

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Dramaga Kabupaten Bogor jalan raya Dramaga KM 07 Desa Dramaga, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Dengan visi dan misi sebagai berikut:

Visi : Menjadi sekolah yang unggul dalam prestasi, berkarakter dan berbudaya nasional serta berwawasan global.

Misi :

1. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif dan kompetitif.
2. Menumbuhkembangkan semangat keunggulan.
3. Meningkatkan pembinaan akhlak atau berbudi luhur.
4. Meningkatkan minat dan bakat serta kreatifitas.
5. Menumbuhkembangkan jaringan informasi intranet, internet maupun perpustakaan.
6. Meningkatkan sarana prasarana.
7. Menghasilkan lulusan yang kompetitif secara global.
8. Menumbuhkembangkan kerjasama antar manajemen sekolah.

SMAN 1 Dramaga saat ini memiliki fasilitas kelas berjumlah 36 ruang kelas dengan 12 kelas untuk kelas 10, 12 kelas untuk kelas 11 dan 12 kelas untuk kelas 12. Dengan jumlah 1.234 siswa, yaitu 428 siswa kelas 10, 421 siswa kelas 11, dan 395 siswa kelas 12. Guru SMAN 1 Dramaga

berjumlah 53 orang dengan 95% bergelar sarjana dan 5% bergelar magister. Pegawai tata usaha di SMAN 1 Dramaga berjumlah 7 orang. SMAN 1 Dramaga memiliki beberapa fasilitas seperti ruang belajar, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, laboratorium komputer, laboratorium fisika, kimia dan biologi, lapangan upacara, lapangan olahraga, mushola, kamar kecil atau WC, kantin, dan pos satpam.

B. Hasil Penelitian/Studi Kasus

1. Karakteristik Responden

Responden pertama dalam penelitian ini adalah Nn. ANA berusia 17 tahun yang beralamat di Cihideung Udik, responden kedua dalam penelitian ini adalah Nn. SNM berusia 17 tahun yang beralamat di Pasir Kuda, dan responden ketiga dalam penelitian ini adalah Nn. SUA berusia 17 tahun yang beralamat di Cangkurawok. Responden merupakan siswa SMAN 1 Dramaga Kabupaten Bogor yang saat ini duduk di bangku kelas 11 SMA dengan pilihan minat IPS.

a. Responden ANA

Saat dilakukan observasi dan wawancara, responden menunjukkan bahwa sulit dalam beradaptasi, lebih senang menyendiri, bersikap menghindari teman sekelas, tidak percaya diri, dan merasa malu. Responden mendapatkan skor nilai 39% setelah dilakukan pengukuran tingkat penerimaan diri menggunakan kuesioner USAQ.

b. Responden SNM

Saat dilakukan observasi dan wawancara, responden menunjukkan bahwa merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya. Responden mendapatkan skor nilai 43% setelah dilakukan pengukuran tingkat penerimaan diri menggunakan kuesioner USAQ.

c. Responden SUA

Saat dilakukan observasi dan wawancara, responden menunjukkan bahwa merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya. Responden mendapatkan skor nilai 46% setelah dilakukan pengukuran tingkat penerimaan diri menggunakan kuesioner USAQ.

2. Perbedaan Hasil Penelitian

Setelah melakukan wawancara dan observasi kepada responden, peneliti melakukan penerapan terapi realitas selama 5 hari dengan durasi 25-30 menit.

Tabel 4.1 Hasil Penelitian Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi Realitas pada Responden di SMAN 1 Dramaga Kabupaten Bogor

No.	Tanggal	Responden	Nilai Sebelum Dilakukan Terapi Realitas	Keterangan
1.	05 April 2022	ANA	39%	Tingkat penerimaan diri rendah
2.	05 April 2022	SNM	43%	Tingkat penerimaan diri rendah
3.	05 April 2022	SUA	46%	Tingkat penerimaan diri rendah

Berdasarkan pada tabel 4.1 di atas, menunjukkan bahwa tingkat penerimaan diri yang diukur menggunakan kuesioner *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ) sebelum dilakukan penerapan terapi realitas pada ANA dengan nilai 39% (tingkat penerimaan diri rendah), pada SNM dengan nilai 43% (tingkat penerimaan diri rendah), dan pada SUA dengan nilai 46% (tingkat penerimaan diri rendah).

