuhannya. Eksplorasi ini berlangsung secara kontinu, tetap berjalan selama proses konseling, sejalan dengan perubahan yang dialami individu tersebut.

2) *Direction and Doing* (petunjuk/Arah dan melakukan)

Pada tahap ini dapat diajukan pertanyaan “Apa yang kamu lakukan sekarang?”. Karena terapi ini memfokuskan pada perilaku saat ini bukan pada masa lampau. Meski adanya suatu permasalahan bisa berakar dari pengalaman pada masa lalu, tetapi individu perlu belajar untuk berdamai dengan masa lalunya dan menunjukkan perilaku lebih baik untuk mencapai keinginannya. Tahap ini mendiskusikan mengenai apa yang menjadi tujuan hidup individu, apa yang akan dilakukan, dan kemana hidup mereka akan berjalan dengan perilaku yang ia tunjukkan pada saat ini.

3) *Evaluation* (evaluasi)

Tahap evaluasi ini individu diarahkan untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini dapat dilakukan dengan memberi pertanyaan “Apakah perilaku kamu saat ini cukup rasional untuk mengantarkan pada keinginanmu?” “Apakah perilakumu

mewujudkan apa yang menjadi keinginanmu?”. Pada tahapan ini mengonfrontasikan individu mengenai konsekuensi yang diperoleh dari perilakunya.

4) *Planning and Commitment* (perencanaan dan komitmen)

Setelah individu telah mampu menentukan apa yang harus ia rubah, maka seringkali individu akan lebih siap untuk mengeksplorasi serta membuat perencanaan. Individu diharapkan komitmen untuk melaksanakan yang telah disusun bersama dengan konselor. Dalam tahapan ini konselor tetap memberi pengawasan dan mengingatkan akan tanggung jawab terhadap tindakan serta pilihan konseli yang telah menjadi komitmennya.

2. **Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)**

a) **Pengertian Penerimaan Diri**

Penerimaan diri (*Self-acceptance*) adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat melakukan dan merasakan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis. Sikap penerimaan realistis dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan maupun kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya penerimaan diri tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal buruk dari dalam dirinya. Hasil analisa atau

penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri.³¹

Germer berpendapat bahwa penerimaan diri sebagai kemampuan setiap individu untuk dapat memiliki suatu pandangan yang positif mengenai siapa dirinya sebenarnya, akan tetapi hal ini tidak muncul dengan sendirinya sehingga individu harus dapat mengembangkannya. Sedangkan menurut Dariyo penerimaan diri yaitu suatu kemampuan seorang individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keadaan yang ia alami sendiri.

Penerimaan diri dapat juga diartikan sebagai suatu sikap memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan memperlakukan secara baik disertai rasa senang dan banggasambil terus mengusahakan kemajuannya. Selanjutnya, dijelaskan bahwa menerima diri sendiri perlu kesadaran dan kemauan dalam melihat fakta yang ada pada diri sendiri, baik fisik maupun psikis, sekaligus kekurangan dan ketidak sempurnaan, tanpa ada kekecewaan.

Menurut Chaplin, penerimaan diri ini adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas dan bakat-bakat diri sendiri, serta pengetahuan-pengetahuan dan keterbatasan-keterbatasan diri sendiri. Penerimaan diri ini mengandaikan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas

³¹ Dariyo Agoes, Psikologi perkembangan anak usia tiga tahun pertama, (Jakarta: PT Refika Aditama,2007), Hlm. 205

diri. Kesadaran diri akan segala kelebihan dan kekurangan diri haruslah seimbang dan diusahakan untuk saling melengkapi satu sama lain, sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat.

Dijelaskan pula oleh Ratnawati, Handayani dan Helmi, yang di maskut penerimaan diri yaitu bagaimana seseorang bisa menyadari serta mengakui karakteristik yang ada pada dirinya dan menggunakannya untuk kelangsungan hidupnya. Penerimaan diri inidi tunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihannya yang ada pada dirinya sekaligus menerima segala kekurangan tanpa menyalahkan orang lain, serta bagaimana individu mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan dirinya. Hal ini mengacu pada kepuasan individu atau kebahagiaan terhadap dirinya, dan dianggap perlu untuk kesehatan mental pada individu.

Dalam kamus filsafat psikologi, penerimaan diri (*self acceptance*) adalah dukungan atau sambutan diri. Penerimaan dari seseorang dalam mencapai kebahagiaan serta kesuksesan pada individu itu sendiri.

Sehingga, dari beberapa pengertian yang telah dipaparkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif individu terhadap dirinya sendiri, kemudian mampu dan mau menerima keadaan diri baik kelebihan atau kekurangan yang ada, sehingga dapat memandang masa depan yang lebih positif.

b) Ciri-ciri Penerimaan Diri

Ciri-ciri penerimaan yang dipaparkan oleh Schneiders yaitu dapat beradaptasi, mengendalikan diri secara fisik, mengendalikan emosi, mengendalikan perilaku serta memiliki motivasi tinggi yang realitas.

Penerimaan pada setiap individu terhadap dirinya sendiri cenderung berbeda antara satu dengan lainnya. Beberapa ciri-ciri penerimaan diri menurut Johnson david adalah sebagai berikut:

1) Menerima diri sendiri dengan apa adanya

Memahami diri ini ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Pada dasarnya kemampuan individu untuk dapat memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya serta kesempatan menemukan dirinya. Individu tersebut tidak hanya mengenal dirinya saja akan tetapi juga menyadari kenyataan yang ada pada dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, sehingga semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya dengan apa adanya.

Apabila seorang individu mau menerima dirinya apa adanya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri, dan memberitahu orang lain bahwa mereka seharusnya mau menerima dan menghormati dirinya apa adanya. Individu tersebut juga mampu untuk menerima orang lain dan tidak menuntut bahwa mereka harus mencoba untuk menyamai dirinya. Menerima diri sendiri berarti merasa senang terhadap apa dan siapa dirinya sesungguhnya.

2) Tidak menolak dirinya sendiri

Pembentukan sikap yang terjadi pada diri seseorang terbentuk dari sikap atau respon dari lingkungan. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya dan tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri.³²

Dalam penelitian kali ini, penerimaan diri yang menjadi fokus permasalahan adalah penerimaan kenyataan. Penerimaan kenyataan yaitu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupannya sekaligus segala perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, antara lain perubahan yang terjadi di lingkungan dan pergaulannya yang semakin menjauhinya lantaran kesalahan yang diperbuat sebagai sanksi sosial yang harus diterimanya. Selain itu juga penerimaan terhadap apa yang telah terjadi dan sedang dihadapi konseli, yaitu bayi yang ada didalam kandungannya yang tidak diinginkan kehadirannya.

c) **Faktor-faktor Pendukung Penerimaan Diri**

Menurut Hurlock beberapa kondisi yang mendukung terbentuknya penerimaan diri, sebagai berikut:

1) Pemahaman diri (*Self-Understanding*)

³² Alin Riwayati, Hubungan Kebermakmuran Hidup Dengan Penerimaan Diri pada Orang Tua Yang Memasuki Lansia, (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2010)

Pemahaman diri adalah persepsi tentang dirinya sendiri yang dibuat secara jujur, sikap yang tidak berpura-pura dan bersifat realistis. Persepsi atas diri yang ditandai dengan keaslian (*genuineness*), tidak berpura-pura tetapi apa adanya, tidak berkhayal tetapi nyata (benar adanya), tidak berbohong tetapi jujur, dan tidak menyimpang. Pemahaman diri bukan hanya terpaku pada mengenal atau mengakui fakta tetapi juga merasakan pentingnya fakta-fakta.

2) Harapan yang realistis (*Realistic Expectations*)

Hal ini muncul jika individu menentukan sendiri harapannya yang telah disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuan dirinya, orang lain bukan menjadi penentu harapannya. Sehingga hal tersebut dikatakan realistis jika individu memahami segala kelebihan dan kekurangan dirinya dalam mencapai harapan dan tujuannya.

3) Tidak adanya hambatan lingkungan (*Absence of Environmental Obstacle*)

Ketidakkampuan dalam meraih harapan realistis mungkin disebabkan oleh adanya berbagai hambatan yang terjadi dari lingkungan. Apabila lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan malah menghambat individu untuk dapat mengekspresikan dirinya, maka penerimaan diri akan sulit untuk dicapai. Namun jika lingkungan dan *significant others* turut memberikan dukungan, maka kondisi ini

dapat mempermudah penerimaan diri seorang individu.

4) Sikap sosial yang menyenangkan (*Favorable Sosial Attitudes*)

Terdapat tiga kondisi utama yang menghasilkan evaluasi positif terhadap diri individu antara lain tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial. Individu yang memiliki hal tersebut diharapkan mampu menerima dirinya.

5) Tidak adanya stress emosional (*Absence of Severe Emotional Stress*)

Apabila ketiadaan gangguan stress yang berat akan membuat individu dapat bekerja dengan baik, merasa bahagia, rileks, dan tidak bersikap negatif terhadap dirinya. Kondisi positif ini diharapkan dapat membuat individu mampu melakukan evaluasi diri sehingga penerimaan diri yang memuaskan dapat tercapai.

6) Perspektif diri (*Self-Persperctive*)

Sebuah perspektif diri yang baik memudahkan akses terhadap penerimaan diri individu. Individu yang mampu melihat dirinya sebagaimana perspektif orang lain memandang dirinya, akan membuat individu tersebut menerima dirinya dengan baik. Hal ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Usia dan tingkat pendidikan seseorang juga berpengaruh untuk dapat mengembangkan perspektif dirinya.

7) Konsep diri yang stabil (*Stable Self-concept*)

Apabila dalam setiap waktu ia mampu melihat kondisinya dalam keadaan yang sama, individu tersebut dianggap memiliki konsep diri yang stabil. Jika seseorang ingin mengembangkan kebiasaan penerimaan diri, ia harus melihat dirinya sendiri dalam suatu cara yang menyenangkan untuk menguatkan konsep dirinya, sehingga sikap penerimaan diri itu akan menjadi suatu kebiasaan.³³

3. Hamil Pranikah (Hamil diluar nikah)

a) Pengertian Hamil diluar Nikah

Perempuan yang telah mengandung janin yang ada didalam rahimnya karena sel telur yang dibuahi oleh spermatozoa tidak dalam ikatan pernikahan yang sah disebut dengan kehamilan diluar nikah.³⁴ I Nyoman Sukma Arida dkk, dalam bukunya mengutarakan bahwa “*Seks dan kehamilan pranikah*”, mayoritas remaja mengenal hubungan seks melalui media yang biasa disebut sebagai “berpacaran”.

Pada zaman sekarang berpacaran sudah menjadi hal yang wajar untuk kalangan remaja. Hubungan berpacaran merupakan proses ketika seseorang mulai menjalin hubungan dengan lawan jenis (laki-laki dan perempuan) yang saling mencintai, sering kali atas dasar suka sama suka. Hail ini merupakan fase ketika dua remaja mengikatkan diri dalam satu komitmen, dengan

³³ E.B Hurlock, Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan, (Jakarta: Erlangga, 2012).

