

**TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN  
SOSIAL WANITA DENGAN KEHAMILAN TIDAK DIKEHENDAKI  
(KTD)  
DI BALAI PERLINDUNGAN DAN REHABILITASI SOSIAL WANITA  
(BPRSW) YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Ditujukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

**Disusun Oleh:**

**Binti Luklukul Fuadah**

**NIM 17102020039**

**Pembimbing:**

**Nailul Falah, S.Ag., M.Si**

**NIP. 19721001 199803 1 003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2020**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856  
Yogyakarta 55281

---

---

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Binti Luklukul Fuadah

NIM : 17102020039

Judul : Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamualaikum wr.wb*

Yogyakarta, 3 November 2020

Mengetahui

Ketua Program Studi,

**Slamet, S.Ag., M.Si**  
NIP. 19691214 199803 1 002

Pembimbing Skripsi,

**Nailul Falah, S.Ag., M.Si**  
NIP. 19721001 199803 1 003



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1167/Un.02/DD/PP.00.9/12/2020

Tugas Akhir dengan judul : TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN SOSIAL WANITA DENGAN KEHAMILAN TIDAK DIKEHENDAKI (KTD) DI BALAI PERLINDUNGAN DAN REHABILITASI SOSIAL WANITA (BPRSW) YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : BINTI LUKLUKUL FUADAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 17102020039  
Telah diujikan pada : Rabu, 16 Desember 2020  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Nailul Falah, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 5fe33cf88ae58



Penguji I  
Slamet, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 5fe2aaf6464f3



Penguji II  
Dr. Irsyadunnas, M.Ag.  
SIGNED

Valid ID: 5fe1e29f5e8cd



Yogyakarta, 16 Desember 2020  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 5fe33dc79fde

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Binti Luklukul Fuadah**  
NIM : 17102020039  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang berjudul: Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita Binaan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta adalah hasil karya pribadi yang tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang peneliti ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 25 Oktober 2020

Yang menyatakan



**Binti Luklukul Fuadah**

NIM: 17102020039

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Binti Luklukul Fuadah  
NIM : 17102020039  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu Saya, jika suatu hari nanti terdapat instansi yang menilak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sesungguhnya dan dengan penuh kesadaran untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 Oktober 2020

Yang menyatakan



**Binti Luklukul Fuadah**

NIM: 17102020039

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Atas Kuasa Allah SWT dan dengan penuh rasa syukur, tulisan sederhana ini dipersembahkan  
untuk;*

*Ayahanda, Bapak Suyatno yang tidak hentinya mendoakan keberhasilan dalam setiap fase  
kehidupan serta bekerja keras untuk mewujudkan cita-cita penulis.*

*Ibunda tercinta, Eka Zulistyawati yang selalu mengiringkan doa harapan agar penulis  
menjadi seorang yang bermanfaat, pendengar setia atas keluh kesah dan ibu tangguh sebagai  
suri tauladan .*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN MOTTO

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص : إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى  
أَجْسَامِكُمْ وَلَا إِلَى صُورِكُمْ وَ لَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ. مسلم

“Dari Abu Huraira r.a, dia mengatakan, Rasulullah SAW bersabda,  
“Sungguh, Allah SAW tidak melihat fisik dan rupa kalian, tetapi Dia  
melihat hati kalian.” (HR. Muslim).<sup>1</sup> Hadits Shahih, diriwayatkan oleh  
Muslim (2564)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Solihin, *Riyadhus Shalihin* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2015), hlm. 6.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas kesempurnaan dan limpahan nikmat kepada seluruh hamba-Nya dengan adil dan bijaksana. Sholawat serta salam selalu tersampaikan kepada Nabi Agung Baginda Muhammda SAW, beserta keluarganya, sahabatnya, dan para pengikutnya yang kelak kita tunggu syafaatnya di *yaumul qiyamah*. Dengan mengucapkan syukur *alhamdulillah*, penulisan skripsi yang berjudul “Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita Binaan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta” dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak dapat terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Maka dari itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A, selaku rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Nailul Falah, S.Ag., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang sabar membimbing proses pembuatan tulisan hingga pada hasil akhir.
5. Dosen penguji yang saya hormati, Bapak Slamet, S.Ag, M.Si dan Bapak Dr. Irsyadunnas, M.Ag. terimakasih atas waktu dan bimbingannya.



6. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi, khususnya Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya kepada penulis selama proses studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Seluruh staf bagian akademik yang telah bersedia membantu segala keperluan penulis dalam urusan akademik, khususnya dalam perijinan dan penulisan skripsi ini.
8. Bu Dra. Retno Basundari, selaku Kepala BPRSW atas ijin dan bimbingannya selama proses penelitian di BPRSW Yogyakarta.
9. Kepada seluruh Pekerja Sosial dan Konselor di BPRSW yang telah meluangkan waktunya sebagai informan guna membantu proses pengambilan data dan penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh staf dan warga binaan di BPRSW atas sambutan hangat kepada penulis dalam melakukan penelitian. Semoga kelak kalian menjadi wanita kuat yang bermartabat.
11. Seluruh sahabat seperjuangan BKI 2017 yang menjadi keluarga berharga atas segala pengalamannya selama penulis menempuh studi di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Sahabat pejuang skripsi yang tak hentinya saling mendoakan, memberi semangat, dan berlapang dada untuk selalu direpotkan, Vitasari Anggreini, Luluk Khoirunnisa, Defi Purwanti, dan Ilda Risma. Andini Khoerunnisa sahabat sekaligus pendengar setia di segala keadaan penulis.

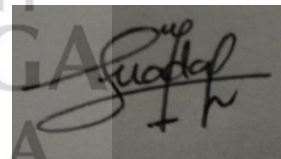
12. Mas Rifki Yuldi Pratama, seorang yang penuh kesabaran dalam menemani, pengingat di kala lelah serta pendengar setia. Tak banyak kata terucap kecuali doa dan harapan untuk kita. Terimakasih.
13. Kakakku, Farida Syifa Al'fuadah dan kakak angkatan di Program Studi BKI, Muhimmah Syarifah. Terima kasih atas segala dukungan, doa dan semangat.
14. Om dan tante yang selalu mengingatkan penulis di saat masa-masa krisis serta mendukung cepat terwujudnya hasil penulisan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang terbaik atas segala dukungan, doa, motivasi, serta semangat yang tak hentinya diberikan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 25 Oktober 2020

Penulis,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



**Binti Luklukul Fuadah**  
NIM. 17102020039

## ABSTRAK

BINTI LUKLUKUL FUADAH (17102020039). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2020

Individu dapat dikatakan sebagai korban apabila ia menderita akibat tindakan orang lain yang semata mencari pemenuhan kepentingan pribadi. Seseorang yang pada kondisi sebelumnya mendapat perlakuan kurang menyenangkan akan cenderung mengingat bahkan dapat menimbulkan trauma. Kondisi tersebut dapat merusak fungsi sosial di masyarakat karena sebab tertentu. Perlu adanya penanganan khusus agar penyesuaian sosial di lingkungan baru dapat terbentuk dengan baik. Penyesuaian sosial merupakan sebuah kondisi dimana individu mampu menyesuaikan diri dengan orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dan mendeskripsikan teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita binaan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penulis melakukan wawancara terhadap Kepala BPRSW, Pekerja Sosial, Konselor, wanita KTD (Kehamilan Tidak Dikehendaki), dan alumni wanita binaan. Adapun teknik analisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan keabsahan data menggunakan triangulasi data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik terapi realitas mampu meningkatkan penyesuaian sosial keempat klien dengan teknik WDEP, mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun, membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana spesifik bagi tindakan, bertindak sebagai model dan guru, memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi dan melibatkan diri dengan klien dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif.