Tabel 4.2 Hasil Penelitian Selama Dilakukan Penerapan Terapi Realitas pada Responden di SMAN 1 Dramaga Kabupaten Bogor

No.	Nama	Hari/Tanggal							
		Selasa 05/04/22	Ket.	Rabu 06/04/22	Ket.	Kamis 07/04/22	Ket.	Sabtu 09/04/22	Ket.
1.	ANA	39%	Rendah	42%	Rendah	62%	Sedang	77%	Tinggi
2.	SNM	43%	Rendah	47%	Rendah	52%	Sedang	63%	Sedang
3.	SUA	46%	Rendah	52%	Sedang	60%	Sedang	69%	Tinggi

Berdasarkan pada tabel 4.2 di atas, hasil dari penerapan terapi realitas yang dilakukan sebanyak 6 sesi yang dilakukan dari tanggal 05-09 April 2022 dan dilakukan pengukuran tingkat penerimaan diri sebanyak 4 kali yaitu tanggal 05, 06, 07, dan 09 April 2022 didapatkan peningkatan nilai sesudah dilakukan terapi realitas pada ketiga responden.

a. Pertemuan pertama (Selasa, 05 April 2022)

Pada pertemuan pertama, ketiga siswa terlebih dahulu diminta mengisi kuesioner USAQ untuk mengukur skala penerimaan diri secara jujur sesuai dengan keadaan yang mereka hadapi atau yang mereka alami saat ini. Tujuan dari pengisian kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat penerimaan diri yang dimiliki ketiga siswa sebelum diberikan penerapan terapi realitas. Selanjutnya melakukan pengisian informed consent. Pada pertemuan ini merupakan awal dimulainya kegiatan konseling dengan terapi realitas sesi satu, yaitu sebagai tahapan awal dengan membangun hubungan yang akrab antara peneliti dengan ketiga siswa dengan perkenalan. Peneliti berupaya agar siswa dapat

terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dihadapi dengan menjelaskan mengenai penerimaan diri rendah dan tujuan dari terapi realitas. Dalam sesi ini, siswa menjelaskan bahwa memiliki masalah yang berkaitan dengan penerimaan dirinya. Dari rendahnya penerimaan diri ini memunculkan perilaku negatif, yaitu pada ANA sulit dalam beradaptasi, lebih senang menyendiri saat di kelas, bersikap menghindari teman-temannya, tidak percaya diri, dan merasa malu. Pada SNM merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya. Dan pada SUA merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya.

Dalam pertemuan ini dilakukan pula terapi realitas sesi 2 yaitu *want*. Sesi ini yaitu, untuk mengeksplorasi atau mengungkapkan keinginan ataupun kebutuhan dasar klien. Dalam sesi ini siswa sudah sangat terbuka, pada siswa ANA berkomitmen akan berusaha semampu ANA untuk lebih berani bersosialisasi dan tidak menghindari teman-temannya agar bisa memiliki banyak teman. Pada siswa SNM berkomitmen akan berusaha semampu SNM untuk rajin dalam belajar sehingga mendapatkan nilai yang cukup baik dan lebih produktif dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Pada siswa SUA berkomitmen akan berusaha semampu SUA

untuk lebih rajin belajar agar mendapatkan nilai yang baik dan berusaha terus menjadi lebih baik lagi setiap harinya.

b. Pertemuan kedua (Rabu, 06 April 2022)

Dalam pertemuan ini dilakukan terapi realitas sesi 3 yaitu *doing and direction*. Sesi ini yaitu, untuk mendiskusikan mengenai apa saja perilaku-perilaku yang ditunjukkan oleh klien untuk mencapai harapannya dan membuka pemahaman klien bahwa perilaku-perilaku saat ini kurang efektif untuk memenuhi keinginan dan kebutuhannya. Dalam sesi ini, pada ketiga siswa masih merasa kesulitan untuk merubah perilakunya sehingga ketiga siswa melakukan perilaku-perilaku yang merugikan, namun ketiga siswa akan terus berusaha menjadi lebih baik.

c. Pertemuan ketiga (Kamis, 07 April 2022)