³⁴ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Edisi ke 3 (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 385

tujuan saling mengenal dengan kepribadian satu dengan lainnya untuk lebih dekat. Pada umumnya proses hubungan pacaran ini sudah dimulai ketika beranjak remaja, yaitu saat seorang remaja mulai memiliki rasa ketertarikan fisik, seksual serta emosional terhadap lawan jenisnya.³⁵

Gatot Supramono memaparkan bahwa hubungan luar nikah berarti adanya hubungan antara perempuan dengan laki-laki sebagaimana layaknya suami isteri tanpa Undang-undang No.1 tahun 1974 tentang perkawinan. Tidak memiliki ikatan tali pernikahan seta tidak memenuhi persyaratan seperti halnya melakukan pernikahan maupun hak dan kewajiban yang jelas. Hubungan yang demikian biasa disebut dengan “*hubungan bebas*”, hal ini memang dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, tergantung bagaimana manusianya.³⁶

Agama islam dengan jelas telah melarang terjadinya seks pranikah, baik dengan pacar ataupun pelacur. Hubungan intim sebelum adanya pernikahan adalah zina dan merupakan perilaku yang merugikan, paling banyak yang dirugikan adalah seorang wanita. Allah SWT berfirman, “*janganlah kamu mendekati zina, yang sesungguhnya zina adalah suatu perbuatan yang keji, dan suatu jalan yang buruk (dalam memenuhi nafsu seks)*”.

Al-Quran Surat Al-Furqon ayat 68 menjelaskan mengenai adanya pembalasan atas

³⁵ I Nyoman Sukma Arida, *Seks dan Kehamilan Pranikah*, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 2005), hlm. 96

³⁶ Gatot Supramono, *Segi-segi Hukum Luar Nikah*, hlm. 72

dosa dari perbuatan zina yang akan Allah berikan kelak dihari akhir.

وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ
إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ ۚ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا

Artinya :

“dan orang-orang yang tidak menyembah tuhan yang lain beserta Allah dan tidak membunuh jiwa yang diharamkan Allah (membunuhnya) kecuali dengan (alasan) yang benar, tidak melakukan zina, barang siapa yang melakukan demikian itu, niscaya dia mendapat (pembalasan) dosa(nya).”

Seringkali seseorang yang telah melakukan seks bebas dan berakibat fatal yaitu hamil diluar pernikahan akan muncul perasaan menyesal dan rasa bersalah (*guilty feeling*), adanya persaan berdosa, merasa malu pada orang lain bahkan pada diri sendiri. Perasaan menyesal yang berlarut-larut, lari dari kenyataan bahkan menghukum diri sendiri dan kemungkinan terburuk yaitu aborsi atau menggugurkan kandungan dan bunuh diri.

Kehamilan yang terjadi sebelum adanya pernikahan akan menimbulkan gangguan mental maupun fisik. Perbuatan tersebut tidaklah diinginkan dan tidak sesuai dengan kebudayaan timur (indonesia) karena budaya indonesia menginginkan virginitas sebagai sebuah “keharusan” untuk calon pasangan suami isteri.³⁷

b) Faktor-faktor hamil diluar nikah

³⁷ Farida, “Pergaulan Bebas dan Hamil Pranikah” *Jurnal Analisa Volume XVI No.01*. (Januari-Juni 2009), hlm. 130

Saat ini telah banyak dijumpai terjadinya kehamilan diluar pernikahan pada pasangan pemuda pemudi, sehingga menjadikan semacam tradisi yang sudah tidak bisa dibantah. Beberapa faktor terjadinya hamil diluar nikah sebagai berikut:

1) Cinta

Adanya rasa cinta dan saling suka adalah salah satu penyebab yang berpengaruh terjadinya hubungan seks sebelum pernikahan. Demi cinta hingga rela melakukan apasaja sekalipun mengorbankan keperawanan demi memuaskan hawa nafsunya.

Saat ini sering kita dengar sepasang manusia yang berpacaran melakukan hubungan intim, sering terjadi pula pengantin wanita yang sudah hamil bahkan sudah melahirkan sebelum terjadinya pernikahan.

2) Mencari kepuasan

Mencari kepuasan ini umumnya berlatar belakang dari kehidupan rumah tangga yang bermasalah, hambatan dalam melakukan hubungan suami isteri.

3) Penyaluran tuntutan psikologis

Penyaluran kebutuhan psikologis menjadi faktor selanjutnya, hal ini terjadi karena tuntutan dalam diri individu guna berhubungan dengan lawan jenisnya. Jika tuntutan ini tidak dapat diatasi atau di tahan dengan meredam keinginannya, maka individu tersebut berhubungan badan dengan orang lain dengan lawan jenis.

4) Faktor lingkungan (pengaruh media)

Media seperti televisi atau sosial media yang lain pun sering kali dicontoh oleh remaja dalam perilaku keseharian remaja. Seringkali saat menikmati tontonan tidak dipilah dan salah menempatkan, seperti halnya budaya barat yang disana hubungan sek dianggap biasa saja, berbeda dengan di Indonesia bahkan agama islam sendiri telah melarang keras.³⁸

4. Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Wanita Hamil Diluar Nikah

Kekuatan yang dimiliki individu adalah hal yang ditekankan pada terapi realitas untuk menentukan keputusan yang terbaik dalam permasalahan yang dihadapi, terapi realitas mengantarkan individu untuk mencapai kesadaran apa yang terjadi diwaktu sekarang, agar mencapai keberhasilan berupa penerimaan tanggung jawab pribadi dengan menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Pada penelitian ini terapi realitas untuk meningkatkan *self acceptance* (penerimaan diri) bagi wanita hamil di luar nikah. Terapi realitas yang digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri konseli dengan prosedur WDEP yaitu: 1) *wants* (keinginan), Konselor memulai dengan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang menjadi keinginan konseli saat ini, keinginan yang sebenarnya ingin dicapai oleh konseli. 2) *Direction/doing* (petunjuk/Arah dan melakukan), tahap dimana konseli mulai belajar mengidentifikasi perilaku yang menghambat dalam mencapai *wants* yang telah dipaparkan dalam

³⁸ Gatot Supramono, Segi-segi Hukum Luar Nikah, (Jakarta: Djambatan, 1998), hlm. 74

pertemuan sebelumnya. Serta mengidentifikasi alasan mengapa perilaku itu terus berkembang dan dipertahankan yang hal ini akan dikaitkan dengan perasaan bersalah yang dirasakan oleh konseli. Kemudian nantinya konselor akan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang konseli lakukan untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. 3) Evaluasi, individu diminta untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. 4) *Planning and commitment* (perencanaan dan komitmen), tahap dimana konseli membuat perencanaan dalam pencapaian keinginannya.

B. PENELITIAN TERDAHULU

1. Teknik Konseling Cognitive Restructuring untuk meningkatkan *Self Acceptance* (Penerimaan diri) bagi perempuan hamil diluar nikah di Pakal Barat Kecamatan Pakal Surabaya.

Diyana Fitriya Ningsih (2018). Skripsi. Surabaya. Fakultas dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

- a) Persamaan: penelitian yang dilakukan oleh Diyan Fitriya Ningsih, memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini yaitu sama-sama untuk meningkatkan *Self Acceptance* (Penerimaan diri) bagi perempuan yang mengalami kehamilan diluar nikah.
- b) Perbedaan: Perbedaan pada penelitian ini menggunakan Teknik Konseling Cognitive Restructuring, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menggunakan terapi

Realitas untuk meningkatkan *Self Acceptance* (penerimaan diri).

2. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Realitas Untuk Menangani Seorang Remaja Stress yang Hamil di luar nikah di Sampang Madura.

Ika Novitasari (2015). Skripsi. Fakultas dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

b) Persamaan: Proses konseling dalam penelitian yang dilakukan saudari Ika Novitasari memiliki persamaan dengan peneliti saat ini yaitu sama-sama menggunakan terapi realitas dalam mengatasi permasalahan hamil diluar nikah.

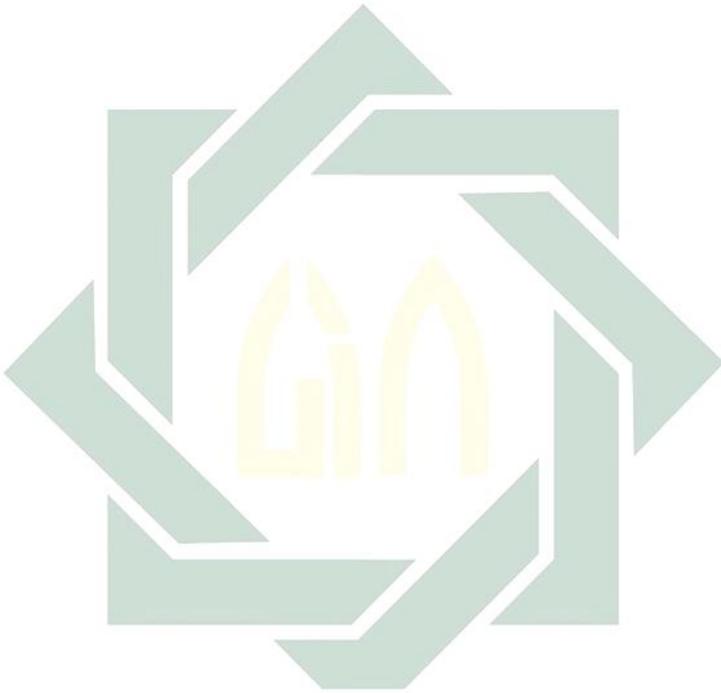
c) Perbedaan: Perbedaan yang mendasari pada penelitian ini adalah dalam penelitian saudari Ika Novitasari menangani remaja yang setres sedangkan penelitian yang sekarang meningkatkan *Self Acceptance* (Penerimaan diri) bagi perempuan yang mengalami kehamilan diluar nikah.

3. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam membentuk Keluarga Harmonis pada pasangan beda profesi di Desa Planggiran Kecamatan Tanjung Bumi Kabupaten Bangkalan. Zahroh Hilwatus (2019). Skripsi. Fakultas dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

a) Persamaan: Pada penelitian milik saudari Zahroh Hilwatus memiliki persamaan dalam penelitian kali ini, yaitu persamaan dengan terapi realitas

b) Perbedaan: perbedaan yang mendasari antara keuda penelitian ini terletak dalam membentuk keluarga harmonis, sedangkan penelitian yang

sekarang guna meningkatkan *Self Acceptance* (Penerimaan diri) bagi perempuan hamil diluar nikah.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini membahas permasalahan pribadi, sehingga penelitian ini akan mengkaji serta mendiskripsikan tentang terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Kecamatan Dau Kabupaten Malang. Adapun yang menjadi fokus penelitian ini adalah bagaimana proses meningkatkan penerimaan diri pada konseli.

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kualitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena atau kejadian yang dialami oleh subyek penelitian lebih dalam.³⁹ Pada jenis penelitian ini berupa studi kasus yaitu studi mendalam pada fenomena yang dideskriptifkan. Sebuah studi kasus terikat dengan waktu dan aktivitas, peneliti melakukan tahap pengumpulan data dalam waktu berkesinambungan.⁴⁰ Sehingga dalam penelitian ini, penulis menggunakan penelitian studi kasus, karena peneliti ingin melakukan penelitian secara mendalam terhadap konseli selama waktu tertentu untuk membantu konseli dalam meningkatkan penerimaan diri karena kasus hamil diluar nikah yang dialami konseli dalam penelitian ini.

B. Objek Penelitian

Objek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seorang remana perempuan yang berusia 20 tahun yang

³⁹ Abd. Rahman Ghazaly, *Fiqh Munakahat* (Bogor: Kencana. Prenada Media, 2003) hlm 124.

⁴⁰ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif, : Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 132.

tinggal di Desa Mulyoagung, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang.

Permasalahan yang sedang dialami oleh objek penelitian saat ini adalah rasa penerimaan diri konseli yang menurun, konseli tidak bisa menerima kondisi yang saat ini hamil diluar pernikahan. Konseli tidak bisa menerima kenyataan bahwa telah ada janin didalam kandungannya. Maha dari iru, melalui penelitian ini peneliti berharap dapat membantu konseli untuk meningkatkan penerimaan dirinya.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

a) Data Primer

Data yang diambil dari sumber pertama di lapangan, dan menjadi data utama bagi keberhasilan penelitian.⁴¹ Data primer dalam penelitian ini berupa deskripsi tentang latar belakang konseli, masalah konseli, perilaku konseli, dan proses terapi Realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di salah satu Universitas Swasta di Kota Malang.

b) Data Sekunder

Data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.⁴² Data sekunder diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan konseli, dan perilaku keseharian konseli.