Kata Kunci: Terapi Realitas, Penyesuaian Sosial.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	4
C. Rumusan Masalah.....	7
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. Manfaat Penelitian .....	8
F. Telaah Pustaka .....	8
G. Kajian Teori .....	12

H. Metode Penelitian .....	26
----------------------------	----

**BAB II: GAMBARAN UMUM TERAPI REALITAS DI BALAI  
PERLINDUNGAN DAN REHABILITASI SOSIAL WANITA  
(BPRSW) YOGYAKARTA**

A. Profil BPRSW Yogyakarta .....	35
1. Sejarah Umum Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita .....	35
2. Kondisi Geografis .....	36
3. Struktur Kepengurusan BPRSW Yogyakarta .....	37
4. Visi, Misi, Tujuan dan Motto BPRSW Yogyakarta .....	39
5. Sasaran .....	40
6. Program Keterampilan di BPRSW Yogyakarta .....	32
7. Sarana Prasarana .....	32
B. Jumlah Klien Korban KTD .....	36
C. Pekerja Sosial Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta ....	37
D. Terapi Realitas di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta.....	38
E. Penyesuaian Sosial.....	39
F. Gambaran Umum Ketiga Klien KTD yang Berada di BPRSW .....	41

**BAB III: TEKNIK TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN  
PENYESUAIAN SOSIAL WANITA BINAAN DI BALAI  
PERLINDUNGAN DAN REHABILITASI SOSIAL WANITA  
(BPRSW) YOGYAKARTA**

A. Teknik WDEP .....	46
B. Teknik Mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun .....	60
C. Membantu klien dalam merumuskan rencana yang spesifik bagi tindakan .....	64
D. Bertindak sebagai model.....	67
E. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi .....	69
F. Melibatkan diri dengan klien dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif	70

## **BAB IV: PENUTUP**

<b>A. Kesimpulan.....</b>	<b>78</b>
<b>B. Saran.....</b>	<b>79</b>

## **DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN-LAMPIRAN**

A. PEDOMAN WAWANCARA.....	85
B. DOKUMENTASI.....	88
C. CURRICULUM VITAE.....	90





## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1: Daftar Pegawai Nominatif

Tabel 2.2: Data Pegawai Non PNS Tahun 2019

Table. 2.3: Profil Pekerja Sosial BPRSW Yogyakarta

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1: Struktur Kepengurusan BPRSW Yogyakarta

Gambar 1.2: Alur Rujukan

Gambar 1.3: Alur Penerimaan Klien

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 3.1: Jumlah klien pada tahun 2015-2019

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Skripsi ini berjudul **“Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta”**. Guna menghindari adanya kesalahpahaman makna, maka penulis perlu menjelaskan setiap istilah berikut. Hal ini selain untuk lebih mempermudah pemahaman, sekaligus juga untuk mengarahkan pada pengertian yang lebih jelas sesuai dengan yang dikehendaki. Adapun istilah-istilah yang perlu ditegaskan dalam judul ini adalah:

#### 1. Terapi Realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada masa sekarang.<sup>2</sup> Terapi sebagai proses rasional yang terfokus pada masa sekarang dan mendorong individu dalam menghadapi realita. Perilaku tersebut disebut sebagai perilaku bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab di sini maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.<sup>3</sup> Fokusnya pada problem kehidupan saat ini yang dirasa dan dipikirkan klien (Realitas terbaru klien) menggunakan teknik mengajukan pertanyaan oleh terapis realitas.

---

<sup>2</sup> Gerald Coray, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2013), hlm. 263.

<sup>3</sup> Namora lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2011), hal. 185.

Dari uraian di atas yang dimaksud dengan terapi realitas adalah terapi yang diberikan kepada klien guna menekan kesadaran dan rasa tanggung jawab pada pilihan yang telah diambil tanpa menyalahkan masa lalu atau orang lain.

## 2. Meningkatkan Penyesuaian Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia meningkatkan adalah menaikkan; mempertinggi; memperhebat.<sup>4</sup> Menurut Hurlock penyesuaian sosial adalah keberhasilan dalam penyesuaian diri dengan orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya.<sup>5</sup> Adapun maksud dari meningkatkan penyesuaian sosial adalah memaksimalkan peran dan kondisi individu dengan situasi lingkungan baru berupa interaksi sosial.

## 3. Wanita dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki

Wanita adalah perempuan dewasa.<sup>6</sup> Wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki berarti seorang wanita mengalami kehamilan yang terjadi baik karena alasan waktu yang tidak tepat (*mistimed*) atau karena kehamilan tersebut tidak diinginkan (*unwanted*).<sup>7</sup> Dengan demikian, dapat disimpulkan wanita KTD adalah perempuan yang mengalami kehamilan tidak sesuai dengan keinginan dan biasa terjadi pada perempuan yang belum memiliki ikatan resmi dengan pasangan atau ayah dari anak yang dikandungnya. Dengan upaya menjadikan kualitas dirinya lebih baik sehingga, wanita tersebut dapat

<sup>4</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online. Diakses melalui <http://kbbi.web.id/tingkat.html>, 23 September 2019 pukul 20.43.

<sup>5</sup> Hurlock, E, B, *Perkembangan Anak, Jilid I* (Jakarta: Erlangga, 1997), hlm. 287.

<sup>6</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online. Diakses melalui <https://kbbi.web.id/wanita>, 17 Desember 2020 pukul 00.17.

<sup>7</sup> Yogyakarta, P. D. *PKBI Daerah Istimewa Yogyakarta Berjuang untuk Hak Kesehatan Reproduksi dan Seksual*. Retrieved from [https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20\(unwanted\)](https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20(unwanted)).

kembali pada lingkungan masyarakat secara utuh baik penyesuaian sosial maupun penerimaan diri.

#### 4. Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta

Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta adalah lembaga pelayanan masyarakat (*Public Service*) yang memberikan perlindungan, pelayanan, dan rehabilitasi sosial untuk membantu wanita dengan permasalahan sosial. Salah satu wanita yang terdapat dalam kategori wanita dengan permasalahan sosial adalah wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki.

Wanita yang datang atas rekomendasi pihak yang telah ditetapkan oleh balai dengan berbagai syarat ketentuan. Salah satu syarat wajib adalah wanita tersebut bersedia tinggal di balai untuk beberapa waktu yang ditentukan sesuai kebutuhan guna menjalankan serangkaian kegiatan yang bermanfaat.

Berdasarkan penegasan istilah di atas, maka yang dimaksud dengan judul “Terapi Realitas untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Wanita dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta” adalah bantuan yang diberikan oleh pekerja sosial atau konselor BPRSW kepada perempuan yang tinggal di balai dan dianggap sudah dewasa dengan kondisi kehamilan tidak diinginkan baik dari pihak wanita maupun laki-laki (pasangan) agar fokus pada permasalahan masa sekarang dan diharapkan mampu mengambil keputusan secara bertanggungjawab mengenai tingkah lakunya sehingga mampu meningkatkan penyesuaiannya di lingkungan masyarakat.

## B. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang bersinggungan langsung dengan manusia lain. Manusia memiliki sifat berkelompok didasari oleh kesamaan ciri atau kekhasan. Komunikasi adalah cara terbaik untuk berinteraksi terhadap manusia lain. Setiap manusia diciptakan dengan kelebihan dan kekurangan, sehingga membutuhkan orang lain untuk membantu memenuhi kebutuhan hidupnya.

Interaksi sosial dapat berdampak, mempengaruhi, mengubah dan atau memperbaiki perilaku seorang individu. Perlu penyesuaian sosial didalam masyarakat guna mengoptimalkan interaksi terhadap individu lain, seperti yang dikemukakan oleh Hurlock penyesuaian sosial adalah keberhasilan dalam penyesuaian diri dengan orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya.<sup>8</sup> Schneider berpendapat, penyesuaian sosial merupakan kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas sosial, situasi dan hubungan sosial sehingga individu dapat melakukan pemenuhan kebutuhan dengan perilaku yang memuaskan dan cara yang dapat diterima.<sup>9</sup>

Lingkungan berpengaruh besar terhadap perubahan perilaku seorang apabila telah mendapat penilaian buruk terhadap dirinya sebagai contoh, wanita yang mengalami kehamilan tidak dikehendaki, wanita dari keluarga *broken home*, *human trafficking* dan wanita putus sekolah yang dapat disebut sebagai wanita rawan sosial. Wanita tersebut akan mendapat pandangan yang berbeda dengan masyarakat umumnya sehingga berdampak pada fungsi sosial, fisik, dan psikis.

---

<sup>8</sup> Hurlock, E, B, *Perkembangan Anak ...*, hlm. 287.

<sup>9</sup> Ahmad Susanto, *Bimbingan & Konseling di Taman Kanak-Kanak*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2015), hlm. 124.

Tidak dapat dihindari, bahwa masalah yang datang menimbulkan perubahan sikap pada lingkungan baik keluarga, lingkungan belajar, lingkungan bermain, bahkan lingkungan kerja.

Kasus kehamilan tidak dikehendaki marak terjadi di lingkungan masyarakat, baik yang dilakukan secara sadar maupun keterpaksaan. Penuturan Ketua Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta kondisi pandemi Covid-19 sangat mempengaruhi peningkatan kasus KTD sebab tingkat stres masyarakat meningkat sebab yang utama adalah perekonomian.

Data Kesehatan Keluarga DIY tercatat kasus kehamilan tidak diinginkan meningkat selama beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2017 tercatat 313 kasus kehamilan yang tidak diinginkan, pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 809 kasus kehamilan yang tidak diinginkan, dan pada tahun 2019 terdapat 938 kasus. Kasus kehamilan yang tidak diinginkan tertinggi DIY pada tahun 2019 yaitu di Kabupaten Bantul dengan 296 kasus, diikuti Kota Yogyakarta dengan 191 kasus, Kabupaten Sleman dengan 170 kasus, Kabupaten Gunung Kidul 163 kasus, dan terendah di Kabupaten Kulon Progo dengan 118 kasus.

