

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan transisi dari masa anak-anak ke usia dewasa. Masa remaja merupakan masa krusial, sebab individu mengalami transisi biologis, kognitif, maupun sosial. Menurut WHO (2014), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun dan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun.

Jumlah penduduk di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 270.203.917 jiwa dengan 2/3% berada di usia produktif sejumlah 180.135.945. Sedangkan jumlah remaja tercatat sebanyak 46.000.000 jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 17% penduduk Indonesia adalah remaja. Penduduk di Indonesia yang berusia 10-14 tahun (tidak produktif) sebanyak 23.460.000 jiwa, usia 15-19 tahun (produktif) sebanyak 22.540.000 jiwa, dan usia produktif lainnya (20-64 tahun) sejumlah 157.595.945. Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan jumlah remaja tahun 2021 di pulau Jawa sebanyak 27.600.000 (60%) jiwa dan sebanyak 8.280.000 (18%) remaja di Jawa Barat.

Laju pertumbuhan jumlah remaja dapat menimbulkan permasalahan diantaranya, masalah yang ditimbulkan dari perubahan fisik, perubahan kognitif, dan masalah emosional (Sulastoyo & Lailatushifah dalam Rahayu, 2017). Remaja yang dapat menerima keadaan dirinya yaitu menghormati diri mereka sendiri, menyadari sisi negatif dalam dirinya, mengetahui bagaimana untuk hidup bahagia dengan sisi negatif yang dimilikinya, dan memiliki kepribadian yang sehat dan kuat. Sebaliknya, remaja yang mengalami kesulitan dalam penerimaan diri tidak menyukai karakteristik mereka sendiri, merasa diri mereka tidak berguna, tidak percaya diri, mudah putus asa, selalu menyalahkan diri, merasa malu, rendah diri akan keadaan, merasa iri terhadap keadaan orang lain, sulit membangun hubungan positif dengan orang lain, dan tidak bahagia (Ardila & Herdiana, 2013 dalam Nursanaa, W.O., 2021). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pada remaja mengalami kecenderungan penerimaan diri adalah rendah. Hal ini akan berdampak terhadap kemampuan dalam mengaktualisasikan diri dalam mengembangkan diri dengan baik.

Rendahnya penerimaan diri dapat diatasi melalui terapi realitas dengan melakukan perencanaan yang rinci, matang dan tersusun secara sistematis, serta persiapan yang cukup (baik secara fisik, mental ataupun emosional) dan apresiasi terhadap kelebihan dan kemampuan yang dimiliki. Pendekatan realitas bertujuan memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada remaja supaya dapat mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan

apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan, maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.

Berdasarkan hasil penelitian Sekali, R.B.K tahun 2020 tentang mengubah *self acceptance* (penerimaan diri) siswa kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung, diperoleh kesimpulan secara umum bahwa *self acceptance* (penerimaan diri) siswa dapat ditingkatkan melalui konseling individu realitas. Adapun kesimpulan khusus diperoleh hasil sebagai berikut, gambaran *self acceptance* siswa kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung sebelum diberikan konseling individu realita yaitu siswa kelas termasuk dalam kriteria *self acceptance* rendah dengan persentase sebesar 48%. Dan setelah diberikan konseling individu realita yaitu siswa kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung dalam kriteria sedang dengan persentase sebesar 64%.

Berdasarkan hasil penelitian Astusi, A.D & Hastanti, I.P tahun 2021 layanan konseling individu dengan pendekatan realitas efektif untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik. Pemanfaatan layanan konseling realitas dengan tepat dan intensif dapat mendorong peserta didik menjadi pribadi yang bertanggung jawab sesuai dengan kondisi yang dimiliki.

Dari pemaparan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Terapi Realitas Terhadap Tingkat

Penerimaan Diri Rendah Pada Remaja di SMA Negeri 1 Dramaga Kabupaten Bogor”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka diperoleh rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, bagaimana pengaruh penerapan terapi realitas terhadap tingkat penerimaan diri pada remaja di SMA Negeri 1 Dramaga Kabupaten Bogor.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan terapi realitas dalam meningkatkan penerimaan diri pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik (usia, jenis kelamin, kelas, pendidikan).
- b. Diketahui tingkat penerimaan diri pada remaja sebelum mendapatkan terapi realitas.
- c. Diketahui tingkat penerimaan diri pada remaja setelah mendapatkan terapi realitas.
- d. Diketahui perbedaan tingkat penerimaan diri pada remaja sebelum dan setelah mendapatkan terapi realitas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Program Studi Keperawatan Bogor

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bahan bacaan terkait dengan remaja, penerimaan diri, dan terapi realitas. Hasil penelitian juga dapat dijadikan sebagai data dasar atau bahan informasi dan sebagai data pendukung bagi penelitian selanjutnya.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan menambah pengetahuan terkait tingkat penerimaan diri pada remaja di SMA Negeri 1 Dramaga Kabupaten Bogor dan dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam pelaksanaan konseling sebagai usaha untuk meningkatkan penerimaan diri dengan menggunakan terapi realitas WDEP.

3. Bagi Peneliti

- a. Menambah wawasan dalam hal melakukan studi kasus dan mengaplikasikan ilmu tentang penerapan terapi realitas.
- b. Melatih kemampuan peneliti dalam melaksanakan penelitian secara ilmiah dengan penerapan terapi realitas.
- c. Mendapatkan pengalaman untuk mengaplikasikan pelajaran Keperawatan dan Karya Tulis Ilmiah Keperawatan yang telah diperoleh selama mengikuti kegiatan perkuliahan di Politeknik Kementerian Kesehatan Bandung Program Studi Keperawatan Bogor.