2. Sumber Data

a) Data Primer

⁴¹ Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format- Format Kuantitatif dan Kualitatif*, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hlm. 126.

⁴² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 128.

Sumber data primer adalah sumber yang dimana data yang diperoleh didapatkan langsung dari konseli yang dilakukan penelitian oleh konselor.

b) Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data-datanya dapat diperoleh dari buku atau *significant other* untuk mendukung dan menunjang serta melengkapi data primer. Data ini berupa observasi, wawancara, dokumentasi yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan.

D. Tahap-tahap Penelitian

Dalam penelitian kualitatif terdapat 3 tahapan, yaitu:

1. Tahap Pra Lapangan

a) Menyusun Rancangan Penelitian

Dalam menyusun rancangan penelitian, peneliti membuat daftar atau susunan rencana penelitian sebelum terjun ke lapangan.

b) Memilih Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang dijadikan untuk objek penelitian Terapi Realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Dau Malang.

c) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Perlengkapan peneliti untuk disiapkan meliputi pedoman untuk melakukan wawancara, peneliti menyiapkan alat tulis, rekaman wawancara, dan semua yang berhubungan dengan penelitian untuk mendapatkan deksripsi data saat dilapangan.

d) Menelusuri Keadaan Lapangan

Menelusuri keadaan lapangan hal yang perlu diperhatikan oleh peneliti. Sebab dari sana peneliti mengenali lingkungan dari segala unsur

yang akan diteliti, dimulai dari lingkungan sosial, keadaan alam sekitar dan perlu memperhatikan perlengkapan penelitian saat dibutuhkan dilapangan. Dari keadaan lapangan, peneliti bisa menggumpulkan data lapangan untuk penujung penelitian.

2. Tahap pelaksanaan

Dalam tahap pelaksanaan ini adalah langkah-langkah yang akan dilaksanakan dalam pelaksanaan proses penelitian:

- a) Melakukan wawancara dan mengali informasi dengan konseli, orang tua konseli serta significant other lainnya.
- b) Melaksanakan terapi Realitas kepada konseli
- c) Melakukan observasi dengan konseli baik sebelum, ketika berjalannya proses konseling maupun sesudahnya.

3. Tahap Analisis

Pada tahapan analisis ini yaitu menganalisa data yang mana didapatkan dari tahap pelaksanaan yang dilakukan oleh peneliti yaitu menjawab segala pertanyaan yang sudah tertulis di lembar rumusan masalah. Pada tahap analisis data yang didalamnya meliputi hasil observasi, wawancara dengan konseli maupun *significant other*, proses pelaksanaan Terapi Realitas, hasil atau perkembangan setelah dilakukannya Terapi Reaitas dan hasil instrumen yang dilakukan oleh konseli.

4. Tahap Penulisan Laporan

Tahap penulisan laporan ini penulis menyusun laporan atau skripsi dari data yang sudah didapatkan sesuai prosedur penulisan laporan yang ada.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik observasi, dokumentasi, dan wawancara. Pedoman wawancara yang digunakan adalah pedoman wawancara terstruktur dan pedoman wawancara tidak terstruktur.⁴³ Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan oleh konselor untuk mendapatkan berbagai informasi atau data tentang perkembangan dan permasalahan individu melalui pengamatan dan partisipan. Dimana observasi partisipan ini peneliti melakukan pengamatan kepada individu dengan ikut menjadi bagian dalam aspek kehidupan individu yang di observasi dan juga ikut menjelajahi situasi yang sama dengan individu. Dari sini bisa juga menggali data dari significant other yang ada dalam lingkungan individu tersebut.

2. Metode Wawancara

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data tentang individu secara lisan dengan mengadakan hubungan secara langsung dengan informan (*face to face relation*)⁴⁴. Metode wawancara berlangsung dalam bentuk tatap muka dan tanya jawab agar peneliti mengetahui gerak dan mimik wajah individu tersebut sebab dari gerak dan

⁴³ Sanapiah Faisal, *Format-Format Penelitian Sosial*, (Jakarta : PT.Grafindo Persada, 2003), hlm.133.

⁴⁴ Bimo walgito, *Bimbingan dan Konseling Islam (Studi dan Karler* (Yogyakarta: Andi Offset,2010), hal,76

mimik wajah individu tersebut dapat melengkapi kata-kata verbal mereka. Dalam proses penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara tak terstruktur, yang akan mendapatkan data tentang profil yang diteliti, keseharian individu yang diteliti, latar belakang individu yang diteliti, corak pergaulan yang diteliti, suana dan lingkungan individu yang diteliti.

3. Metode Dokumentasi

Dokumentasi ialah setiap bahan tertulis ataupun film, lain yang tidak dipersiapkan karena adanya permintaan seorang penyidik.⁴⁵ Dokumentasi sudah lama digunakan dalam penelitian sebagai sumber data karena dalam banyak hal dokumentasi sebagai sumber data dimanfaatkan untuk menguji, menafsirkan, bahkan untuk meramalkan.⁴⁶ Metode dokumentasi ini digunakan untuk memperoleh data sumber yang stabil serta berguna untuk bukti penelitian.

F. Teknik Validitas Data

Dalam sebuah penelitian, adanya validitas data sangatlah penting dengan tujuan untuk membuktikan hasil yang diperoleh sudah sesuai dengan yang ada. Sehingga perlu diketahui bahwa kebenaran data dalam penelitian kualitatif ini tidak bersifat tunggal melainkan bersifat jamak serta tergantung pada konstruksi yang terjadi pada individu.⁴⁷

Validitas data adalah faktor untuk mendapatkan validitas data yang baik. Dalam penelitian ini

⁴⁵ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018), hlm. 216

⁴⁶ *Ibid*, hlm. 217

⁴⁷

menggunakan teknik validitas triangulasi, yaitu teknik yang merupakan untuk memeriksa data yang valid.

G. Teknik Analisis Data

Dalam proses menganalisa data, peneliti mulai menganalisis data konseli dan menganalisis proses konseling yang dilaksanakan. Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti akan menganalisis data dengan cara analisis deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data teori yang telah ada dengan data yang ada dilapangan serta membandingkan hasil sebelum dan sesudah proses konseling yang telah dilakukan.

Analisis data deskriptif kualitatif yaitu dengan cara mendeskripsikan secara detail makna atau fenomena yang diperoleh peneliti, dengan menunjukkan bukti-bukti yang ada.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang dijadikan objek penelitian kali ini akan dideskripsikan dengan jelas letak geografis wilayah penelitian. Hal ini bertujuan untuk dapat membantu peneliti dalam memahami serta menelaah lebih dalam permasalahan yang sedang dialami konseli. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil lokasi penelitian di Kota Malang tepatnya di Desa Mulyoagung Kecamatan Dau.

Mulyoagung yaitu salah satu desa di wilayah Kecamatan Dau yang terdiri dari beberapa dusun lainnya, yaitu Dermo, Sengkaling, Jetis, Jetak Ngasri dan Jetak. Desa mulyoagung ini terletak pada ketinggian tanah rata-rata kurang lebih 600 meter diatas permukaan laut, yang memiliki hawa sejuk karena letak daerahnya ada pada kawasan lereng gunung. Memiliki suhu rata-rata 20 derajat C dan menjadi salah satu dari 10 desa yang berada di kecamatan Dau dan berbatasan dengan Kabupaten Malang, Kota Malang dan Kota Batu dengan batas desa sebagai berikut:

Sebelah selatan: Desa Landungsari dan sungai Metro

Sebelah barat : Desa Sumbersekar dan Kota Batu

Sebelah timur : Kota Malang dan Desa Landungsari

Sebelah utara : Sungai Brantas dan desa Tegalondo

Penduduk Desa Mulyoagung secara keseluruhan menganut agama islam. Presentasi mencapai 90% dari 11840 jiwa penduduk. Masyarakat Desa ini menganggap pemuka agama atau biasa yang disebut Kyai adalah pilihan terbaik mencari jalan

menghadapi kehidupan. Pengetahuan agama masyarakat desa ini terlihat dari sisi kebiasaan warga dan tokoh agama memiliki peran penting dalam hal pemberian keputusan untuk kepentingan masyarakat.⁴⁸

2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan seorang yang memiliki peran membantu serta mengantarkan konseli untuk menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, membantu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki oleh konseli. Dalam penelitian ini yang menjadi konselor adalah peneliti sendiri.

a) Data Diri Konselor

Nama : Tri Ananda Novia Rizki Citra
TTL : Lamongan, 12 November 1998
Alamat : Desa Drajat, Kecamatan Paciran, Kabupaten Lamongan
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak ke : 3 dari 4 bersaudara
Status : Belum Menikah
Pendidikan : Mahasiswa Semester V Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Riwayat Pendidikan :

TK : TK ABA Banjarwati Paciran Lamongan
SD : MIM 15 Banjarwati Paciran Lamongan
SMP : SMP Negeri 2 Paciran Lamongan
SMA : SMAM 6 Paciran Lamongan

b) Pengalaman Konselor

Pengalaman menjadi guru terbaik dalam kehidupan, hal ini menunjukkan bahwa

⁴⁸ Hasil wawancara dengan bapak RT 02 Desa Mulyoagung

pengalaman dibutuhkan untuk kita mampu menyelesaikan suatu permasalahan. Dalam dunia konseling pula dengan bekal pengalaman kita mampu mempertajam pemahaman mengenai materi teoritis di bangku perkuliahan bahkan di luar perkuliahan atau lapangan. Sebagaimana konselor telah memperoleh beberapa pengalaman yang menjadi acuan guna melakukan sebuah penelitian untuk pengembangan potensi diri serta mengetahui sejauh mana materi-materi yang telah didapatkan di bangku perkuliahan.

Beberapa mata kuliah bertemakan konseling islam telah ditempuh konselor, seperti Dasar-dasar Bimbingan Konseling, Teori dan teknik Konseling, Bimbingan Konseling islam, Konseling Profetik, Keterampilan Komunikasi Konseling, Konseling Karir dan Industri, Hadist BKI, Konseling Rumah Sakit, Konseling Sekolah dan Madrasah, dan Konseling Spiritual. Bekal praktik juga telah didapati oleh konselor serta tugas observasi turun lapangan, diantaranya observasi di Pusat Pelayanan Terpadu (PPT) Provinsi Jawa Timur selama 2 minggu untuk belajar dan memahami bagaimana memberi solusi atau pelayanan terhadap korban kekerasan, khususnya terhadap perempuan dan anak. Kemudian konselor juga pernah melakukan Pengalaman Praktik Lapangan (PPL) di Dinas Sosial Tuban dalam bidang rehabilitasi sosial selama 2 bulan, hal ini bisa dijadikan mejadi pedoman untuk melaksanakan penelitian skripsi agar keahlian

konselor dapat berkembang serta diperbaiki agar lebih berhati-hati.

Pengalaman teoritis dan praktis yang telah didapati oleh peneliti menjadi bekal untuk melakukan penelitian kali ini, dengan harapan dapat bersikap asertif dengan baik sesuai dengan prosedur yang berlaku.