Penting halnya untuk seorang konselor atau psikolog dalam mengembalikan kondisi individu bermasalah ke dalam penerimaan masyarakat. Perasaan malu, bersalah, bimbang, serta berdosa sangat dirasa ketika individu telah merasa dikucilkan dalam sebuah masyarakat. Contoh wanita yang memiliki masalah pada masyarakat adalah seorang wanita dengan kehamilan yang tidak dikehendaki akan cenderung dikucilkan dan mendapat respon tidak baik. Wanita



tersebut dipandang sebelah mata sebagai sosok yang kurang baik dalam norma dan agama.

Wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki memiliki beberapa penyebab yaitu, faktor keluarga yang kurang memperhatikan kebutuhan akan kehangatan keluarga sehingga wanita tersebut mencari kehangatan di lingkungan luar, kurangnya bimbingan mengenai kesehatan reproduksi, kurangnya kewaspadaan pada lingkungan, dan terdapat wanita yang sengaja melakukan seks bebas dengan tujuan tertentu. Pemberian informasi mengenai kesehatan reproduksi dan pergaulan sehat wajib diberikan kepada anak guna mencegah terjadinya hal yang tidak diinginkan. Peran orang tua dalam melindungi anak khususnya pada wanita sangat perlu, seperti contoh anak perempuan di larang keluar rumah pada malam hari atau jika hendak bepergian harus dengan saudara atau teman.

Perlu penanganan khusus bagi individu yang mengalami kondisi tersebut, konselor atau terapis memberikan intervensi sesuai kebutuhan individu sehingga mampu mengembalikan fungsi di masyarakat. Penyesuaian sosial perjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada, sedemikian rupa, sehingga cocok bagi satu masyarakat sosial.<sup>10</sup> Dari pernyataan diatas menjelaskan bahwa kita sebagai manusia harus bersikap mudah menyesuaikan dengan lingkungan.

Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta adalah sebuah tempat tinggal sementara yang di dalamnya terdapat berbagai kasus

---

<sup>10</sup> Chaplin, James P, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartono Kartini (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 469.

yang dialami oleh seorang wanita, diantaranya kasus kehamilan yang tidak dikehendaki. Informasi didapatkan melalui *website* resmi BPRSW Yogyakarta. Adanya rumah sementara bagi wanita rawan sosial tentu akan menghidupkan kembali arti sebuah perjuangan.

Salah satu treatment yang dapat dilakukan adalah terapi realitas. Terapi realitas sebagai pendekatan perilaku kognitif yang sangat berfokus dan interaktif, dan merupakan salah satu yang diterapkan dalam berbagai macam lingkup. Fokus terapi pada problem kehidupan saat ini yang dirasakan klien (Realitas terbaru klien) dan penggunaan teknik mengajukan pertanyaan oleh terapis realitas diharapkan individu berani mengambil pilihan secara cerdas, sehingga individu dapat bertanggungjawab dengan pilihannya. Dengan demikian, diharapkan warga binaan mampu mengaktualisasikan dirinya kembali dan menjadikan masalah yang telah lalu sebagai sebuah pembelajaran, sehingga mampu beradaptasi dengan lingkungan sebagai individu baru.

### **C. Rumusan Masalah**

Berangkat dari uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan penelitian yang telah dirumuskan oleh penulis, maka secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita

dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangan atau referensi ilmiah bagi Program Studi Bimbingan Konseling Islam terutama yang berkaitan dengan teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD).

##### 2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini yakni untuk membantu pemerhati dan di bidang psikologi atau Bimbingan Konseling Islam terutama mengenai terapi realitas pada wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) di BPRSW Yogyakarta yang berkaitan dengan penyesuaian sosial.

#### **F. Telaah Pustaka**

Adapun beberapa referensi yang telah dibaca dengan tema bahasan mengenai peningkatan penyesuaian sosial wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) di BPRSW dengan terapi realitas. Hal ini dilakukan guna memastikan originalitas penelitian. Beberapa penelitian yang terkait dengan peningkatan penyesuaian sosial wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) BPRSW dengan terapi realitas. Sebagai berikut:

##### 1. Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam karya Nur Hamid Ashofa

berjudul “Terapi Realitas untuk Menangani Trauma (*Post Traumatic Stress Disorder*) pada Korban Bullying di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita”.<sup>11</sup> Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Fokus penelitian pada terapi realitas dan beberapa terapi lainnya. Subjek penelitian diambil atas persetujuan pihak balai, psikolog, dan juga konfirmasi kepada LS (korban). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terapi realitas digunakan untuk menangani trauma pada korban bullying yang ada di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi realitas dapat digunakan untuk menangani trauma pada korban bullying meskipun membutuhkan beberapa terapi lain didalamnya. Berdasarkan telaah pustaka yang dilakukan dalam penelitian di atas terdapat persamaan pada penelitian Nur Hamid dengan penelitian penulis terdapat pada subjek, dimana pengambilan subjek atas persetujuan pihak balai dan korban. Sedangkan perbedaan terdapat pada fokus penelitian dimana penelitian penulis hanya fokus pada teknik terapi realita.

2. Skripsi Diah Fikriani Mulia Program studi Bimbingan dan komunikasi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan judul “Terapi Realitas untuk Mengatasi Kerenggangan Hubungan Keluarga pada Remaja di Pulo Wonokromo Surabaya”.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Nur Hamid, “*Terapi Realitas untuk Menangani Trauma (Post Traumatic Stress Disorder) pada Korban Bullying di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita*”, Jurnal Hisbah Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Vol. 16:1 (Juni 2019), hlm. 1-2.

<sup>12</sup> Diah Fikriani Mulia, *Terapi Realitas untuk Mengatasi Kerenggangan Hubungan Keluarga pada Remaja di Pulo Wonokromo Surabaya*, Skripsi (Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Kominikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018), hlm. 6.

Penelitian ini menggunakan menggunakan metode penelitian kualitatif jenis studi kasus dengan teknik analisa deskriptif komparatif. Data yang digunakan berupa hasil observasi dan wawancara guna mengetahui proses terapi realitas dan hasil terapi guna mengurangi kerenggangan hubungan keluarga. Penelitian ini dinyatakan berhasil melalui pendekatan tersebut, konselor mampu mengomunikasikan masalah anak kepada orangtua, sehingga pada akhir proses didapatkan hasil, anak mau berkomunikasi kembali kepada orangtua yang sebelumnya tidak ada komunikasi antar mereka (anak dengan orangtua). Berdasarkan telaah pustaka yang dilakukan dalam penelitian di atas terdapat perbedaan dengan penelitian penulis terdapat pada teknik terapi realitas yang digunakan sedangkan Diah berfokus pada proses terapi realitas.

3. Skripsi yang ditulis oleh Wulan Mentari Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Menggunakan Terapi Realitas terhadap Kestabilan Emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan”. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, karena semua data diwujudkan dalam bentuk angka dan menggunakan analisis statistik. Penelitian dilakukan untuk mengetahui layanan konseling individu dengan menggunakan terapi realitas di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan, mengetahui bagaimana kestabilan emosi siswa di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan, serta mengetahui adanya pengaruh layanan konseling individu dengan menggunakan terapi realitas terhadap

kestabilan emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan.<sup>13</sup> Hasil dari penelitian menunjukkan adanya pengaruh layanan konseling individu dengan menggunakan terapi realitas terhadap kestabilan emosi serta cukup mempengaruhi kestabilan emosi siswa di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan. Adanya proses konseling yang rutin mampu menstabilkan emosi siswa dengan nilai yang cukup tinggi. Berdasarkan telaah pustaka yang dilakukan dalam penelitian di atas terdapat perbedaan hasil penelitian Wulan dengan penulis adalah terdapat pada jenis penelitian dan fokus penelitian, yakni layanan konseling.

4. Jurnal Psikologi Konseling oleh Vincencia dkk, dengan judul “Hubungan Antara Penyesuaian Sosial dengan Interaksi Teman Sebaya pada Mahasiswa BK UKSW Angkatan 2017”.<sup>14</sup> Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode korelasi, sedangkan teknik analisis data *Kendall tau b*. Pengumpulan data menggunakan skala penyesuaian sosial yang dinyatakan oleh Hurlock (1999) dengan jumlah item 43 pernyataan dan skala interaksi teman sebaya yang dinyatakan oleh Papalia (2009) dengan jumlah item 39 pernyataan. Jurnal ini disusun guna mengetahui signifikansi hubungan antara penyesuaian sosial dan interaksi teman sebaya pada mahasiswa bimbingan dan konseling UKSW 2017. Diperoleh hasil penelitian

---

<sup>13</sup> Wulan Mentari, *Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Menggunakan Terapi Realitas terhadap Kestabilan Emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan*, Skripsi (Medan: Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2018), hlm. 15.