Dalam pertemuan ini dilakukan terapi realitas sesi 4 yaitu *evaluation*. Sesi ini yaitu, untuk mengevaluasi perilakunya apakah perilakunya saat ini sudah cukup rasional untuk mewujudkan harapannya dan mengevaluasi perilaku baru agar sesuai dengan kemampuan dan keinginan serta dapat tercapai kebutuhan. Dalam sesi ini pada ketiga siswa dapat menilai tingkah lakunya dan menyadari bahwa tindakan yang selama ini dilakukannya belum sesuai dengan upaya untuk memenuhi kebutuhan dan menghambat tercapainya kebutuhan. Ketiga siswa terlihat lebih nyaman dengan

peneliti, hal ini dapat dirasakan dari sikap siswa yang lebih terbuka terhadap peneliti.

d. Pertemuan keempat (Jumat, 08 April 2022)

Dalam pertemuan ini dilakukan terapi realitas sesi 5 yaitu *planning*. Sesi ini yaitu, untuk mengeksplorasi perilaku yang dapat mewujudkan harapannya, bersama-sama membuat rancangan kegiatan berdasarkan kriteria SAMI²C³ yang akan dilakukan oleh klien, dan menekankan agar klien berkomitmen dan bertanggung jawab atas kegiatan yang telah dipilih. Dalam sesi ini pada siswa ANA membuat rencana untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu, memulai percakapan terlebih dahulu, akan bersosialisasi dan tidak memilih menyendiri, memberanikan diri terlebih dahulu untuk menyapa dan bertanya kepada teman, bila tidak berhalangan saat diajak oleh teman tidak menolak, dan lebih percaya diri. Pada siswa SNM membuat rencana untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu, lebih rajin dalam belajar dan mengulang kembali pelajaran saat di rumah, meningkatkan rasa percaya diri saat pembelajaran di kelas, mengurangi bermain gadget, mengubah pola jam tidur, dan melakukan aktivitas yang positif. Pada siswa SUA membuat rencana untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu, belajar lebih giat lagi, mengerjakan tugas tepat waktu, mengurangi bermain gadget, mengurangi rasa malas, dan lebih percaya diri.

e. Pertemuan kelima (Sabtu, 09 April 2022)

Dalam pertemuan ini dilakukan terapi realitas sesi 6 yaitu terminasi dan *follow up*. Sesi ini yaitu, untuk mengungkapkan perasaan klien selama terapi berlangsung. Pada sesi ini juga adanya tindak lanjut terhadap hasil kegiatan yang telah disepakati dan dilakukan. Selanjutnya klien diminta kembali mengisi kuesioner B untuk mengetahui pengaruh terhadap tingkat penerimaan diri setelah diberikan terapi realitas. Dalam sesi ini, ketiga siswa mengungkapkan merasa nyaman dengan adanya terapi realitas, mereka mampu mengungkapkan perasaannya dan mendapatkan manfaat dari penerapan terapi realitas, ketiga siswa juga sudah mulai menerapkan kegiatan yang telah disepakati dan akan terus bertanggung jawab serta berkomitmen dalam menjalankan kegiatan tersebut. Pada siswa ANA sudah tidak memilih untuk menyendiri saat di kelas, sudah tidak bersikap menghindari teman sekelas, mulai meningkatkan rasa percaya dirinya bahwa responden memiliki kelebihan dan kemampuan untuk sama seperti teman-temannya, mulai berusaha terbuka dengan teman-temannya sehingga responden mendapatkan dukungan, dan sudah berani untuk bertanya terlebih dahulu kepada orang lain. Pada siswa SNM dan SUA mulai memperbaiki kebiasaan buruk yang sebelumnya sering di lakukan, rajin dalam mengerjakan tugas, mulai belajar

dengan mengulangi mata pelajaran yang sebelumnya telah di bahas di sekolah, mulai merasa percaya diri saat pembelajaran di kelas bahwa responden memiliki kelebihan dan kemampuan untuk sama seperti teman-temannya, berusaha untuk rajin belajar, dan responden juga mengetahui bahwa kelemahan tidak boleh dijadikan hambatan namun harus dijadikan sebagai motivasi agar subjek terus maju. Responden ingin membuat orangtuanya bangga oleh sebab itu responden harus belajar dan bersungguh-sungguh. Didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan penerimaan diri setelah dilakukan terapi realitas.