3. Deskripsi Konseli

a) Data Diri Konseli

Nama : Lestari (Nama samaran)
TTL : Malang, 04 Januari 2000
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Hobi : Bernyanyi
Cita-cita : Guru
Alamat Domisili : Mulyoagung no.4 Dau Malang
Alamat Asal : Jln Kenongo sari 6 no.30B Rt
04 Rw 02 Papelegi Waru
Sidoarjo
Anak ke : Pertama dari 2 bersaudara
Riwayat Pendidikan :
TK : TK Dharma Wanita
SD : SD Negeri Pepelegi
SMP : Mts Darul Ulum Waru
SMA : Pondok Pesantren Darussalam
Gontor Putri 2 Ngawi

b) Latar Belakang Konseli

1) Latar Belakang kepribadian

Konseli merupakan pribadi yang *humble* dan mudah bergaul, meskipun ia seringkali terlihat ceria tetapi konseli tidak mudah menceritakan masalah yang sedang dihadapi

kepada orang lain, ia lebih memilih untuk memendamnya sendiri selagi ia mampu menghadapi.

2) Latar Belakang Keluarga

Konseli berasal dari keluarga yang taat agama, ibunya sebagai guru madrasah di desanya yang dikenal sebagai ustadzah di lingkungan rumahnya. Konseli adalah anak pertama dari 2 bersaudara, tetapi adik konseli adalah anak angkat yang diasuh kedua orang tuanya semenjak umur kurang lebih 3 tahun. Hubungan antara konseli dengan orang tuanya sangat baik, saat konseli berada di tempat rantau sering memberi kabar kepada kedua orang tuanya.

3) Latar Belakang Pendidikan

Konseli adalah alumni pondok pesantren Gontor ditambah mengabdikan selama kurang lebih satu tahun. Sejak SD konseli sekolah berbasis agama islam, jadi pendidikan ilmu agama telah ia dapat sejak kecil.

4) Latar Belakang Ekonomi

Konseli berada pada keluarga yang terbilang cukup mampu dan berkecukupan. Ayah konseli adalah bos bengkel, memiliki beberapa cabang didaerahnya. Ibunya bekerja sebagai guru madrasah dan juga menjaga toko menjual aneka macam sembako di rumahnya.

5) Latar Belakang Agama

Konseli beragama islam, dalam hal ibadah konseli dapat dikategorikan sebagai anak yang memahami agama, dilihat dari latar belakang konseli lulusan pondok

pesantren. Konseli pandai mengaji. Kebiasaan saat dirumah melaksanakan sholat secara berjamaah.

6) Latar Belakang Lingkungan

Latar belakang lingkungan rumah konseli berada di tengah kota yang padat penduduk, dengan lebar gang rumahnya hanya sekitar 2 meter saja. Masyarakat desanya sangat damai dan tentram, serta mengedepankan gotong royong, kekeluargaannya sangat terjaga. Sehingga rukun tetangganya terjalin dengan baik.

Lingkungan tempat tinggal rantau konseli termasuk dalam kategori bebas, konseli bertempat tinggal di rumah kost yang tidak menerapkan jam malam, sehingga tidak ada pembatasan jam pulang atau keluar bagi penghuni kost tersebut.

c) Deskripsi Masalah Konseli

Masalah adalah bumbu kehidupan, tidak ada manusia yang tidak memiliki permasalahan, seperti halnya konseli sebagai manusia biasa yang tidak luput dari khilaf dan salah. Setiap manusia berbeda-beda dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya, ada yang mampu mengatasi permasalahannya sendiri adapula yang membutuhkan bantuan orang lain untuk menghadapi masalahnya dengan kemampuannya.

Pengumpulan data mengenai konseli serta latar belakangnya dilakukan konselor dengan menggunakan teknik observasi dan wawancara langsung dengan konseli dan

significant others. Dalam wawancara awal yang dilakukan, konseli datang dengan tanpa paksaan meminta bantuan kepada konselor, dalam kondisi terpuruk karena ia sedang hamil diluar nikah. Konseli datang pertama kali kepada konselor oktober 2020.

Konseli adalah mahasiswa semester 5 yang menempuh pendidikan disalah satu universitas Swasta di Kota Malang, sebelumnya konseli tidak pernah memiliki hubungan dengan lawan jenis, atau yang biasa disebut pacaran. Karena konseli saat SMA berada di pondok pesantren, sehingga ia hanya fokus pada pendidikan pesantrennya. Akhirnya pada saat ke-3 bulan hubungan mereka berjalan, konseli menyadari bahwa ternyata ia positif hamil.

Kehamilan tidak diinginkan terjadi lantaran ia tidak bisa mengontrol hasrat nafsunya dengan pacarnya. Keduanya melakukan hubungan seksual di kamar kontrakan milik pacarnya. Awalnya, konseli menyadari bahwa ia hamil saat ia menyadari ternyata masa haid konseli sudah telat melewati batas. Akhirnya konseli membeli alat pengecek kehamilan (*testpack*) tanpa sepengetahuan pacarnya, dan hasilnya konseli positif hamil.

Pada awalnya konseli tidak berani mengatakan hal ini kepada pacarnya karena saat melakukan hubungan seks, pacarnya telah menggunakan alat kontrasepsi (*kondom*), sehingga pacarnya telah yakin bahwasannya konseli tidak akan hamil. Konseli takut jika

pacarnya tidak mau bertanggung jawab atas kesalahan yang telah mereka berdua lakukan.⁴⁹

Selama 2 minggu, konseli menghadapi kenyataan dengan beban pikirannya sendiri. Kemudian ketika konseli memberanikan diri mengatakan kepada pacarnya, mereka berdua memutuskan untuk berusaha menggugurkan kandungan konseli. Konseli telah berusaha menggugurkan kandungannya dengan beberapa percobaan, diantaranya setiap malam ia memukul perut bagian bawahnya, memakan buah nanas dalam porsi yang sangat besar, meminum minuman yang mengandung soda dengan porsi yang sangat banyak, hingga meminum obat penggugur janin.

Segala usaha telah dilakukan, namun usaha yang dilakukan percuma dan gagal. Konseli merasa malu saat kandungannya semakin membesar. Konseli merasa terpukul dan rasa takut semakin menghantuinya. Ia sering menyakiti dirinya sendiri seperti memukul kepalanya dengan kedua tangannya secara terus menerus, menyiram air sekujur tubuhnya pada malam hari dikamar mandi, berjalan jauh sambil menangis. Bahkan beberapa kali konseli melakukan percobaan bunuh diri, seperti meminum obat-obatan dengan dosis yang tinggi dibarengi dengan meminum minuman bersoda. Konseli juga mencoba bunuh diri dengan membenturkan kepalanya di tembok kamar mandi kosnya, akan

⁴⁹ Hasil Wawancara dengan konseli 15 November 2020

tetapi hal ini diketahui oleh teman kosnya dan berhasil dicegah.

Meskipun konseli adalah seorang yang *humble* dan mudah bergaul, tetapi ia jarang sekali menceritakan permasalahannya kepada orang lain dan memilih memendam masalahnya sendiri. Konseli hanya membagikan ceritanya kepada beberapa orang yang sangat dipercayainya. Kondisi yang dialami sulit sekali diterima oleh konseli, kenyataan bahwa ada bayi yang sedang ia kandung tanpa ikatan pernikahan yang sah, serta ketakutan-ketakutan yang menghantuinya seperti amarah dan rasa kecewa yang luar biasa jika kedua orang tua mengetahui apa yang akan terjadi pada dirinya saat ini, serta tanggapan tetangga dan teman-teman yang mengenal konseli sebagai pribadi yang baik dan mengerti agama.

Konseli merasa takut akan masa depan yang akan konseli terima, sikap orangtua jika mengetahui kenyataan tentang dirinya, tanggapan tetangga dan teman-temannya yang kecewa akan kesalahan dirinya. Bahkan ketakutan untuk tidak bisa melanjutkan kuliahnya⁵⁰.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri pada wanita hamil diluar Nikah di Mulyoagung Dau Malang

Tahapan penyajian data dalam penelitian ini, konselor atau peneliti menggunakan metode

⁵⁰ Hasil Wawancara dengan konseli 16 November 2020

penelitian kualitatif, dimana metode kualitatif ini menghasilkan data deskriptif yaitu berupa uraian dari perilaku konseli yang telah diamati. Data-data yang telah diperoleh dari lapangan dideskripsikan peneliti melalui fokus penelitian, yaitu meningkatkan diri dengan terapi realitas.

Dalam hal ini yang menjadi sasaran penelitian adalah perubahan pola pikir konseli yang irasional menjadi rasional serta penerimaan diri konseli terhadap kenyataan yang sedang dialaminya. Sebelum konselor melakukan proses konseling dengan konseli, konselor melakukan perjanjian dengan konseli untuk saling percaya dan terbuka, karena kedatangan konseli kepada konselor tidak ada paksaan dan dengan keinginan konseli sendiri. Agar dalam pelaksanaan proses konseling berjalan dengan baik dan nyaman hingga konseli dapat mengatasi permasalahannya dan memperoleh perubahan yang lebih baik kedepannya.

Pengumpulan data konseli melalui observasi dan wawancara kepada konseli maupun *significant other* . Tahapan-tahapan yang dilakukan dalam proses konseling sebagai berikut:

a) Identifikasi masalah

Langkah awal dalam menjalankan proses konseling adalah identifikasi masalah. Dalam hal ini konselor menggali permasalahan konseli dengan menciptakan suasana yang nyaman antara keduanya agar konseli bisa bebas mengungkapkan apa yang dirasakannya. Berikut ini adalah data yang diperoleh dari beberapa sumber:

- 1) Data dari konseli

Awalnya konseli datang kepada konselor dengan keinginannya sendiri, dalam situasi kacau dan bingung apa yang harus dilakukannya karena ketakutannya. Kepada konselor, konseli mengaku telah melakukan sebuah kesalahan fatal yaitu melakukan hubungan seks pra-nikah dengan pacarnya. Hal tersebut terjadi di kontrakan milik pacarnya. Mereka melakukan seks atas dasar suka sama suka, namun keduanya tidak memikirkan kemungkinan resiko yang akan terjadi jika ternyata konseli positif hamil. Mereka mengira bahwa konseli tidak akan hamil karena pacarnya sudah memakai alat kontrasepsi (*kondom*). Kehamilan yang terjadi pada dirinya membuat ia melakukan beberapa kali percobaan bunuh diri, karena ia tidak bisa menerima kenyataan yang terjadi.

Setelah beberapa usaha untuk menggugurkan kandungannya gagal, konseli tidak tau lagi apa yang harus dilakukannya. Konseli tidak berani mengatakan yang sebenarnya kepada kedua orang tuanya di rumah. Konseli memilih untuk tinggal berbulan-bulan di kota rantauannya dan tidak pulang sama sekali karena takut jika orang tuanya mengetahui bahwa kondisi konseli saat ini sedang hamil. Disisi lain, konseli tetap ingin melanjutkan kuliahnya. Ia takut jika setelah keluarga mengetahui keadaannya, ia tidak boleh melanjutkan kuliahnya karena rasa malu keluarganya dan diminta menikah. Keluarga

konseli dipandang baik oleh masyarakat sebagai keluarga yang paham agama dan dihormati, jadi ia tidak bisa membayangkan apa yang akan terjadi jika kedua orang tuanya yang menganggap konseli sebagai anak yang berbakti melakukan hubungan seks diluar nikah.⁵¹

2) Data dari teman kos konseli

Selain menggali data dari konseli, konselor juga menggali informasi dari teman kos konseli terkait permasalahan yang dialami konseli saat ini.

Menurut penjelasan dari teman kos konseli, konseli sering dijemput pacarnya keluar malam dan tidak tidur dikosnya. Biasanya, konseli pulang saat pagi di hari berikutnya hanya untuk mengambil baju ganti. Hal ini berbeda seperti saat awal semester dulu, konseli jarang keluar kos jika tidak ada keperluan penting seperti kerja kelompok.