<sup>14</sup> Vincencia, dkk., “Hubungan Antara Penyesuaian Sosial dengan Interaksi Teman Sebaya pada Mahasiswa BK UKSW Angkatan 2017”, *Jurnal Psikologi Konseling*, Vol. 14:1 (Juni, 2019), hlm. 398.



yakni, semakin tinggi penyesuaian sosial, maka akan semakin tinggi tingkat interaksi teman sebaya, atau sebaliknya.

Perbedaan penelitian terdapat pada jenis penelitiannya. Sedangkan, persamaannya pada karakteristik peningkatan penyesuaian sosial yakni, mengenai interaksi sosial.

5. *Journal of Disability Studies* oleh Dwi Sri Lestari dengan judul “Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Tuli”.<sup>15</sup> Penulis ingin mengetahui bagaimana penyesuaian sosial pada tuli yang menempuh pendidikan di bangku perkuliahan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pemilihan informan penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan memiliki penyesuaian sosial yang cenderung baik di dalam perkuliahan dengan cara mendayagunakan potensi yang dimilikinya. Persamaan penelitian terdapat pada bagaimana penyesuaian sosial individu, metode penelitian dan teknik pemilihan informan. Sedangkan, perbedaan terdapat pada pendekatan penelitiannya.

## G. Kajian Teori

### 1. Tinjauan Tentang Terapi Realitas

#### a. Pengertian Terapi Realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada masa sekarang.<sup>16</sup> Terapi realitas dapat dikatakan sebagai bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya,

<sup>15</sup> Dwi Sri Lestari, “*Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Tuli*”, *Journal of Disability Studies*, Vol. 3, No. 1 (Januari-Juni, 2016), Hlm. 104.

<sup>16</sup> Gerald Coray, *Teori dan Praktek...*, hlm. 263.

merupakan tipe pengkondisian operan yang tidak ketat.<sup>17</sup> Terapi sebagai proses rasional yang terfokus pada masa sekarang dan mendorong individu dalam menghadapi realita. Perilaku tersebut disebut sebagai perilaku bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab di sini maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.<sup>18</sup> Keputusan diambil berdasarkan teori pilihan bukan lagi dengan kontrol eksternal yang akan membantu dalam memotivasi diri dan kematangan dirinya.

Pendapat tradisional yang beranggapan bahwa seseorang berperilaku tidak bertanggungjawab disebabkan oleh gangguan mental ditolak oleh Glasser. Justru ia berpendapat bahwa orang mengalami gangguan mental karena ia berperilaku tidak bertanggungjawab. Terapi realitas menekankan pada masalah moral antara benar dan salah yang harus diperhadapkan kepada konseli sebagai kenyataan atau realitas.

Kesimpulannya adalah upaya yang dilakukan untuk membantu klien dalam menilai tingkah lakunya sendiri secara realistis dan berani menerima segala konsekuensi.

#### b. Tujuan Terapi Realitas

Tujuan dari terapi realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi

---

<sup>17</sup> Said Hasan, dkk, *Panduan Mikro Konseling* (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2019), hlm. 56.

<sup>18</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar...*, hal. 185.

kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal.<sup>19</sup> Tujuan spesifik dari terapi realitas adalah:

- 1) Berusaha menyampaikan kerangka kerja teori pilihan kepada klien untuk memahami perilakunya.
- 2) Meningkatkan kesadaran klien tentang perilaku memilihnya guna mengontrol dunianya melalui perilaku itu.
- 3) Meningkatkan tanggung jawab dalam membuat pilihan.
- 4) Membantu klien mengidentifikasi kebutuhan dasar akan kelangsungan hidup, rasa ingin memiliki (*belonging*), kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan.
- 5) Membantu memberi gambar-gambar yang baik dalam dunia kualitasnya untuk memenuhi kebutuhan dasarnya.
- 6) Mengajarkan evaluasi efektivitas perilaku totalnya mengingat apa yang diinginkan dan memilih perilaku berbeda yang dibutuhkan.
- 7) Membantu mengembangkan dan mengimplementasikan perilaku yang akan membantunya memenuhi kebutuhan sekarang dan masa mendatang.
- 8) Mengajarkan kepada klien mengeni cara menghindari dirinya dikontrol oleh perilaku orang lain yang bersifat negatif.<sup>20</sup>

#### c. Ciri-Ciri Terapi Realitas

Terdapat delapan ciri-ciri penggunaan terapi realitas sebagaimana yang diungkapkan oleh Corey:

---

<sup>19</sup> Gerald Coray, *Teori dan Praktek...*, hlm. 269.

<sup>20</sup> Richard Nelson, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, terj. Helly Prajitno dan Sri (Yogyakarta: Puataka Pelajar, 2006), hlm. 298.

- 1) Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental. Corey berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidak bertanggungjawab.
- 2) Terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Meskipun kadang menganggap perasaan dan sikap-sikap tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Juga terapi realitas tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.
- 3) Terapi realitas berfokus pada saat sekarang, bukan pada masa lampau karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.
- 4) Terapi realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai, ia menetapkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menekankan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya.
- 5) Terapi realitas tidak menekankan transferensi. Ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia memandang tranferensi sebagai hal yang penting dan sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi.
- 6) Terapi realitas menekankan aspek-aspek kesadaran. Terapis realitas memeriksa kehidupan klien sekarang secara rinci dan berpegang pada

asumsi bahwa klien akan menemukan tingkah laku sadar yang tidak mengarahkan kepada pemenuhan kebutuhannya.

- 7) Terapi realitas menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif dan bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik. Ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena pernyataan semacam itu merupakan hukuman.
- 8) Terapi realitas menekankan tanggung jawab, yang oleh Glasser diartikan sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara yang tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.<sup>21</sup>

d. Teknik Terapi Realitas

Wubbolding memformulasikan teknik terapi realitas menjadi sistem WDEP yang setiap hurufnya merepresentasikan sebuah klaser keterampilan dan teknik untuk membantu klien membuat pilihan. WDEP memiliki maksud:

- 1) Menanyakan kepada klien *what they Want* (apa yang diinginkannya). Terapis berusaha mengeksplorasi keinginan mencakup, tak terbatas, tiga elemen esensial dalam dunia kualitas: *relationship* (hubungan), *treasured possessions* (harta benda), dan *core beliefs* (keyakinan dasar).

---

<sup>21</sup> Rasimin, Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), hlm. 113.

Membantu menemukan apa yang diinginkan “dikontrol” oleh klien melalui perilakunya saat ini.

- 2) Pertanyaan terapis kepada klien *what they are Doing and their overall direction* (apa yang sedang dilakukan dan arah globalnya). Pertanyaan global tersebut akan meningkatkan kesadaran klien dari sikap santai sehingga lebih siap untuk mengevaluasi dan mengubah pikiran dan perilakunya.
- 3) Selanjutnya terapis dapat membantu klien untuk *conduct a searching self-Evaluation* (melakukan evaluasi-diri dengan cermat). Evaluasi yang dilakukan dapat mempercepat proses perubahan karena menilai kembali perilakunya dengan mengingat keinginan dan kebutuhannya.
- 4) Terakhir, terapis dapat memerintahkan klien untuk *make Plan* (membuat rencana) untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan lebih efektif. Terapis membimbing klien untuk mengembangkan rencananya sesuai dengan kemampuan dan motivasi klien.<sup>22</sup>

Terapi realitas dapat dinilai sebagai terapi aktif secara verbal. Sehingga teknik yang digunakan difokuskan pada kekuatan dan potensi klien yang berhubungan dengan tingkah lakunya, maka dapat digunakan teknik sebagai berikut:

- 1) Terlibat dalam permainan peran dengan klien.
- 2) Menggunakan humor
- 3) Mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun.

---

<sup>22</sup> Richard Nelson, *Teori dan Praktik ...*, hlm. 299.



- 4) Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan.
- 5) Bertindak sebagai model dan guru.
- 6) Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi.
- 7) Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realistis,
- 8) Melibatkan diri dengan klien dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif.<sup>23</sup>

Terapis tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi-medikasi konservatif, sebab dinilai dapat menyingkirkan tanggung jawab. Teknik diagnostik tidak menjadi bagian dari terapi realias, karena cenderung merusak klien dengan memberikan label dan memperkokoh tingkah laku yang tidak bertanggung jawab dan gagal. Penulis melakukan penelitian mengenai teknik apa saja yang digunakan terapis atau konselor dalam terapi realitas.