Tabel 4.3 Perbedaan Tingkat Penerimaan Diri Sebelum (*pre test*) dan Sesudah (*post test*) Dilakukan Penerapan Terapi Realitas pada Responden di SMAN 1 Dramaga Kabupaten Bogor

No.	Nama	Waktu	Hasil		Keterangan
			Sebelum	Sesudah	
1.	ANA	5 hari	39%	77%	Ada
2.	SNM	5 hari	43%	63%	Ada
3.	SUA	5 hari	46%	69%	Ada

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, menunjukkan pengukuran menggunakan kuesioner *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ) didapatkan hasil bahwa ada perubahan tingkat penerimaan diri sesudah dilakukan penerapan terapi realitas sebanyak 6 sesi selama 5 hari yaitu dari tanggal 05-09 April 2022 dan dilakukan pengukuran tingkat penerimaan diri sebanyak 4 kali yaitu tanggal 05, 06, 07, dan 09 April 2022. Pada responden ANA terdapat perubahan dari tingkat penerimaan diri rendah menjadi tingkat penerimaan diri tinggi dengan

peningkatan sebanyak 38%, pada responden SNM terdapat perubahan dari tingkat penerimaan diri rendah menjadi tingkat penerimaan diri sedang dengan peningkatan sebanyak 20%, dan pada responden SUA terdapat perubahan dari tingkat penerimaan diri rendah menjadi tingkat penerimaan diri tinggi dengan peningkatan sebanyak 23%.

C. Pembahasan

Pada bab ini, peneliti akan melakukan pembahasan lebih lanjut. Pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan data hasil penelitian, kemudian dibandingkan dengan konsep teori dari peneliti sebelumnya terkait dengan judul penelitian.

1. Karakteristik

Responden dalam penelitian ini berjumlah tiga remaja. Ketiga responden mampu mengisi kuesioner dengan baik dan mengisi dengan jujur. Ketiga responden berjenis kelamin perempuan dengan usia yang sama, yaitu masuk ke dalam remaja madya (pertengahan) dengan usia 17 tahun. Ketiga responden merupakan siswa yang saat ini duduk di bangku kelas 11 SMA dengan peminatan IPS.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, pada penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian tingkat penerimaan diri rendah pada remaja lebih banyak terjadi pada jenis kelamin perempuan di bandingkan laki-laki. Menurut penelitian (Ilma & Muslimin, 2020), mengungkapkan penerimaan diri mahasiswa laki-laki lebih tinggi daripada perempuan. Berdasarkan hasil penelitian (Refnadi, Marjohan,

& Yarmis, 2021), menunjukkan 18.3% berada pada kondisi penerimaan diri tinggi, 36.6% berada pada kondisi penerimaan diri sedang, dan 45.4% berada pada kondisi penerimaan diri rendah, selain itu siswa laki-laki lebih tinggi penerimaan dirinya dibandingkan dengan perempuan.

2. Hasil pengukuran tingkat penerimaan diri pada responden sebelum dilakukan penerapan terapi realitas

Pada pertemuan pertama, responden terlebih dahulu diminta untuk mengisi kuesioner USAQ dan telah tercantum petunjuk pengisiannya. Responden diminta mengisikannya secara jujur sesuai dengan keadaan yang mereka hadapi atau yang mereka alami saat ini yang berhubungan dengan masalah penerimaan diri. Tujuan dari pengisian skala penerimaan diri adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat penerimaan diri yang dialami oleh responden sebelum diberikan penerapan terapi realitas.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil *screening* dengan melakukan pengukuran tingkat penerimaan diri menggunakan kuesioner *Unconditional Self-Acceptance Questionnaire* (USAQ), didapatkan bahwa ketiga responden mengalami tingkat penerimaan diri rendah. Dengan nilai tingkat penerimaan diri sebelum dilakukan terapi realitas pada responden ANA yaitu 39% (penerimaan diri rendah), pada responden SNM yaitu 43%, dan pada responden SUA yaitu 46%.