Teman kos konseli juga memaparkan bahwa konseli adalah seseorang yang ceria dan mudah bergaul, akan tetapi akhir-akhir ini ia terlihat murung dan mengurung diri dikamarnya. Teman kos konseli juga mengatakan bahwa ia pernah melihat konseli membawa beberapa plastik berisikan buah nanas yang sudah dikupas kulitnya. Saat ia bertanya pada konseli, konseli tidak menjawab apa alasan ia

⁵¹ Hasil Wawancara dengan Konseli pada 16 November 2020

memakan buah nanas dalam porsi yang banyak.⁵²

3) Data dari teman kuliah konseli

Selain melakukan wawancara bersama teman kos konseli, konselor mencoba menggali informasi mengenai konseli bersama teman kuliahnya. Meskipun saat ini kuliah dilakukan dengan *daring*, tetapi mereka sering bertemu untuk berdiskusi tugas. Teman kuliah konseli mengatakan bahwa konseli adalah pribadi yang mudah akrab dengan sesama, dan selalu berusaha terlihat ceria meskipun terkadang ketika sedang memiliki masalah ia jarang sekali mengakui dan menceritakan masalahnya. Pada saat itu teman kuliah konseli merasakan perbedaan dari tingkah laku konseli. Sebelum mengetahui konseli hamil, teman kuliah konseli mengatakan bahwa konseli sering murung dan tiba-tiba diam saja. Saat ditanya konseli selalu menjawab tidak ada apa-apa. Suatu ketika konseli pernah bertanya mengenai cara aborsi serta bertanya mengenai obat apa yang bisa menggugurkan kandungan. Konseli minta tolong untuk dicarikan orang ahli dalam bidang menggugurkan kandungan.⁵³

4) Data dari pacar konseli

Selain dari konseli, konselor juga mendapat data dari pacar konseli. Dalam hal ini pacar konseli dengan suka rela datang

⁵² Hasil wawancara dengan teman kos konseli pada 18 November 2020

⁵³ Hasil wawancara dengan teman kuliah konseli 19 November 2020

kepada konseli, ia meminta tolong untuk membuka pikiran konseli agar tidak nekat melakukan bunuh diri lagi dan dapat menerima kondisinya. Kegagalan atas usaha yang telah mereka lakukan untuk menggugurkan kandungan ia harap dapat diterima oleh konseli. Pacar konseli siap bertanggung jawab dan menikahi konseli, tetapi konseli masih berat hati dan merasa takut. Dengan perasaan menyesal saat itu ia mengatakan *“citra, tolong bantu aku nenangin dia dan jangan biarkan dia berusaha bunuh diri lagi. Aku sudah siap tanggung jawab, tapi dia masih sulit menerima kenyataan ini”*.⁵⁴

5) Data dari ibu konseli

Selain melakukan wawancara dari teman-teman konseli dan pacar konseli, konselor juga memberi pertanyaan untuk menggali informasi lebih lanjut mengenai konseli kepada ibu konseli. Kedekatan yang dijalin konseli dengan ibunya sebelumnya sangat baik. Berbeda, saat akhir-akhir ini konseli seperti menjauh dari ibunya tidak pernah memberi kabar via telepon.

Ibu konseli mengatakan bahwa konseli adalah anak yang pintar dan berbakti kepada kedua orang tuanya, selalu bersikap baik dengan sesama. Akhlaknya baik dan pintar dalam bidang agama. Saat dirumah konseli selalu mengikuti sholat jamaah dimasjid bersama ibu dan abinya. Dirumah, konseli

⁵⁴ Hasil Wawancara kepada pacar konseli 25 Oktober 2020

dikenal sebagai ustadzah, karena sering mengamalkan ilmu agamanya kepada anak-anak kecil didesanya dengan les privat mengaji.

b) Diagnosis

Setelah melakukan beberapa penggalian data dari konseli dan *significant other* mengenai data konseli. Konselor dapat mengetahui faktor-faktor penyebab konseli tidak bisa menerima dirinya saat ini. Berikut ini hasil kesimpulan dari identifikasi masalah yang telah konselor analisis.

Penyebab menurunnya penerimaan diri konseli antara lain:

- 1) Konseli tidak bisa menerima kenyataan bahwa dirinya hamil diluar nikah
- 2) Konseli berusaha menggugurkan kandungannya
- 3) Konseli putus asa hingga berusaha mengakhiri hidupnya
- 4) Konseli selalu menyesali perbuatannya dengan menangis
- 5) Konseli tidak berani bilang kepada orang tuanya karena takut akibat yang akan ia hadapi
- 6) Konseli tidak mau bersosialisasi

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dilakukan sebelumnya, konselor dapat menetapkan permasalahan utama konseli yaitu tidak bisa menerima dirinya dan kenyataan bahwa ia dalam kondisi hamil tanpa ikatan pernikahan yang sah. Sehingga menyebabkan 6 point yang telah disebutkan diatas.

c) Prognosis

Berdasarkan data yang diperoleh dari identifikasi masalah serta diagnosa, konselor telah dapat menetapkan bahwa rasa penerimaan pada diri konseli yang rendah. Sulitnya menerima kenyataan bahwa kondisi yang ia alami saat ini adalah telah positif hamil dan mengandung anak dari pacarnya adalah hasil dari hubungan yang ia jalin sebelum adanya ikatan pernikahan. Serta ketakutan konseli untuk berkata jujur kepada kedua orang tuanya, konseli tidak siap menerima konsekuensi yang akan terjadi kedepannya.

Dalam hal ini konselor memberikan bantuan *treatment* dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri konseli. Untuk merubah pikiran irasional konseli menjadi rasional, agar konseli dapat bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan menerima kenyataan yang sedang dihadapinya.

d) Terapi/ Treatment

Terapi atau *treatment* yaitu proses pemberian bantuan yang diberikan konselor kepada konseli untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami konseli. Dalam hal ini konselor menggunakan Terapi realitas sebagai *treatment* yang diberikan kepada konseli. Alasan konselor menggunakan terapi ini karena konselor beranggapan bahwa terapi ini cocok untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami konseli, yaitu konseli tidak bisa menerima kenyataan bahwa dirinya sekarang dalam kondisi hamil diluar nikah.

Terapi realitas akan membantu konseli menyadari akan keadaannya saat ini, dengan tanggung jawab konseli dan pikiran yang rasional. Dalam proses konseling kali ini dengan terapi realitas menggunakan prosedur WDEP yaitu *wants, direction and doing, evaluation, dan planning*. Model prosedur ini menyediakan kerangka kerja untuk mengatur tahapan atau sesi terapi. Berikut uraian terapi realitas:

1) *Wants* (ingin/keinginan)

Dalam hal ini konselor mengeksplorasi keinginan atau tujuan yang diinginkan konseli. Dalam tahap ini individu diharapkan dapat memahami apakah harapan yang diinginkan sejalan dengan apa yang dibutuhkan konseli.

Tahap *wants* ini menjelajahi keinginan, kebutuhan, dan persepsi. Terapis melakukan eksplorasi terhadap harapan, kebutuhan dan persepsi dari individu. Pertanyaan yang dapat diberikan kepada individu yaitu “*apa yang kamu inginkan?*”. Dalam tahap ini individu diharapkan dapat memahami apakah harapan yang diinginkan sejalan dengan kebutuhannya.

Pelaksanaan konseling dalam tahapan *treatment* dengan konseli, dimulai pada tanggal 8 desember 2020. Konselor memulai dengan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang menjadi keinginan konseli saat ini dan keinginan yang sebenarnya ingin dicapai oleh konseli. Konseli mengatakan bahwa ia ingin menerima dirinya kembali dengan

kenyataan yang ada pada dirinya serta menjalani kehidupan yang semestinya tanpa perasaan menyesal dan ketakutan. Konseli menceritakan bahwa dirinya dihantui rasa bersalah dan takut, pikiran-pikiran negatif yang ada pada dirinya mengenai hal yang akan terjadi kedepannya. Konseli kecewa dengan dirinya sendiri dan bahkan konseli tidak menyangka telah mengandung bayi dari perbuatannya. Dari sini konseli memaparkan segala keinginan konseli untuk bisa bangkit dari keterpurukan, dengan tidak selalu menyesali perbuatannya sehingga ia bisa bangkit dan berani bersosialisasi kembali. Setelah konseli mengungkapkan perihal harapan yang diinginkannya, konselor melanjutkan bertanya mengenai harapan keluarga terhadap dirinya. Konseli memaparkan bahwa *“aku anak pertama mbak, seharusnya aku bisa menjadi kebanggaan bukan mengecewakan seperti ini”* dalam proses ini konseli memperlihatkan dirinya yang penuh dengan penyesalan dan kesedihan. Raut wajah konseli terlihat murung dan bingung, bahkan sesekali ia meneteskan air mata saat mengungkapkan keinginannya untuk bisa menerima kenyataannya saat ini. Tetapi yang dirasakan konseli ia masih tetap ingin mengakhiri hidupnya, karena kekecewaannya tidak berhasil menggugurkan kandungannya yang berusia jalan 4 bulan ini. Konseli juga memaparkan bahwa dirinya tetap ingin melanjutkan kuliahnya, ia takut jika orang

tuanya tau maka ia akan dipaksa untuk menikah dan berhenti kuliah. “*aku masih pengen melanjutkan kuliah mbak, oleh karena itu sampai saat ini aku masih berusaha menggugurkan kandungan tapi ternyata kata dokter bayi dalam kandunganku ini kuat*” konseli memaparkan bahwa saat ia merasakan sesuatu dalam kandungannya setelah berusaha menggugurkan, ia mencoba periksa dan dokter mengatakan bahwa bayi yang ada dalam kandungannya kuat. Setelah beberapa keinginan telah di ungkapkan oleh konseli, konselor mengajak konseli untuk melakukan pertemuan selanjutnya guna melanjutkan proses konseling.

2) *Direction and Doing* (petunjuk/arah dan melakukan)

Terapi ini menekankan pada perilaku saat ini, bukan pada masa lalu. Sehingga pada tahap ini dapat diajukan pertanyaan “Apa yang kamu lakukan sekarang?”. Meski adanya suatu permasalahan bisa berakar dari pengalaman pada masa lalu, tetapi individu perlu belajar untuk berdamai dengan masa lalunya dan menunjukkan perilaku lebih baik untuk mencapai keinginannya.

Pelaksanaan konseling pada tahap ini dilakukan pada tanggal 10 desember, tahap dimana konseli mulai belajar mengidentifikasi perilaku yang menghambat dalam mencapai *wants* yang

telah dipaparkan dalam pertemuan sebelumnya. Serta mengidentifikasi alasan mengapa perilaku itu terus berkembang dan dipertahankan yang hal ini akan dikaitkan dengan perasaan bersalah yang dirasakan oleh konseli. Kemudian nantinya konselor akan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang konseli lakukan untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi.