## 2. Tinjauan Tentang Penyesuaian Sosial

### a. Pengertian Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial menurut Scheinders sebagai kemampuan individu dalam memberikan reaksi secara efektif terhadap realitas, situasi dan hubungan sosial dengan penerimaan dan memuaskan.<sup>24</sup> Penyesuaian sosial jika dimiliki oleh setiap orang maka akan mampu menyelesaikan konflik-konflik mental, frustrasi, dan kesulitan-kesulitan dalam diri

<sup>23</sup> Gerald Coray, *Teori dan Praktek...*, hlm. 277-278.

<sup>24</sup> Ahmad Susanto, *Bimbingan & Konseling ...*, hlm. 124

maupun kesulitan yang berhubungan dengan lingkungan sosial, sehingga individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain, menyelaraskan antara tuntutan dirinya dan lingkungan, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok.

Aspek penting dalam penyesuaian sosial adalah komunikasi, yaitu verbal dan non-verbal. Komunikasi sebagai alat atau penghubung antara satu individu dengan individu lain sebagai proses penyampaian pesan. Seorang yang telah menganggap dirinya dikucilkan dengan sebab tertentu, secara langsung akan menarik diri dari lingkungan.

Penyesuaian sosial merupakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif atau adekuat terhadap kenyataan yang ada di lingkungannya sehingga individu akan mampu untuk memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan bagi dirinya maupun lingkungannya.<sup>25</sup>

#### b. Karakteristik Penyesuaian Sosial

Karakteristik penyesuaian sosial yang sehat menurut Fahmi adalah sebagai berikut: 1) ketenangan jiwa, 2) kemampuan bekerja, 3) gejala jasmani, 4) memiliki konsep diri yang positif, 5) menerima diri dan orang lain, 6) membuat tujuan hidup yang realistis, 7) memiliki kontrol diri dan tanggung jawab yang tinggi, 8) mampu membuat hubungan yang didasarkan atas saling mempercayai, 9) kesanggupan berkorban dan memberikan pelayanan terhadap orang lain, 10) perasaan bahagia.

---

<sup>25</sup> Nurhisana & Agustin, *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja Tinjauan Psikologi, Pendidikan dan bimbingan* (Bandung: Refika Aditama, 2011), hlm. 110.

Sedangkan karakteristik penyesuaian sosial yang tidak sehat meliputi: 1) agresif/perilaku antisosial, 2) kesombongan, 3) kecemburuan sosial/keseharian, dan 4) rendahnya keterampilan sosial.<sup>26</sup>

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial

Individu selalu dihadapkan pada proses penyesuaian sosial pada proses kehidupannya, baik dalam keadaan lingkungan baru, perubahan suasana atau pada kebutuhan baru. Selama proses penyesuaian tersebut, individu tidak lepas dari pengaruh yang berasal dari luar dan dalam dirinya. Menurut Agustiana, penyesuaian sosial yang dilakukan individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- 1) Faktor fisik, yang meliputi kondisi jasmaniah, keturunan, kesehatan, dan bentuk tubuh.
- 2) Faktor perkembangan dan kematangan, yang meliputi intelektual, sosial, moral, kematangan emosional dan lain-lain.
- 3) Faktor psikologi, yang meliputi pengalaman, belajar, motivasi/dorongan, konflik yang dialami individu dan faktor-faktor psikologi lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial.
- 4) Faktor lingkungan, meliputi pengaruh rumah dan keluarga, hubungan orangtua dan anak, hubungan saudara, masyarakat, dan sekolah.
- 5) Faktor budaya, meliputi adat istiadat dan agama.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> Ahmad Susanto, *Bimbingan & Konseling ...*, hlm. 84.

<sup>27</sup> Sunarto dan Hartono A. *Perkembangan Belajar pada Anak Usia Dini*. (Jakarta: Asdi Muhasatya. 2005), Hlm. 223-227.

d. Faktor yang dapat memperbaiki penyesuaian sosial

Mahmud menyebutkan beberapa faktor dalam memperbaiki penyesuaian, yaitu:

1) Berpartisipasi di dalam masyarakat

Aktifitas sosial sama pentingnya dengan aktifitas individual, orang yang berbeda dalam satu kelompok akan lupa dengan masalah-masalah yang dialaminya dan menemukan kepuasan karena saling bertukar pikiran, bekerjasama dan sebagainya.

2) Memiliki hubungan yang penuh kepercayaan dengan orang lain

Satu diantara cara-cara terbaik untuk mengurangi ketegangan adalah membicarakan kesulitan-kesulitan sendiri dengan seorang karib, dengan demikian dia bebas mengungkapkan perasaan malu dan takutnya.

3) Bersikap objektif

Orang yang bersikap objektif tidak menutup mata terhadap kenyataan, keinginan-keinginannya, tidak membutakannya, karena itu dia dapat memanfaatkan kekuatan yang ada disekitarnya untuk memuaskan dorongan-dorongannya dengan baik.

4) Berusahalah mengerti dan memahami

Orang yang *well-adjusted* berusaha bersikap objektif bukan saja terhadap dirinya sendiri, tetapi juga terhadap lingkungannya.

5) Jangan terlalu bersikap serius

Orang yang *well-adjusted* dapat menertawakan dirinya sendiri, dapat melihat hal-hal yang aneh pada tingkah lakunya.

6) Hidup pada saat sekarang

Penyesuaian yang baik orang perlu sekali hidup di dalam dan dengan situasi sebagaimana adanya serta mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam situasi-situasi tersebut. Mencemasi masa depan dan menyesali masa lalu tidak akan membantu seseorang memecahkan persoalan yang dihadapi.<sup>28</sup>

e. Penyesuaian Diri Dalam Konsep Islam

Penyesuaian sosial dapat terwujud dengan bantuan adanya proses penerimaan pada individu terhadap lingkungan baru. Kebiasaan baru, sikap serta perilaku baru dilakukan untuk mendukung terciptanya kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang dan masyarakat secara umum.

Telaah mengenai penyesuaian diri dalam konsep Islam, tertuang dalam QS Al-Hujurat: 13.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ

أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقَى اللَّهَ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

13. “Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah SWT ialah orang yang paling

<sup>28</sup> Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar* (Yogyakarta: BPFE, 1990), hlm. 230-232.

takwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.” (Al-Hujurat: 13)

Ayat ini menerangkan tentang keutamaan persaudaraan untuk seluruh manusi tanpa memandang suku, ras, warna kulit, kekayaan dan budaya. Perbedaan manusia terletak pada aqidah dan ketaqwaannya terhadap Allah SWT. Persaudaraan merupakan kunci terjalannya tatanan hidup yang harmonis. Dengan adanya persaudaraan, manusia dituntut untuk saling memahami, mengerti dan menempatkan diri sesuai kondisi dan karakter pelaku lingkungan. Proses ini yang disebut dengan penyesuaian diri untuk mendukung proses penyesuaian sosial.

### 3. Tinjauan Tentang Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD)

#### a. Definisi

Menurut PKBI Daerah Istimewa Yogyakarta, secara konseptual, istilah KTD juga bisa diartikan sebagai Kehamilan Tidak Dikehendaki (*Unintended Pregnancy*). Kehamilan yang tidak dikehendaki adalah kehamilan yang terjadi baik karena alasan waktu yang tidak tepat (*mistimed*) tau karena kehamilan tersebut tidak diinginkan (*unwanted*).<sup>29</sup> KTD adalah penolakan atas kehamilannya baik secara fisik maupun psikis. Remaja yang mengalami KTD adalah seorang perempuan yang berusia 10-24 tahun atau belum menikah, yang hamil tidak siap akan kehamilan, baik secara lisan maupun kejiwaan. Dari segi kejiwaan berdampak timbulnya rasa berdosa, depresi dan putus asa.

<sup>29</sup> Yogyakarta, P. D. PKBI Daerah Istimewa Yogyakarta Berjuang untuk Hak Kesehatan Reproduksi dan Seksual. Retrieved from [https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20\(unwanted\).](https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20(unwanted).)



b. Penyebab Kehamilan Diluar Nikah.<sup>30</sup>

- 1) Peningkatan umur usia perkawinan dan semakin dininya usia menstruasi pertama.
- 2) Penerimaan norma keluarga kecil oleh masyarakat yaitu menerima konsep dua anak sudah cukup
- 3) Kontak dan interaksi manusia semakin sering, baik melalui kontak fisik, kontak table, kontak tulisan maupun kontak suara. Kontak-kontak ini mempercepat kematangan seksual atau keinginan melakukan hubungan seksual.
- 4) Media massa, baik elektronik maupun cetak tampaknya semakin berani menampilkan table-tabel maupun tulisan yang merangsang erotisme, yang dianggap sebagai “bumbu penyedap” suatu penyajian.
- 5) Norma-norma dalam kehidupan masyarakat sudah banyak berubah. Dulu orang rebut bila ada pasangan kumpul kebo, sekarang tidak.
- 6) Kegagalan alat kontrasepsi.
- 7) Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang masalah seks, misalnya pengetahuan tentang reproduksi, kehamilan, alat reproduksi dan lain sebagainya.
- 8) Kurangnya kepedulian terhadap masalah-masalah kesehatan reproduksi, khususnya masalah kehamilan diluar nikah. Hal ini meningkatnya kriminalitas khususnya kejahatan dan pelecehan seksual.