Setelah didapatkan data melalui *screening*, dilakukan observasi dan wawancara. Pada observasi dan wawancara diperoleh data bahwa responden ANA sulit dalam beradaptasi, lebih senang menyendiri, bersikap menghindari teman sekelas, tidak percaya diri, dan merasa malu. Pada responden SNM diperoleh data bahwa responden merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya. Dan pada responden SUA diperoleh data bahwa responden merasa iri dengan keberhasilan atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, tidak percaya diri, dan merasa minder dengan nilainya.

Hasil penelitian dari Astusti, A.D., & Hastanti, I. P., (2021), penerimaan diri memiliki peranan yang penting dalam berinteraksi dan berkomunikasi karena penerimaan diri dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain.

Hasil penelitian dari Sekali, R.B.K., (2020), gejala-gejala rendahnya penerimaan diri yang dijumpai oleh peneliti dalam fenomena di lapangan yakni rasa minder dalam pergaulan, sikap menghindar dari teman sekelas dan ragu akan bagaimana dirinya menghadapi masa depan.

Hasil penelitian dari Astusti, A.D., & Hastanti, I. P., (2021), gejala penerimaan diri yang tinggi yaitu mampu menerima diri baik fisik maupun segala pencapaian yang telah dilalui, percaya diri, dan optimis akan masa depan. Gejala penerimaan diri rendah ditandai dengan

perasaan minder dalam bergaul baik dikarenakan masalah ekonomi maupun fisik peserta didik itu sendiri, sikap menghindari teman sekelas, dan keraguan dalam menghadapi masa depan. Apabila penerimaan diri yang masih rendah dibiarkan saja maka akan berakibat pada perkembangan belajar berikutnya, peserta didik akan kesulitan dalam mengaktualisasikan dirinya. Oleh karena itu, harus dilakukan peningkatan penerimaan diri peserta didik agar tidak menimbulkan hambatan pada perkembangan berikutnya.

Dalam meningkatkan penerimaan diri dapat menggunakan cara sebagai berikut, menjadikan orang lain yang memiliki pola hidup berhasil sebagai contoh, yakin dengan kemampuan diri sendiri, belajar bertanggung jawab dalam berbagai hal, mampu memaknai setiap peristiwa secara positif, dan menuliskan tujuan serta rencana dengan membuat langkah-langkah yang jelas dan mampu mengembangkan dengan baik.

3. Hasil pengukuran tingkat penerimaan diri pada responden sesudah dilakukan penerapan terapi realitas

Sesudah dilakukan penerapan terapi realitas selama 5 hari terbukti terdapat peningkatan penerimaan diri pada responden dengan tingkat penerimaan diri rendah. Responden ANA sebelum dilakukan penerapan terapi realitas nilai tingkat penerimaan dirinya adalah 39% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas menunjukkan peningkatan yang signifikan menjadi 77% hal itu dikatakan bahwa

responden sudah tidak memilih untuk menyendiri saat di kelas, sudah tidak bersikap menghindari teman sekelas, mulai meningkatkan rasa percaya dirinya bahwa responden memiliki kelebihan dan kemampuan untuk sama seperti teman-temannya, mulai berusaha terbuka dengan teman-temannya sehingga responden mendapatkan dukungan, dan sudah berani untuk bertanya terlebih dahulu kepada orang lain.

Pada responden SNM sebelum dilakukan penerapan terapi realitas nilai tingkat penerimaan dirinya adalah 43% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas menunjukkan peningkatan menjadi 63% hal itu dikatakan bahwa responden mulai memperbaiki kebiasaan buruk yang sebelumnya sering dilakukan, rajin dalam mengerjakan tugas, mulai belajar dengan mengulangi mata pelajaran yang sebelumnya telah di bahas di sekolah, mulai merasa percaya diri saat pembelajaran di kelas bahwa responden memiliki kelebihan dan kemampuan untuk sama seperti teman-temannya, berusaha untuk rajin belajar, dan responden juga mengetahui bahwa kelemahan tidak boleh dijadikan hambatan namun harus dijadikan sebagai motivasi agar subjek terus maju. Responden ingin membuat orangtuanya bangga oleh sebab itu responden harus belajar dan bersungguh-sungguh.