Konselor mulai mengajak konseli mengidentifikasi setiap perilaku kurang efektif yang ia lakukan dalam mencapai *wants*, serta akibat yang ditimbulkan oleh perilaku konseli dalam keadaan emosi. Dalam hal ini konseli memaparkan bahwa ia ingin mengakhiri hidupnya, karena tidak siap dengan konsekuensi yang akan terjadi, beberapa usaha untuk bunuh diri yang dilakukan gagal karena ada salah satu teman yang mengetahuinya. *“pada saat itu saya sangat bingung dengan keadaan ini, penyesalan yang berlarut dan rasa takut untuk melanjutkan hidup mbak”*, usaha kedua yang ia lakukan untuk bunuh diri juga gagal karena perlahan ia sadar dan terbesit rasa tidak tega dengan bayi yang telah ada dalam kandungannya. Kemudian beberapa kali ia melakukan usaha untuk aborsi, karena ia benar-benar menolak bayi yang ada pada kandungannya. Setelah banyak usaha yang ia lakukan tetapi tidak ada hasilnya, kemudian konselor bertanya kepada konseli mengenai apakah cara yang ia usahakan dapat menyelesaikan

permasalahannya, konseli mengatakan bahwa ia tidak bisa berfikir panjang karena kondisinya yang menyebabkan hanya rasa takut dan kecewa yang ada dipikirkannya. Dalam hal ini konselor mencoba menenangkan konseli dengan cara mengajak konseli untuk beristighfar dengan menarik nafas perlahan. Serta mengajak kembali dan bertaubat kepada Allah, karena hanya Allahlah yang dapat menenangkan hatinya saat ini, sefatal apapun kesalahan seorang hamba Allah akan mengampuninya jika mau bertaubat. Saat konseli telah sedikit tenang dengan harapan konseli tidak gegabah dalam mengambil keputusan.

Konselor mulai memotivasi menyadarkan konseli bahwa manusia pasti akan melakukan kesalahan, tetapi setiap kesalahan dapat diambil hikmah dan pelajaran. Allah SWT akan mengampuni setiap hambaNya yang mau bertaubat, dalam hadist riwayat Tirmidzi 2499

كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَّاءٌ وَخَيْرُ الْخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ

“Setiap anak adam pasti berbuat salah dan sebaik-baik orang yang berbuat salah adalah yang bertaubat”⁵⁵

Kemudian konseli mulai berdamai dengan keadaannya dan mulai terbuka pikirannya. Ia berpikir bahwa jika tidak segera mengatakan yang sebenarnya kepada orang tuanya, maka akan terjadi kemungkinan yang lebih buruk pada calon

⁵⁵ HR. Tirmidzi no. 2499.

bayinya. Ia juga butuh melanjutkan hidup, berubah menjadi pribadi yang lebih baik, dan belajar atas kesalahan yang telah diperbuatnya.

Setelah konseli menyadari ketakutan itu berasal dari pikirannya sendiri, padahal dalam kenyatannya dia belum mencoba melakukannya sehingga pada akhirnya konseli sadar dan mencoba meyakinkan dirinya untuk segera pulang dan bilang kepada kedua orang tua. Konseli ingin bertaubat dan memperbaiki kesalahannya kemudian menjalani kehidupannya dengan tenang tanpa rasa takut. Agar konseli berani bilang keada kedua orang tuanya, onseli siap untuk dinikahkan, tetapi tetap bisa melanjutkan kuliahnya. Karena adanya pandemi kuliah dilaksanakan secara daring, jadi dia bisa tetap dirumah merawat dirinya dan calon bayinya.

3) *Evaluation*

Tahap evaluasi ini individu diminta untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini dapat dilakukan dengan memberi pertanyaan “Apakah perilaku kamu saat ini cukup rasional untuk mengantarkan pada keinginanmu?” “Apakah perilakumu mewujudkan apa yang menjadi keinginanmu?”. Pada tahapan ini konselor mengonfrontasikan individu mengenai konsekuensi yang diperoleh dari perilakunya.

Dalam tahap ini dilakukan pada 11 Desember, konselor mengarahkan konseli tentang pentingnya menghilangkan rasa menolak dirinya. Konselor mulai bertanya tentang apakah keputusan yang akan ia lakukan akan membantu ia mencapai keinginannya, *“iya mbak, sepertinya ini yang memang harus saya lakukan, semakin lama menunda bayi ini akan tetap tumbuh mbak dan aku harus merawatnya karena ini darah dagingku”*

Setelah konselor membantu konseli mengevaluasi mengenai keputusannya, konselor memotivasi konseli untuk memaafkan dirinya dan berhenti menyesali masa lalu. Dengan meningkatkan kembali nilai spiritual konseli, karena pada dasarnya konseli paham dan mengerti perbuatannya adalah hal yang keliru dan di benci Allah SWT, konseli merasa lalai dan terjerumus karena tidak istiqomah dalam beribadah kepada Allah, permasalahan yang ia alami adalah menjadi cambuk untuk konseli lebih mendekati diri lagi kepada Allah SWT.

4) *Planning and Commitment* (perencanaan dan komitmen)

Bersama dengan konselor diharapkan individu berkomitmen untuk melaksanakan rencana yang telah disusun. Dalam tahapan ini konselor tetap memberi pengawasan, dengan demikian apabila individu belum menunjukkan komitmennya maka konselor mengingatkan akan tanggung jawab terhadap tindakan serta pilihannya.

Tahap ini dilakukan pada 12 Desember. Konselor bertanya mengenai apa yang konseli rencanakan kedepannya untuk mewujudkan apa yang menjadi harapan konseli. Konseli memaparkan bahwa ia akan berusaha menerima dirinya saat ini dan kenyataan bahwa ia kini mengandung anak darah dagingnya, dengan berhenti usaha untuk menggugurkan kandungannya. Konseli akan mempertanggungjawabkan keadaannya saat ini dengan melanjutkan hidup dan mengatakan kepada orang tuanya mengenai keadaannya saat ini. Serta akan menerima konsekuensi yang akan ia dapat nantinya dengan memberanikan diri kembali bersosialisasi tidak hanya mengurung dirinya di dalam kamar.

Konseli juga mulai mengatur sholat 5 waktu yang kemarin sempat ia tinggalkan. Dalam proses penyesalannya konseli juga menambah ibadah sunnah untuk meminta ampunan kepada Allah SWT. Konseli butuh waktu untuk memantapkan dirinya dan berencana untuk pulang dan mendiskusikan kepada kedua orang tuanya pada *weekend* di akhir desember.

e) Evaluasi dan Follow up

Tahap evaluasi adalah tahap akhir dalam pelaksanaan proses konseling, yang bertujuan untuk melihat hasil perkembangan konseling realitas terhadap konseli.

Setelah melakukan proses konseling, perubahan terjadi bertahap pada konseli. Perlahan konseli dapat menerima dirinya,

menerima kenyataan yang ada pada dirinya. Hal ini terlihat dari beberapa perilaku konseli yang menunjukkan bahwa ia mulai merenungi apa yang terjadi. Perlahan ia mulai berani untuk mengambil beberapa keputusan, diantaranya konseli sudah mau pulang dan berencana untuk mengatakan kehamilannya kepada orang tuanya.

Konseli perlahan bisa mengendalikan dirinya untuk berfikir positif, konseli mulai percaya bahwa Allah maha menerima taubat bagi hambaNya yang mau mengakui kesalahan dan siap menerima konsekuensi yang akan ia dapat. Berikut perubahan yang terlihat pada diri konseli sebelum dan sesudah melakukan proses konseling dengan terapi realitas:

1) Kondisi sebelum melakukan proses konseling

Saat sebelum melakukan proses konseling, konseli datang kepada konselor dengan kondisi kacau dan bersedih bingung dengan apa yang harus ia lakukan. Konseli tidak bisa menerima keadaan yang terjadi pada dirinya dan bayi yang ada dalam kadungannya. Konseli mencari berbagai cara untuk menggugurkan kandungannya, bahkan konseli berusaha untuk mengakhiri hidupnya dengan beberapa kali berusaha untuk bunuh diri.

Konseli selalu murung karena tidak siap akan konsekuensi yang akan terjadi pada dirinya dan tidak berani mengatakan kebenarannya kepada orang tuanya. Konseli takut membuat orang tuanya kecewa dan marah besar terhadapnya. Ia berpikiran bahwa orang tuanya akan memaksa ia

menikah dan tidak diizinkan untuk melanjutkan kuliah.

Konseli tidak siap akan tanggapan-tanggapan orang terhadapnya, yang notabene adalah lulusan pondok tetapi melakukan seks dan hamil diluar nikah.

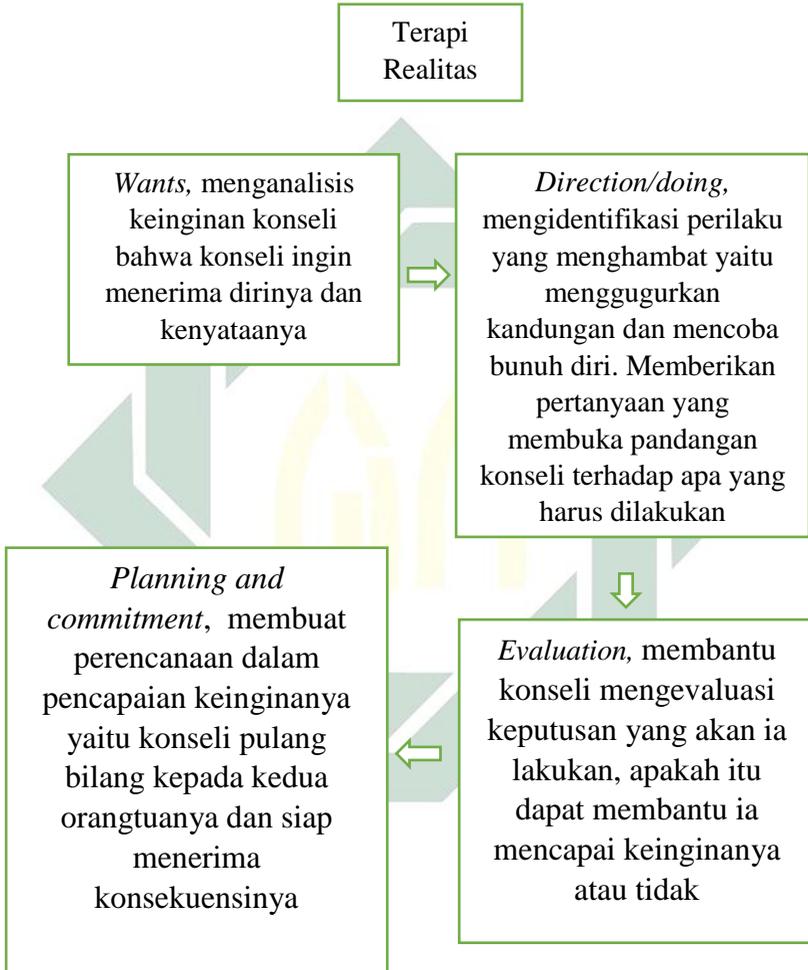
2) Kondisi setelah melakukan proses konseling

Meskipun dengan proses yang panjang dan perlahan konseli akhirnya mau menerima dirinya dan siap menerima konsekuensi yang akan terjadi kedepannya. Terlihat dari konseli menghilangkan niat untuk menggugurkan kandungannya dan keputusannya yang siap pulang dan bilang kepada orangtuanya.

Pada akhirnya setelah konseli memantapkan hatinya dan mempertimbangkan untuk pulang dan bilang kepada orang tuanya, ia memberanikan diri untuk pulang kerumahnya pada tanggal 20 desember. Pada saat itu konseli memberi kabar kepada konselor via telepon WhatsApp pada siang hari sebelum ia berangkat pulang di sore harinya.

Tabel 4.1

Proses Terapi Realitas



Analisis proses terapi realitas :

Tahapan terapi realitas yang telah dipaparkan di atas adalah proses pertama yaitu *wants* (keinginan), Konselor memulai dengan mengajukan pertanyaan

mengenai apa yang menjadi keinginan konseli saat ini, keinginan yang sebenarnya ingin dicapai oleh konseli. Bahwa disini konseli ingin dapat menerima dirinya dan kenyataan yang terjadi pada dirinya serta melanjutkan kehidupan seperti biasanya. Konseli berharap ia tetap bisa menjadi kebanggaan keluarganya. Kedua yaitu *Direction/doing* (petunjuk/Arah dan melakukan), tahap dimana konseli mulai belajar mengidentifikasi perilaku yang menghambat dalam mencapai *wants* yang telah dipaparkan dalam pertemuan sebelumnya. Serta mengidentifikasi alasan mengapa perilaku itu terus berkembang dan dipertahankan yang hal ini akan dikaitkan dengan perasaan bersalah yang dirasakan oleh konseli. Kemudian nantinya konselor akan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang konseli lakukan untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Ketiga yaitu Evaluasi, individu diminta untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. Keempat yaitu *Planning and commitment* (perencanaan dan komitmen), tahap dimana konseli membuat perencanaan dalam pencapaian keinginannya.