---

<sup>30</sup> Abrori. *Di Simpang Jalan Aborsi: Sebuah Studi Kasus terhadap remaja yang mengalami kehamilan tak diinginkan*. (Semarang: Gigih Pustaka Mandiri, 2014), Hlm. 26.

- 9) Sulitnya memecahkan masalah kehamilan diluar nikah, karena hukum kita melarang tindakan aborsi.

c. Konsekuensi dari Kehamilan pada Usia Remaja

- 1) Terhambatnya tugas perkembangan bahkan ada tugas yang dilalui begitu saja akibat tuntutan menjalankan peran barunya sebagai orang dewasa.
- 2) Disfungsi keluarga yang dianggap sebagai pembawa krisis atau permasalahan dalam keluarga. Berpotensi menimbulkan konflik dan stress.
- 3) Risiko kesehatan pada masa kehamilan untuk melakukan perawatan kehamilan.
- 4) Konflik emosional akan meningkat pada saat terjadinya interaksi antara tuntutan dari lingkungan sosial remaja dengan kewajibannya mengasuh anak.
- 5) Defisiensi dalam bidang pendidikan dan pekerjaan.

d. Faktor penyebab KTD pada Remaja

- 1) Hamil sebelum nikah disebabkan penundaan dan peningkatan jarak usia nikah dan semakin dininya usia menstruasi pertama
- 2) Minimnya informasi dan pengetahuan tentang perilaku seksual yang dapat menyebabkan kehamilan
- 3) Hubungan seks coba-coba
- 4) Kegagalan atau tidak menggunakan alat kontrasepsi

e. Risiko KTD pada Remaja

- 1) Risiko medis, karena alat reproduksi belum optimal mengakibatkan komplikasi selama kehamilan dan persalinan.
- 2) Risiko psikologis, menjadi minder dan menjauhkan diri dari lingkungan karena belum siap bertanggungjawab memikul beban keluarga, perasaan malu, rasa berdosa, rasa bersalah, takut hingga depresi atau rasa tertekan yang mendalam.
- 3) Risiko sosial, remaja akan terhambat pendidikannya, sementara belum mampu bekerja sehingga menjadi beban keluarga.<sup>31</sup>

## H. Metode Penelitian

Metode penelitian berisi penjelasan tentang bahan dan peralatan yang digunakan dalam penelitian, serta metode penelitian seperti lokasi, jenis penelitian, sampel, rancangan penelitian atau desain penelitian, prosedur pelaksanaan, cara pengumpulan data dan cara analisis data.<sup>32</sup> Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>33</sup> Keabsahan hasil penelitian sangat diperlukan guna mempertanggungjawabkan apa yang telah diteliti, sehingga hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan penelitian selanjutnya. Maka dari itu, dalam sebuah penelitian perlu dicantumkan metode penelitian yang digunakan dalam mencari data. Berikut dijelaskan mengenai beberapa hal terkait metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

---

<sup>31</sup> *Ibid.*, hlm. 28.

<sup>32</sup> Restu Kartiko Widi, *Asas Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010), hlm. 253.

<sup>33</sup> Sugiyono, *Metode Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 2.

## 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan oleh penulis adalah penelitian kualitatif. Denzin & Lincoln menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.<sup>34</sup> Dengan demikian diharapkan mampu menghasilkan uraian yang bersifat umum terhadap kenyataan sosial yang difokuskan pada wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) karena peneliti harus terjun langsung ke lapangan dan terlibat dengan masyarakat setempat. Pendekatan yang digunakan adalah deskriptif-kualitatif. Alasan pemilihan metode deskriptif-kualitatif adalah metode ini mendeskripsikan suatu obyek, fenomena, atau setting sosial yang akan dituangkan dalam tulisan yang bersifat naratif.<sup>35</sup>

Melalui metode ini peneliti mendeskripsikan serta menginterpretasikan mengenai teknik terapi realitas yang digunakan untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita binaan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian biasanya disebut dengan informan, partisipan atau sasaran penelitian. Kualitas data yang diperoleh tergantung pada kualitas

---

<sup>34</sup> Albi Anggito, J.S. *Metode Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: Jejak Publisher, 2018), hlm.7.

<sup>35</sup> *Ibid*, hlm. 11.

subjek penelitian yang dipakai sebagai narasumber. Subjek penelitian ditentukan berdasarkan kriteria yang ditetapkan penulis agar memperoleh hasil yang akurat dan maksimal.

Penentuan subjek pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan contoh subjek data dengan pertimbangan tertentu, misalnya seseorang lebih mengetahui apa yang diinginkan penulis.<sup>36</sup>

Subjek penelitian ditentukan setelah melalui proses observasi yang dilakukan sebelum proses penelitian. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tujuh orang dapat dirincikan sebagai berikut:

- a. Subjek pertama adalah konselor. Konselor yang berada di BPRSW berjumlah 3. Pemilihan subjek atas dasar pertimbangan ketua TIM Psikologi BPRSW dengan kriteria telah mengabdikan bersama di BPRSW lebih dari 1 tahun, sehingga dinilai lebih dekat dengan klien. Ketua TIM Psikologi memilih Konselor MW sebagai narasumber sekaligus pengamat kemajuan klien melalui teknik terapi realitas.
- b. Kedua adalah pekerja sosial yang telah mengabdikan lebih dari 3 tahun, menjadi penanggung jawab/ pembimbing klien KTD yang terdiri atas informan Pak Tulus dan Bu Rantini yang diharapkan mampu memberikan informasi mengenai kegiatan sehari-hari wanita binaan khususnya dengan kehamilan tidak dikehendaki, data mengenai warga binaan dan proses pemberian teknik terapi realitas.

---

<sup>36</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm. 300.

- c. Subjek selanjutnya adalah wanita KTD berjumlah 3 dengan kriteria individu sebagai korban tindak kekerasan baik fisik maupun psikis, mengalami kehamilan tidak dikehendaki yang dilakukan oleh keluarga kandung (ayah) atau teman dekat. Rentan usia 17-22 Tahun serta dinilai mampu berkomunikasi secara baik. Pemilihan subjek atas rekomendasi pekerja sosial serta atas persetujuan klien. Klien tersebut adalah EH (18 tahun), FA (22 tahun) dan MN (20 tahun) sebagai penerima terapi realitas di BPRSW Yogyakarta.
- d. Subjek terakhir adalah alumni wanita binaan di BPRSW periode tahun 2011-2012, telah melakukan proses konseling, berdomisili Yogyakarta, aktif dalam kegiatan balai, memiliki keterbukaan terhadap individu lain. Subjek tersebut adalah Dy (Bantul).

Obyek penelitian ini adalah teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki (KTD) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data penting, guna mengupayakan diperolehnya data yang sesuai (valid) dan terpercaya (reliabel). Metode pengumpulan data dengan tiga teknik pengumpulan data, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Dijelaskan sebagai berikut:

#### a. Observasi

Observasi atau pengamatan menurut Sutrisno Hadi ialah suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari pelbagai proses biologis



dan psikologis. Dua di antara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.<sup>37</sup>

Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti menggunakan Observasi Partisipatif (*Participant Observation*) adalah suatu proses pengumpulan data di mana peneliti berpengalaman dalam suatu program secara mendalam mengamati tingkah laku sebagai sesuatu yang berlangsung secara alami.<sup>38</sup> Dengan observasi partisipasi, data yang diperoleh akan lebih lengkap, komprehensif, serta dapat menunjukkan keterkaitan antara satu aspek dengan aspek yang lain.

Dari teknik ini, data yang diharapkan berupa proses kegiatan dan teknik yang digunakan dalam terapi realitas serta interaksi sosial wanita binaan di BPSRW Yogyakarta sebagai hasil terapi realitas.

b. Wawancara

Peneliti menginginkan data dari informan lebih mendalam dengan jumlah informan yang terbatas, maka peneliti menggunakan teknik wawancara sebagai proses tambahan penggalian data. Wawancara adalah suatu kejadian atau suatu proses interaksi antara pewawancara (*interviewer*) dan sumber informasi atau orang yang diwawancarai (*interviewee*) melalui komunikasi langsung.<sup>39</sup> Proses ini dikatakan sebagai proses pembuktian, maka bisa saja hasil wawancara sesuai atau tidak sesuai dengan informasi yang telah diperoleh sebelumnya.

---

<sup>37</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif ...*, hlm. 145.

<sup>38</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan* (Jakarta: Kencana, 2014), hlm. 388-389.