Pada responden SUA sebelum dilakukan penerapan terapi realitas nilai tingkat penerimaan dirinya adalah 46% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas menunjukkan peningkatan yang signifikan menjadi 69% hal itu dikatakan bahwa responden mulai berusaha untuk

rajin belajar, rajin dalam mengerjakan tugas, mulai belajar dengan mengulangi mata pelajaran yang sebelumnya telah di bahas di sekolah, memperbaiki kebiasaan buruk yang sebelumnya sering di lakukan, mulai merasa percaya diri saat pembelajaran di kelas bahwa responden memiliki kelebihan dan kemampuan untuk sama seperti teman-temannya, dan juga mengetahui bahwa kelemahan tidak boleh dijadikan hambatan namun harus dijadikan sebagai motivasi agar subjek terus maju. Responden ingin membuat orangtuanya bangga oleh sebab itu responden harus belajar dan bersungguh-sungguh.

Hasil penelitian Astusti, A.D., & Hastanti, I. P., (2021) ini menghasilkan kesimpulan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik. Pemanfaatan layanan konseling realita dengan tepat dan intensif dapat mendorong peserta didik menjadi pribadi yang bertanggung jawab sesuai dengan kondisi yang dimiliki.

Hasil penelitian Baitina, A (2020), terapi realitas yang dilakukan kepada subjek penelitian berdampak positif. Subjek dapat mengetahui kelebihan dan kekurangannya serta mampu membuat rencana positif untuk dirinya.

Hasil penelitian Nursanaa, W. O. (2021), *Reality therapy* yang dilakukan pada subjek berdampak positif dan efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada subjek. Subjek dapat mengetahui kelebihan dan kelemahannya serta mampu membuat rencana positif

untuk dirinya. Subjek akan berusaha untuk mewujudkan keinginan-keinginan yang sudah dituliskannya. Subjek juga telah mengetahui bahwa kelemahan tidak boleh menjadi hambatan tetapi justru sebagai motivasi untuk terus maju. Subjek ingin menjadi anak yang sukses sehingga dapat membahagiakan orang disekitarnya.

4. Perbandingan hasil pengukuran tingkat penerimaan diri pada responden sebelum dan sesudah penerapan terapi realitas

Penerapan terapi realitas sebanyak 6 sesi yang dilakukan selama 5 hari di dapatkan hasil pada peningkatan penerimaan diri pada responden ANA sebelum di lakukan penerapan terapi realitas hasilnya 39% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas hasilnya menjadi 77%. Pada responden SNM sebelum di lakukan penerapan terapi realitas hasilnya 43% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas hasilnya menjadi 63%. Sedangkan pada responden SUA sebelum di lakukan penerapan terapi realitas hasilnya 46% dan sesudah dilakukan penerapan terapi realitas hasilnya menjadi 69%.

Penerapan tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi realitas dapat meningkatkan penerimaan diri pada remaja.

Hasil penelitian ini dibuktikan pada penelitian Sekali, R.B.K., (2020), bahwa *self acceptance* siswa dapat ditingkatkan melalui konseling individu realita. 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%, gambaran *self acceptance* setelah diberikan konseling individu realita yaitu siswa kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung dalam kriteria sedang dengan persentase sebesar 64%, dan terdapat perbedaan *self acceptance* siswa kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung sebelum dan setelah diberikan layanan konseling individu realita.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilakukan sudah diupayakan untuk dilakukan sebaik mungkin dan sesuai dengan prosedur penelitian yang telah ditetapkan. Namun hasil penelitian yang didapatkan oleh praktikan, tidak lepas dari keterbatasan yang ditemui oleh peneliti selama di lapangan. Adapun keterbatasan tersebut yaitu, keterbatasan dalam menentukan tempat penelitian dikarenakan masih adanya pandemi covid 19. Selain itu, terdapat keterbatasan dalam menentukan waktu pertemuan dengan subjek penelitian, karena responden memiliki banyak kesibukan dengan kegiatan di sekolah. Serta terdapat keterbatasan pengamatan terhadap responden, karena pengamatan hanya dilakukan pada saat proses konseling. Aktivitas responden yang cukup banyak tidak memungkinkan peneliti untuk senantiasa mengikuti dan mengamati segala aktivitas yang dilakukan responden.