2. Deskripsi Hasil Terapi Realitas untuk meningkatkan Penerimaan diri pada wanita hamil diluar Nikah di Mulyoagung Dau Malang

Setelah berbagai tahapan proses konseling dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri pada konseli berjalan dengan baik, konselor mendapatkan hasil bahwa konseli perlahan bisa menerima dirinya. Pernyataan ini terbukti dari hasil *treatment* yang telah dilaksanakan.

Saat sebelum dilakukannya proses konseling dengan terapi realitas kepada konseli, konseli tidak bisa menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya serta rasa ketakutan yang berlebihan sehingga konseli selalu ingin menggugurkan kandungannya bahkan mengakhiri hidupnya. Konseli merahasiakan kehamilannya dari kedua orang tuanya, karena rasa takut konseli atas kekecewaan orang tuanya serta ketakutan konseli jika akan dinikahkan dan tidak boleh melanjutkan kuliah. Hal ini dibuktikan dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan konselor.

Adapun hasil yang telah diperoleh dari proses konseling adalah penerimaan diri yang terlihat dari konseli, konseli perlahan bisa menerima dirinya serta kenyataan yang terjadi pada dirinya. Konseli memberhentikan usahanya untuk menggugurkan kandungannya. Konseli kemudian sadar dan mau untuk pulang kerumah dan jujur kepada kedua orang tuanya. Konseli telah siap menerima konsekuensi yang akan terjadi.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

Penelitian yang konselor gunakan adalah analisis diskriptif komparatif, yang artinya teknik analisis data yang gunanya untuk membandingkan pelaksanaan konseling saat di lapangan dengan teori yang ada. Konselor akan memaparkan perbandingan dengan uraian deskripsi dan tabel sebagai berikut:

1. Perspektif Teori

Proses pelaksanaan konseling yang telah dilaksanakan konselor terdapat lima tahapan, mulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*/terapi, evaluasi dan *follow up*. Deskripsi analisis dalam bentuk perbandingan data teori dan data empiris atau lapangan yang telah dilaksanakan sebagai berikut:

Tabel 4.2
Perbandingan data teori dan data empiris

No	Data Teori	Data Empiris
1.	Identifikasi masalah Pengidentifikasian masalah adalah mengelompokkan permasalahan-permasalahan yang telah diperoleh dari informan selama wawancara dan observasi konseling, pengumpulan data yang didapat dari sumber data primer yaitu konselor	Tahap identifikasi yang telah dilaksanakan dalam proses konseling ini dimulai dari wawancara dengan konseli dan significant other yaitu teman kos konseli, teman kuliah konseli, pacar konseli serta ibu konseli. Data yang diperoleh bahwa konseli telah

	<p>sendiri serta sumber data sekunder berasal dari teman konseli, pacar konseli dan ibu konseli.</p>	<p>melakukan kesalahan fatal yang mengakibatkan konseli hamil diluar nikah, hal ini mengakibatkan konseli tidak dapat menerima kenyataan yang terjadi pada diri konseli, hingga akhirnya konseli berusaha menggugurkan kandungannya bahkan mengakhiri hidupnya. Konseli tidak siap akan konsekuensi yang terjadi, ketakutan konseli untuk bilang kepada orang tuanya serta ketakutan konseli untuk tidak melanjutkan kuliah jika pada akhirnya ia akan dinikahkan.</p>
2.	<p>Diagnosis</p> <p>Diagnosis merupakan langkah menetapkan latar belakang permasalahan atau faktor penyebab munculnya</p>	<p>Setelah dilakukannya identifikasi masalah, konselor dapat menetapkan permasalahan yang sedang dihadapi konseli berdasarkan data yang telah</p>

	permasalahan yang sedang dialami konseli.	didapat dari hasil wawancara dan observasi, yaitu menurunnya penerimaan diri konseli. Konseli tidak bisa menerima kenyataan bahwa ia dalam kondisi hamil diluar nikah. Konseli menolak kenyataan dirinya hingga putus asa ingin mengakhiri hidupnya.
3.	Prognosis Merupakan penentuan jenis bantuan atau terapi yang tepat untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi.	Dalam hal ini konselor memberikan bantuan <i>treatment</i> dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri konseli. Untuk merubah pikiran irasional konseli menjadi rasional, agar konseli dapat bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan menerima kenyataan yang sedang dihadapinya.
4.	<i>Treatment</i> /terapi pelaksanaan	Pada tahap ini konselor

	<p>pemberian bantuan serta bimbingan dari permasalahan yang telah ditentukan pada tahap prognosis</p>	<p>menggunakan bimbingan konseling islam dengan terapi realitas sebagai treatment yang diberikan kepada konseli. Alasan konselor memberikan terapi realitas karena terapi ini cocok untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami oleh konseli. Dengan menfokuskan pada masalah yang sedang dialami sekarang, dengan mengantarkan konseli pada pikiran yang rasional. Terapi ini yang menekankan pada kekuatan pribadi yang dimiliki individu, terapi yang mengantarkan individu untuk mencapai kesadaran apa yang terjadi pada waktu sekarang, mencapai keberhasilan yang berupa penerimaan</p>
--	---	---

		<p>tanggung jawab pribadi dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Adapun prosedur dalam proses konseling ini yaitu menggunakan WDEP, yaitu: 1) <i>wants</i> (keinginan), Konselor memulai dengan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang menjadi keinginan konseli saat ini, keinginan yang sebenarnya ingin dicapai oleh konseli. 2) <i>Direction/doing</i> (petunjuk/Arah dan melakukan), tahap dimana konseli mulai belajar mengidentifikasi perilaku yang menghambat dalam mencapai <i>wants</i> yang telah dipaparkan dalam pertemuan sebelumnya. Serta mengidentifikasi alasan mengapa</p>
--	--	--

		<p>perilaku itu terus berkembang dan dipertahankan yang hal ini akan dikaitkan dengan perasaan bersalah yang dirasakan oleh konseli. Kemudian nantinya konselor akan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang konseli lakukan untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. 3) Evaluasi, individu diminta untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. 4) <i>Planning and commitment</i> (perencanaan dan komitmen), tahap dimana konseli membuat perencanaan dalam pencapaian keinginannya.</p>
5.	<p><i>Follow up</i> Langkah evaluasi</p>	<p>Langkah ini konselor melakukan evaluasi kepada konseli</p>

	<p>dan <i>follow up</i> ini untuk mengetahui sejauh mana langkah terapi yang telah dilakukan dalam mencapai hasil. Hal ini konselor juga melakukan pengamatan kepada konseli atas perkembangannya.</p>	<p>terkait perubahan yang terjadi pada dirinya. Dalam hal ini perlahan konseli telah dapat menerima dirinya, konseli memberhentikan usahanya untuk menggugurkan kandungannya kemudian konseli sadar dan mau untuk pulang kerumah dan jujur kepada kedua orang tuanya. Konseli telah siap menerima konsekuensi yang akan terjadi.</p>
--	--	--

Dari hasil perbandingan antara data teori dan data empiris yang telah dipaparkan di atas, dapat dilihat pelaksanaan proses konseling yang telah dilakukan sesuai dengan teori yang ada. Terapi realitas yang digunakan dengan prosedur WDEP cukup efektif diterapkan kepada konseli, terbukti ketika konseli dapat menerima keadaannya dengan perlahan. Mengantarkan konseli kepada pikiran yang rasional sehingga konseli sadar akan keadaan yang sudah terjadi dan harus ia jalani saat ini. Berdasarkan hasil wawancara setelah proses konseling, didapati hasil sebagai berikut:

Tabel 4.3

Perbedaan perilaku konseli sebelum dan sesudah

No	Kondisi Konseli	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
		A	B	C	A	B	C
1.	Tidak bisa menerima dirinya	v					v
2.	Tidak bisa menerima bayinya	v					v
3.	Keinginan untuk bunuh diri	v					v
4.	Keinginan untuk menggugurkan kandungan	v					v
5.	Menutup diri	v				v	
6.	Murung	v					v
7.	Menyalahkan diri sendiri	v				v	
8.	Ikhlas menerima	v				v	

Keterangan :

A : Sering

B : Kadang-kadang

C : Tidak Pernah

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan perilaku konseli sebelum dan sesudah melaksanakan proses konseling. Sebelum pemberian *treatment*/terapi realitas konseli tidak bisa menerima dirinya dan kenyataan yang terjadi pada dirinya sehingga

terbesar keinginan untuk mengakhiri hidupnya, kemudian konseli juga tidak bisa menerima bayi yang sedang dikandungnya sehingga konseli berusaha untuk selalu menggugurkan kandungannya. Berbeda saat telah pemberian *treatment* konseli perlahan akhirnya dapat menerima kenyataannya dengan ikhlas dan mau untuk melanjutkan hidupnya dan segera bilang kepada orang tuanya, keinginan untuk aborsi juga dihentikan.

Sebelum melakukan proses konseling konseli sering murung dan menyalahkan diri sendiri, menutup diri sehari-hari mengunci diri didalam kamar kos konseli. Dengan selalu menyalahkan dirinya sendiri karena penyesalan yang berkepanjangan, serta konseli sulit dengan ikhlas menerima apa yang telah terjadi pada dirinya. Setelah melakukan konseling, konseli perlahan dapat memahami bahwa kesalahan yang telah ia perbuat dapat dijadikan pelajaran, sehingga berharap Allah SWT dapat menerima taubat konseli. Konseli telah siap menerima dengan ikhlas konsekuensi yang akan terjadi nantinya.

2. Perspektif Islam

Pada penelitian ini metode konseling yang dilakukan adalah konseling islam, oleh karena itu peneliti memasukkan nilai-nilai keislaman dalam pelaksanaan proses konseling dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah. Beberapa ayat Al-Qur'an yang menjelaskan larangan berbuat zina guna memperingati kepada manusia bahwa Allah SWT sangat benci perbuatan tersebut, QS Al-Isra' ayat 32 :

وَلَا تَقْرُبُوا الزَّوْجَىٰٓ أَهْلَٰهٖ كَانَ فُجُوهً وَسَاءَ سَبِيلٌ

Artinya: *"Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk."* (QS. Al-Isra: 32).⁵⁶

Dari ayat tersebut menjelaskan bahwa Al-Qur'an melarang mendekati zina, karena itu termasuk dalam golongan yang keji dan sesuatu jalan yang menunjukkan pada keburukan. Mendekati saja sudah menjadi larangan yang tegas apalagi melakukannya, karena Allah SWT sangat membenci perbuatan yang menjerumuskan kedalam neraka. Rasulullah SAW bersabda:

رَجَعَ انْقَطَعَ فَإِذَا كَالظُّلَّةِ عَلَيْهِ كَانَ الْإِيمَانُ مِنْهُ خَرَجَ الرَّجُلُ زَنَى إِذَا
الْإِيمَانُ إِلَيْهِ

Artinya: *"Jika seseorang itu berzina, maka iman itu keluar dari dirinya seakan-akan dirinya sedang diliputi oleh gumpalan awan (di atas kepalanya). Jika dia lepas dari zina, maka iman itu akan kembali padanya."* (HR. Abu Daud dan Tirmidzi)

Hadist tersebut menjelaskan bahwa jika seseorang melakukan zina keimanan yang ada pada dirinya telah tertutupi oleh dosa yang telah diperbuatnya. Akan tetapi jika seseorang meninggalkan atau lepas dari perbuatan zina keimanan itu akan kembali pada dirinya.

Adapun konselor menggunakan terapi realitas sebagai jalan untuk membantu konseli meningkatkan penerimaan dirinya karena hamil diluar nikah/zina. Kterapi realitas yang berfokus pada tingkah laku sekarang dengan konseli bertanggung jawab dan siap

⁵⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Surabaya: Karya Utama, 2005). Hlm 429.

menerima konsekuensi dari kenyataan yang sedang ia hadapi, seperti dalam potongan ayat QS. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebaikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya.” (QS. Al-Baqarah: 286)

Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT tidak akan memberikan ujian diluar batas kemampuan yang dimiliki seorang hamba, sehingga setiap perbuatan pasti ada balasannya.

Konseling dengan terapi realitas ini berpandangan bahwa manusia memiliki kebebasan untuk membuat pilihan yang terbaik dalam hidup, dan yang telah disebutkan bahwa ia harus menerima konsekuensi berupa tanggung jawab yang mengikuti pilihan yang telah diambilnya. Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Ra'd ayat 11:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا سَاءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّن دُونِهِ مِن وَالٍ

yang artinya : “Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum, sebelum mereka merubah nasib mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka

tidak ada yang dapat menolaknya, dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”⁵⁷

Tahapan terapi realitas juga konselor memberikan motivasi menyadarkan konseli bahwa manusia pasti akan melakukan kesalahan, tetapi setiap kesalahan dapat diambil hikmah dan pelajaran. Allah SWT akan mengampuni setiap hambaNya yang mau bertaubat, dalam hadist riwayat Tirmidzi 2499

كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَّاءٌ وَخَيْرُ الْخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ

“Setiap anak adam pasti berbuat salah dan sebaik-baik orang yang berbuat salah adalah yang bertaubat”⁵⁸

⁵⁷ Kementerian Agama RI, “Al-Qur’an Nul Karim, Mushaf Al-Qur’an Terjemah”. Surat; Ar Ra’d, ayat 11, (Bandung: Nur Publishing, 2009), hlm 250.

⁵⁸ HR. Tirmidzi no. 2499.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Analisis proses dan hasil dari pelaksanaan Terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Dau Malang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah di Mulyoagung Dau Malang menggunakan langkah-langkah konseling sebagai berikut: dimulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *Treatment/terapi* dan evaluasi atau *follow up*. Dalam proses ini peneliti menggunakan terapi realitas dengan prosedur WDEP. *Pertama, wants* (keinginan), Konselor memulai dengan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang menjadi keinginan konseli saat ini, keinginan yang sebenarnya ingin dicapai oleh konseli. *Kedua, Direction/doing* (petunjuk/Arah dan melakukan), tahap dimana konseli mulai belajar mengidentifikasi perilaku yang menghambat dalam mencapai *wants* yang telah dipaparkan dalam pertemuan sebelumnya. Serta mengidentifikasi alasan mengapa perilaku itu terus berkembang dan dipertahankan yang hal ini akan dikaitkan dengan perasaan bersalah yang dirasakan oleh konseli. Kemudian nantinya konselor akan mengajukan pertanyaan mengenai apa yang konseli lakukan untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. *Ketiga, Evaluasi,*

individu diminta untuk mengevaluasi perilaku dirinya dalam kaitannya dengan tujuan yang diinginkan. *Keempat, Planning and commitment* (perencanaan dan komitmen), tahap dimana konseli membuat perencanaan dalam pencapaian keinginannya.

2. Hasil akhir dari proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah ini terdapat perubahan. Saat sebelum dilakukannya proses konseling dengan terapi realitas kepada konseli, konseli tidak bisa menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya serta rasa ketakutan yang berlebihan sehingga konseli selalu ingin menggugurkan kandungannya bahkan mengakhiri hidupnya. Konseli merahasiakan kehamilannya dari kedua orang tuanya, karena rasa takut konseli atas kekecewaan orang tuanya serta ketakutan konseli jika akan dinikahkan dan tidak boleh melanjutkan kuliah. Hal ini dibuktikan dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan konselor. Adapun hasil yang telah diperoleh dari proses konseling adalah konseli perlahan bisa menerima dirinya serta kenyataan yang terjadi pada dirinya. Konseli memberhentikan usahanya untuk menggugurkan kandungannya kemudian konseli sadar dan mau untuk pulang kerumah dan jujur kepada kedua orang tuanya. Konseli telah siap menerima konsekuensi yang akan terjadi.

B. Saran

Dari pelaksanaan penelitian ini, penulis menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna dan terdapat banyak kekurangan. Oleh karenanya, penulis berharap agar dapat lebih baik untuk peneliti selanjutnya.

Saran-saran penulis sebagai berikut:

1. Saran bagi konselor

Konselor hendaknya memperbanyak melakukan praktik konseling agar menambah pengalaman dan wawasan tentunya dengan memperbanyak membaca buku dan literatur lainnya. Agar konselor lebih menguasai dan tidak salah dalam memberikan *treatment* kepada konseli.

2. Saran bagi konseli

Setiap kehidupan manusia tidak luput dari salah dan dosa, karena kesempurnaan hanyalah milik Allah semata. Bagaimana kita sebagai manusia sabar dan tawakal dalam menghadapi masalah, dan percaya bahwa Allah SWT selalu bersama hambaNya yang sabar. Dari ini dengan masalah yang Allah berikan kepada konseli dengan harapan agar dapat diambil pelajaran dan hikmah untuk kehidupan selanjutnya.

3. Saran bagi pembaca

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai penerimaan diri bagi wanita hamil diluar nikah, karena pada dasarnya setiap kesalahan dapat diambil hikmah dan pelajaran dalam kehidupan.

4. Saran bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini mengalami banyak sekali kekurangan, maka

diharapkan kritik dan saran yang membangun untuk penelitian kedepannya. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki setiap kekurangan yang ada mengenai kajian teoritis dan empiris yang telah dilakukan, untuk mencapai keberhasilan yang lebih baik kedepannya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan dalam proses pelaksanaannya. Seperti halnya kondisi pandemi yang mengakibatkan waktu bertemu dengan konseli cukup berkurang, sehingga proses akhir digantikan dengan pertemuan virtual. Tetapi meskipun begitu peneliti tetap mencari jalan lain untuk tetap dapat melakukan penelitian ini hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd. Rahman Ghazaly. 2003. *Fiqh Munakahat* Bogor: Kencana Prenada Media.
- Abdul Basit. 2017. *Konseling Islam*. Jakarta: Kencana.
- Ahmad Mubarak. Al-Irsyad An Nafsy. 2002. *Konseling Agama Teori dan Kasus*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Ainur Rahim Faqih. 2009. *Bimbingan Penyuluhan Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Ainur Rahm Faqih. 2009. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Alin Riwayati. 2010. Skripsi: *Hubungan Kebermakmuran Hidup Dengan Penerimaan Diri pada Orang Tua Yang Memasuki Lansia*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
- Anas Salahudin. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Andisty dan ritandriyono. 2008. *Religiusitas dan Perilaku Seks Bebas Pada Dewasa Awal*, Jurnal Psikologi, Vol 1, No. 2.
- Ardianti, F., Fakhurrozi, M, & Marissa, A. *Psychological well being pada remaja akhir yang hamil diluar nikah*. Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(1).
- Aswadi, Iyadah dan Ta'ziyah. *Perspektif Bimbingan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Bimo walgito. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam (Studi dan Karier)*. Yogyakarta: Andi Offset.

- Burhan Bungin. 2001. *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Burhan Bungin. 2011. *Penelitian Kualitatif, : Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana.
- Dariyo Agoes. 2007. *Psikologi perkembangan anak usia tiga tahun pertama*. Jakarta: PT Refika Aditama.
- Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Surabaya: Karya Utama.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Edisi ke 3. Jakarta: Balai Pustaka.
- Diyan Fitriya Ningsih. 2011. Skripsi UINSA : *“Teknik Konseling Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Self Acceptance (Penerimaan diri) Bagi Perempuan Hamil Diluar Nikah Di Pakal Barat Kecamatan Surabaya*. Surabaya.
- DR. Namora Lumongga Lubis, M.Sc. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- E.B Hurlock. 2011. *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Em Zul Fajri dan ratu Aprilian Senja. 2005. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Bandung: Dive Publiser.
- Farida, *“Pergaulan Bebas dan Hamil Pranikah” Jurnal Analisa Volume XVI No.01*. (Januari-Juni 2009),
- Gatot Supramono. 1998. *Segi-segi Hukum Luar Nikah*. Jakarta: Djambatan.

- Gerald Corey. 1998. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: PT eresco.
- Gerald Corey. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky. 2006. *Psikoterapi dan Konseling Islam* . Yogyakarta.
- Harlock, E. B. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga Pres.
- Harlock, E.B. 2012. *Psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hartono Boy Soemardji, *Psikologi Konseling (edisi revisi)*
- Hasil wawancara dengan bapak RT 02 Desa Mulyoagung
- Hasil Wawancara dengan konseli 15 November 2020
- Hasil Wawancara dengan konseli 16 November 2020
- Hasil Wawancara dengan Konseli pada 16 November 2020
- Hasil wawancara dengan teman kos konseli pada 18 November 2020
- Hasil wawancara dengan teman kuliah konseli 19 November 2020
- Hasil Wawancara kepada pacar konseli 25 Oktober 2020
- HR. Tirmidzi no. 2499.
- Hurlock, E. B., *personality Development*, new Delhi: McGrawHill,Inc
- I Nyoman Sukma Arida. 2005. *Seks dan Kehamilan Pranikah*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada
- Kementrian Agama RI. 2009 Al-Qur'an Nul Karim, Mushaf Al-Qur'an Terjemah. Surat; Ar Ra'd, ayat 11. Bandung: Nur Publishing.

- Kubler-Ross, E. On death and dying: what the dying have to teach doctors, nurses, clergy and their own families. Ebook. London: Routledge. 2009.
- Lahmuddin Lubis. 2006. *Konsep-konsep Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Citapusaka Media.
- Latipun. 2011. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press..
- Lexy J. Moleong. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mappiare, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mohammad Surya. 2003. *Psikologi Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Namora Lumonnga Lubis. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- Nina Narullita. 2019. Skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta: “*Terapi Realitas Dalam Membentuk Aktualisasi Diri Gepeng di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL) Yogyakarta*”, Yogyakarta.
- Rohmawati, E. D. A, “*Faktor terjadinya kehamilan sebelum menikah di wilayah kantor urusan agama tegalsari surabaya*”. The Indonesian Journal of islamic Family Law, 492).
- Sanapiah Faisal. 2003. *Format-Format Penelitian Sosial*. Jakarta : PT.Grafindo Persada.
- Santrok, J.W Adolescence. 2005. *Perkembangan Remaja*. Jakarta:Erlangga.
- Singgih D. Gunarsa. 1996. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.

- Sugiarti, L. 2008. *Gambaran Pemenerimaan diri pada wanita Involuntary Childless*. Skripsi. Jurusan PSiklogi Fakultas Psikologo Universitas Indonesai.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syamsul Yusuf dan A. Juntika Nurishsan. 2009. *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Thohari Musnamar dalam Syamsu Yusuf. 2008. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tohirin. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- W.S Winkel & MM. Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Planer, Stephen. 2011. *Konseling dan Psikoterapi, Terj. Haris H. Setiadjid*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.