<sup>39</sup> *Ibid*, hlm. 372.

Wawancara yang digunakan adalah model wawancara terpimpin yaitu bentuk wawancara di mana pewawancara dalam hal ini peneliti menyusun secara terperinci dan sistematis rencana atau pedoman pertanyaan menurut pola tertentu dengan menggunakan format yang baku.<sup>40</sup>

Narasumber pada wawancara ini adalah konselor sebagai informan yang mengetahui bagaimana teknik pelaksanaan terapi realitas, sejauh mana efektifitas perubahan penyesuaian sosial, serta manfaat jangka pendek dan panjang bagi wanita binaan. Informan yang kedua adalah pekerja sosial BPRSW yang diharapkan dapat memberikan data berupa penjelasan secara umum mengenai lembaga BPRSW, kegiatan warga binaan khususnya pada klien KTD dan perubahan penyesuaian sosial warga binaan. Informan selanjutnya, wanita binaan dan alumni wanita binaan BPRSW yang mengetahui bagaimana keadaan dirinya pada awal masuk hingga saat ini mendapat penanganan khusus, pandangan sosial yang terjadi di masyarakat setelah mendapat terapi, harapan atau keinginan pada masa mendatang serta perubahan yang telah dirasakan setelah mendapat penanganan khusus.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan atau karya seseorang tentang sesuatu yang sudah berlalu.<sup>41</sup> Metode pengumpulan data apabila informasi yang dikumpulkan bersumber dari dokumen, seperti: buku,

---

<sup>40</sup> *Ibid*, hlm. 374.

<sup>41</sup> *Ibid*, hlm. 391.

jurnal, laporan kegiatan, notulen rapat, daftar nilai, prasasti, dan lain sebagainya yang otentik. Dokumentasi digunakan sebagai penguat atau bukti tekstual yang dapat dipertanggungjawabkan.

Data yang dilihat dalam proses dokumentasi tersebut mengenai gambaran umum seperti: struktur organisasi, standar operasional prosedur penanganan wanita binaan dengan kehamilan tidak dikehendaki, jadwal kegiatan wanita binaan khususnya pada proses terapi, catatan peningkatan penyesuaian sosial, dan catatan masalah korban yang berada di BPRSW Yogyakarta.

#### 4. Metode Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif, artinya dari data yang diperoleh melalui penelitian tentang terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial terhadap wanita binaan Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta dilaporkan apa adanya kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mendapatkan gambaran mengenai fakta yang ada.

Analisis data yang menggunakan langkah-langkah yang masih bersifat umum yaitu: reduksi data, penyajian data, dan pengambilan kesimpulan.<sup>42</sup>

Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

##### a. Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data maka peneliti mengumpulkan data dengan menggali informasi kepada subyek penelitian atau informan baik melalui

---

<sup>42</sup> S. Nasution, *Metodologi Penelitian Naturalistik Kualitatif* (Bandung: Tarsito, 1996), hlm. 129.

wawancara, sumber data utama dalam penelitian ini adalah terapis, wanita dengan kehamilan tidak dikehendaki, petugas lembaga dan pekerja sosial. Observasi dan dokumentasi, ada dua macam foto yaitu foto yang dihasilkan orang dan foto yang dihasilkan oleh peneliti sendiri. Pada penelitian tahap awal penyusunan dimulai dengan mencari dokumen yang diperlukan dalam penelitian misalnya, sejarah berdiri dan berkembangnya lembaga tersebut, data diri korban, cek medis korban dan segala yang berhubungan dengan penelitian.

b. Reduksi data

Data yang diperoleh dari lapangan ditulis dalam bentuk uraian atau laporan yang terperinci. Laporan ini akan terus bertambah dan akan menambah kesulitan bila tidak segera dianalisis sejak mulanya. Laporan itu perlu direduksi, dirangkum, dipilih hal-hal yang pokok, difokuskan pada hal-hal yang penting dan dicari tema atau polanya. Laporan lapangan sebagai bahan yang disingkat, direduksi dan disusun lebih sistematis sehingga lebih mudah dikendalikan.

Data yang direduksi memberi gambaran yang lebih terfokus tentang hasil pengamatan juga mempermudah peneliti untuk mencari kembali data yang diperoleh bila diperlukan. Reduksi data dapat pula membantu dalam memberikan kode pada aspek-aspek tertentu. Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, penyederhanaan dan transformasi data kasar yang diperoleh dari catatan lapangan. Reduksi data berlangsung terus-menerus selama proses penelitian berlangsung. Peneliti melaksanakan pemilihan data

yang diperoleh dari wawancara, observasi dan pengumpulan dokumen-dokumen yang relevan tersebut.

c. Penyajian data

Penyajian data yaitu sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan data. Penyajian data diharapkan dapat mempermudah melakukan pemahaman terhadap masalah yang dihadapi sehingga kesimpulan yang diambil bukan kesimpulan yang terburu-buru, data yang diperoleh disusun dan digambarkan apa adanya sehingga dapat dijadikan kesimpulan yang logis terhadap permasalahan yang telah diteliti.

d. Pengambilan kesimpulan

Pengambilan kesimpulan adalah proses terakhir yang dilakukan dalam penulisan data. Pada tahap ini peneliti mengambil kesimpulan terhadap data yang telah direduksi dan disajikan secara gamblang dengan cara membandingkan, menghubungkan, dan memilih data yang mengarah pada pemecah masalah serta mampu menjawab permasalahan dan tujuan yang hendak dicapai.

5. Metode Pemeriksaan Keabsahan Data

Teknik Triangulasi dalam penelitian digunakan sebagai alat pemeriksa keabsahan suatu data. Teknik triangulasi yang digunakan adalah triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber digunakan dengan jalan membandingkan data berupa informasi yang diperoleh melalui wawancara antara satu informan dengan yang lain.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dari penelitian mengenai teknik terapi realitas untuk meningkatkan penyesuaian sosial wanita KTD di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta, yakni ketiga klien (FA, EH dan MN) dan Dy dalam proses konseling. Konselor dan peksos mayoritas menggunakan pendekatan terapi realitas yang di dalamnya terdapat beberapa teknik. Hasil yang diperoleh dari penggunaan teknik terapi realitas tersebut adalah:

1. Teknik dengan sistem WDEP (*What, Doing, Evaluation, Plan*). Teknik ini mampu membangun rasa percaya diri klien dalam menyampaikan keadaan saat ini serta keinginan pada masa mendatang.
2. Mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun mampu mendorong klien memiliki karakter jujur, bertanggungjawab dan menentukan cara klien melihat dirinya sendiri.
3. Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana spesifik khususnya bagi tindakan. Klien mampu merencanakan tindakan baru sebagai wujud penyesuaian sosial setelah adanya sebuah peristiwa.
4. Bertindak sebagai model dan guru. Teknik ini akan memperoleh hasil maksimal jika dilakukan secara langsung bagi tindakan.



5. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi mengajarkan klien untuk menghargai suatu proses perubahan serta memfokuskan klien pada permasalahan dan cara mengatasinya.
6. Melibatkan diri dengan klien dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif. Klien memperoleh gambaran mengenai pengalaman hidup khususnya bermasyarakat, sehingga mampu mempersiapkan diri untuk menjalani kehidupan sosial di lingkungan secara mandiri.

Teknik yang belum diterapkan adalah teknik terlibat dalam permainan peran, sebab waktu yang dibutuhkan lebih lama dalam pengkondisian klien yang sering berbenturan dengan kegiatan balai.

Teknik terapi realitas dinilai mampu membantu klien dalam proses penyesuaian sosial di balai yang di dahului dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru. Pengambilan keputusan secara bertanggung jawab dan mandiri adalah hasil dari teknik terapi realitas.

## **B. Saran**

Adapun saran-saran dari penulis adalah:

### **1. Bagi Konselor**

Untuk konselor diharapkan banyak mengambil pelajaran dari pengalaman klien, sehingga mampu meningkatkan rasa syukur terhadap apa yang sedang di jalani serta banyak belajar mengenai ilmu pengetahuan agar dapat membantu menyelesaikan masalah klien yang lebih kompleks.

## 2. Bagi Kepala Balai dan Pekerja Sosial

Untuk Kepala Balai dan Pekerja Sosial BPRSW diharapkan selalu memiliki sikap sabar dan penyayang, sehingga dapat mendampingi dan membimbing klien secara maksimal serta menjadikan segala permasalahan klien sebagai pelajaran dalam kehidupan. Meningkatkan rasa syukur dalam menjalani kehidupan dan semakin ikhlas dalam pengabdianya terhadap masyarakat.

## 3. Bagi Klien

Untuk klien diharapkan mampu menjadikan pengalaman sebagai pelajaran hidup yang tidak untuk diulang. Memotivasi diri agar selalu berbuat baik dan mulai belajar untuk hidup mandiri. Kesungguhan dalam mengikuti latihan keterampilan guna mengoptimalkan potensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- (KBBI), K. B. (2019, September 23). Retrieved from <http://kbbi.web.id/tingkat.html>
- (KBBI). (2020, Desember 17). Retrieved from <https://kbbi.web.id/wanita>
- Abrori. (2014). *Di Simpang Jalan Aborsi: Sebuah Studi Kasus terhadap remaja yang mengalami kehamilan tak diinginkan*. Semarang: Gigih Pustaka Mandiri
- Agustin, N. &. (2011). *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja Tinjauan Psikologi, Pendidikan dan bimbingan*. Bandung: Refika Aditama.
- Albi Anggito, J. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: Jejak Publisier.
- Balai, K. (2020, September 8). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- BR, P. (2020, September 28). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi, terj. Kartono Kartini*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Coray, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Dy, A. B. (2020, September 16). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)

- EH, K. (2020, September 12). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- FA, K. (2020, September 12). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- Hamid, N. (2019). Terapi Realitas untuk Menangani Trauma (Post Traumatic Stress Disorder) pada Korban Bullying di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita. *Jurnal Hisbah Bimbingan dan Konseling Islam*.
- Hartono, S. d. (2005). *Perkembangan Belajar pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Asdi Muhasatya.
- Hurlock, E. B. (1997). *Perkembangan Anak, Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Lestari, D. S. (2016). Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Tuli. *Journal of Disability Studies, Vol. 3, No. 1*, 104.
- Lubis, N. I. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Mahmud. (1990). *Psikologi Suatu Pengantar*. Yogyakarta: BPFE.
- Mentari, W. (2018). *Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Menggunakan Terapi Realitas terhadap Kestabilan Emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Proyek Univa Medan*. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Mulia, D. F. (2018). *Terapi Realitas untuk Mengatasi Kerenggangan Hubungan Keluarga pada Remaja di Pulo Wonokromo Surabaya*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel .

- MW, K. (2020, Mri 14). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta . (B. L. Fuadah, Interviewer)
- Nasution, S. (1996). *Metodologi Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito.
- Nelson, R. (2006). *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi, terj. Helly Prajitno dan Sri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- MN, K. (2020, September 12). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- PT, P. (2020, September 19). Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. (B. L. Fuadah, Interviewer)
- Rasimin, M. H. (2018). *Bimbingan dan konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Said hasan, d. (2019). *Panduan Mikro Konseling*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata.
- Solihin. (2015). *Riyadhus Shalihin*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Sugiyono. (2007). *Metode Kualitatif dan R&D* . Bandung: Alfabeta.
- Susanto, A. (2015). *Bimbingan & Konseling di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Vincencia, d. (2019). Hubungan Antara Penyesuaian Sosial dengan Interaksi Teman Sebaya pada Mahasiswa BK UKSW Angkatan 2017. *Jurnal Psikologi Konseling, Vol. 14:1*, 398.

Widi, R. K. (2010). *Asas Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Yogyakarta, D. S. (2019). *Profil Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (Balai PRSW) Yogyakarta*. Yogyakarta: Pemerintah Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta.

Yogyakarta, P. D. (2020). *PKBI Daerah Istimewa Yogyakarta Berjuang untuk Hak Kesehatan Reproduksi dan Seksual*. Retrieved from [https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20\(unwanted\)](https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/#:~:text=Secara%20konseptual%2C%20istilah%20KTD%20juga,tersebut%20tidak%20diinginkan%20(unwanted).).

Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.



## LAMPIRAN-LAMPIRAN

**PEDOMAN WAWANCARA****1. Kepala balai**

- a. Bagaimana kebijakan BPRSW dalam menangani warga binaan, khususnya wanita binaan?
- b. Apa faktor pendukung dan penghambat yang anda alami saat menjalankan kebijakan tersebut?
- c. Peran apa yang anda lakukan terhadap warga binaan?
- d. Apa program yang diberikan kepada wanita KTD?
- e. Di BPRSW memiliki berapa program pemberdayaan dan bagaimana karakteristik dari setiap program?
- f. Bagaimana terbangunnya wisma bunda?

**2. Pekerja sosial BPRSW Yogyakarta**

- a. Sejak kapan anda menjadi pekerja sosial di BPRSW?
- b. Bagaimana proses masuknya klien dengan KTD?
- c. Berapa jumlah pekerja sosial yang menangani klien KTD?
- d. Berapa jumlah klien KTD yang berada di BPRSW Yogyakarta?
- e. Klien KTD tergolong sebagai korban, biasanya oleh siapa?
- f. Kapan pelaksanaan konseling?
- g. Apa tujuan diadakan proses konseling untuk klien?
- h. Bagaimana kondisi psikososial klien pada awal masuk di BPRSW?  
(khususnya klien KTD)

- i. Bagaimana penyesuaian sosial klien terhadap warga binaan lain dari waktu ke waktu?
- j. Apa yang ditetapkan kepada klien agar ia mampu menerima keadaan sekarang ini?
- k. Apakah terdapat perubahan setelah proses konseling dengan teknik terapi realitas?
- l. Bagaimana penyesuaian sosial klien setelah keluar dan berbaaur pada masyarakat pada umumnya.
- m. Faktor apakah yang dapat meningkatkan penyesuaian sosial klien di balai ini?

### **3. Klien KTD**

- a. Identitas (nama, umur, kasus)
- b. Siapakah yang menyarankan anda datang kesini?
- c. Bagaimana perasaan anda ketika awal masuk di balai ini?
- d. Yang menemani anda di balai siapa saja? Dari peksos dan konselor?
- e. Bagaimana proses konseling yang anda ikuti?
- f. Apa yang anda rasakan setelah melakukan konseling?
- g. Bagaimana anda bisa menerima keadaan saat ini?
- h. Apa motivasi anda untuk menjalankan kehidupan saat ini?
- i. Apa yang anda inginkan ketika sudah keluar dan berada di lingkungan masyarakat?
- j. Apa yang akan anda lakukan agar diterima kembali di masyarakat?

#### 4. Alumni warga binaan BPRSW

- a. Coba ceritakan pengalaman hidup anda sebelum mengikuti program di BPRSW.
- b. Proses konseling seperti apa yang anda ikuti?
- c. Apa manfaat setelah mendapat proses konseling tersebut?
- d. Seputar karakteristik penyesuaian sosial
  - 1). Bagaimana anda menyikapi pandangan sosial terhadap anda?
  - 2). Apa kegiatan anda setelah keluar dari BPRSW?
  - 3). Apakah anda mengalami rasa sakit seputar jasmani?
  - 4). Bagaimana anda menilai diri anda untuk saat ini?
  - 5). Bagaimana sikap anda pertama kali saat berbaur di masyarakat?
  - 6). Apa tujuan hidup anda saat ini dan kedepannya?
  - 7). Apa yang akan anda berikan kepada anak dan keluarga anda?
  - 8). Adakah seseorang yang menjadi tempat curahan hati anda?
  - 9). Kegiatan masyarakat apa sajakah yang pernah anda ikuti?
  - 10). Bagaimana perasaan anda saat ini?
- e. Faktor yang dapat memperbaiki penyesuaian sosial
  - 1). Apa kegiatan yang sering anda ikuti di masyarakat?
  - 2). Apakah anda sering bertukar pendapat dengan tetangga?
  - 3). Bagaimana anda menilai lingkungan sekitar anda?
  - 4). Bagaimana anda menanggapi tetangga yang suka bergurau?
  - 5). Apakah anda cemas dengan masa yang akan datang?
  - 6). Apa sajakah hal yang akan anda lakukan untuk mengisi hari-hari?

## DOKUMENTASI



*Kantor Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta*



*Peta Lokasi Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta*



*Petunjuk Lokasi*



*Petunjuk Lokasi*



*Wawancara dengan Ibu Kepala Balai*



*Wawancara dengan Pak Tulus*





*Wawancara dengan Bu Rantini*



*Wawancara dengan Klien FA*



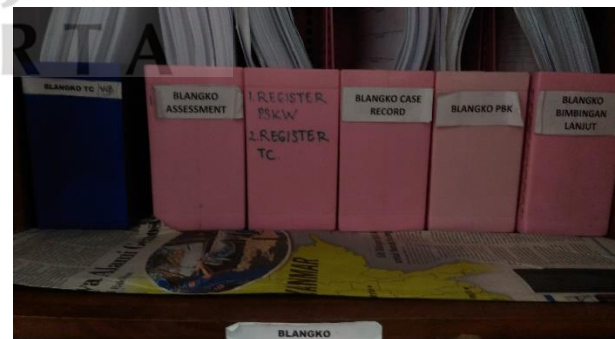
*Wawancara dengan Klien EH*



*Wawancara dengan Klien MN*



*Dokumen klien Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta*



*Dokumen klien Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta*