

## **Penerapan Terapi Realitas Teknik WDEP untuk Meningkatkan Penerimaan Diri WBS Panti Bina Insan Bangun Daya**

**Farah Rizki Rahmawan<sup>1</sup>, Roza Elmanika Putri,<sup>2</sup> Rilla Sovitriana<sup>3</sup>**  
Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI

[farahmawan17@gmail.com](mailto:farahmawan17@gmail.com), [rozaelmanikaberkah@gmail.com](mailto:rozaelmanikaberkah@gmail.com), [rilla.sovitriana@upi-yai.ac.id](mailto:rilla.sovitriana@upi-yai.ac.id)

### **ABSTRAK**

Panti Sosial Bina Insan Bangun Daya II Jakarta Timur sendiri menampung berbagai karakteristik penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) yang mengganggu ketertiban masyarakat. Beberapa dari WBS di panti adalah wanita rawan sosial ekonomi. Kebanyakan dari WBS sudah memiliki anak, telah ditinggal/bercerai dari suaminya, memiliki pekerjaan yang tidak menentu sehingga berakhir di jalan. Dibawa ke panti untuk dilakukan pembinaan. Namun saat pembinaan WBS memperlihatkan perilaku negatif seperti: emosi labil, kurang bertanggung jawab, sulit menerima keadaan, menyalahkan diri sendiri, dan menyendiri. Calhoun dan Acocella (1995) menjelaskan bahwa penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Untuk meningkatkan penerimaan diri pada WBS dibantu dengan Terapi Realitas dengan Teknik WDEP yang dilakukan sebanyak 10 sesi. Hasil pengukuran penerimaan diri menggunakan skala penerimaan diri berdasarkan teori Sheerer (1957) dalam bentuk pre-test dan post-test sehingga menghasilkan temuan adanya perubahan penerimaan diri pada WBS sebesar 43% dari kategori sedang menjadi tinggi.

**Kata Kunci: Penerimaan Diri, Terapi Realitas Teknik WDEP, Warga Binaan Sosial**

### **ABSTRACT**

*The East Jakarta Bina Insan Bangun Daya II Social Institution itself accommodates various characteristics of people with social welfare problems (PMKS) that disturb public order. Some of the WBS in the orphanage are socioeconomically vulnerable women. Most of the WBS already have children, have been abandoned or divorced from their husbands, and have uncertain jobs, so they end up on the street. Brought to an orphanage for training. However, during WBS coaching, they showed negative behaviours such as being emotionally unstable, irresponsible, difficult to accept circumstances, blaming themselves, and being alone. Calhoun and Acocella (1995) explain that self-acceptance is related to a positive self-concept, and with a positive self-concept, a person can accept and understand facts that are so different from himself. Self-acceptance is the ability to accept everything that is in oneself, both the strengths and weaknesses that are possessed. To increase self-acceptance in WBS assisted by Reality Therapy with the WDEP Technique, which was carried out in 10 sessions. The results of measuring self-acceptance used a self-acceptance scale based on Sheerer's theory (1957) in the form of a pre-test and post-test, resulting in findings of a change in self-acceptance in the WBS of 43% from the medium to high category.*

**Keywords: Self-Acceptance, WDEP Engineering Reality Therapy, socially Assisted Residents**

## 1. PENDAHULUAN

Permasalahan sosial merupakan sebuah gejala atau fenomena yang muncul dalam realitas kehidupan bermasyarakat. Dalam mengidentifikasi permasalahan sosial yang ada di masyarakat berbeda-beda antara masyarakat satu dengan masyarakat lainnya. Pada dasarnya, permasalahan sosial merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Masalah sosial tersebut dapat berupa kemiskinan, pengangguran, pendidikan, kriminalitas, dan kesenjangan sosial ekonomi. Hal tersebut pada akhirnya memunculkan fenomena PMKS (Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial) di masyarakat.

Kemiskinan menjadi akar dari masalah sosial, menjadi tantangan terbesar yang dihadapi oleh setiap keluarga (Simamora et al., 2019). Jika kebutuhan ekonomi tidak dapat tercukupi dalam sebuah keluarga maka akan memunculkan berbagai konflik salah satunya perceraian. Ketika terjadi kasus perceraian maka seorang ibu terpaksa harus menjadi kepala keluarga bagi anak-anaknya. Tidak hanya fokus mengurus rumah tangga saja, namun juga mengambil peran sebagai pencari nafkah agar bisa menghidupi keluarganya. Hal ini biasa disebut dengan *Single Mother*.

Berdasarkan Data Susenas Indonesia pada tahun 2021 menunjukkan tentang jumlah rumah tangga yang dikepalai oleh wanita mencapai 14,38%. Dikarenakan masih banyaknya masalah yang dihadapi seorang wanita yang menjadi *Single Mother* ini, membuat mereka termasuk kedalam Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan dikategorikan sebagai Wanita Rawan Sosial Ekonomi (WRSE) (Apriliandra et al., 2022).

Panti sosial adalah tempat yang mempunyai tugas dalam melaksanakan pelayanan dan rehabilitasi sosial bagi PMKS. Pihak Panti menyebut penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) dengan sebutan Warga Binaan Sosial (WBS). Di Panti Sosial Bina Insan Bangun Daya II Jakarta Timur sendiri menampung berbagai karakteristik penyandang masalah kesejahteraan sosial (PMKS) yang mengganggu ketertiban masyarakat. Beberapa

dari WBS di panti adalah wanita rawan sosial ekonomi. Alasan berada di panti bervariasi, ada yang berasal dari kampung ingin mencari kerja namun dengan alasan tidak ada uang sehingga menjadi terlantar, terjaring razia karena berada di kawasan terlarang, dan dilaporkan ke polisi setempat karena dianggap meresahkan warga sekitar. Kebanyakan dari WBS ini sudah memiliki anak, telah ditinggal/bercerai dari suaminya, memiliki pekerjaan yang tidak menentu sehingga berakhir di jalan. Mereka kemudian dibawa ke panti untuk dilakukan pembinaan.

Selama di panti, fasilitas yang diberikan cukup memadai seperti sandang, pangan, papan. Selain itu, diberikan layanan seperti psikolog dan dokter setiap minggunya sehingga jika ada WBS yang sakit dapat langsung berkonsultasi dengan tenaga ahli. Dijelaskan juga bahwa WBS diberi kegiatan pembekalan seperti bimbingan sosial dan rohani. Beberapa WBS seperti kelompok wanita rawan sosial ekonomi juga diberikan keterampilan seperti membuat keset. Namun seiring berjalannya proses kegiatan tersebut, banyak dari mereka yang tidak mau mengikuti kegiatan yang diadakan setiap minggunya dan kerap menyendiri di taman bahkan kabur saat kegiatan berlangsung. Kehidupan mereka yang bebas di lingkungan jalanan membuat banyak penolakan-penolakan pada diri mereka ketika berada di panti sosial.

Para WBS selama mengikuti kegiatan pembinaan sering kali menunjukkan penolakan selama berada di panti yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku yang negatif seperti: emosi labil, kurang bertanggung jawab, sulit menerima keadaan, menyalahkan diri sendiri, dan menyendiri. Fenomena perilaku negatif yang ditunjukkan WBS tersebut bahwa penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif. Konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki.

Salah satu metode dalam konseling kelompok adalah Terapi Realitas. Terapi realitas adalah sebuah metode konseling dan psikoterapi perilaku-kognitif yang sangat berfokus dan

interaktif dan merupakan salah satu yang telah diterapkan dengan sukses dalam berbagai macam lingkup. (Aulia & Sovitriana, 2021) Terapi realitas sebagai sistem konseling membantu orang dalam memuaskan keinginan dan kebutuhan mereka dalam mengevaluasi kebutuhan mereka menjadi suatu perilaku (Wubbolding, 2017). Tujuan utama dari terapi realitas adalah membantu klien menjadi rasional dan memiliki mental yang kuat serta menyadari bahwa dia mempunyai pilihan dalam memperlakukan diri sendiri dan orang lain, menggunakan teknik WDEP dengan tujuan tanpa harus melihat masa lalu dari klien diharapkan mereka tahu apa yang menjadi dampak positif dan negatif dari setiap permasalahan yang mereka alami tersebut bisa menerima keadaan masing-masing klien saat ini. (Sovitriana et al., 2021a)

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka pada penelitian ini CP akan menggunakan metode intervensi Terapi Realitas dengan Teknik WDEP yang memiliki tujuan membantu meningkatkan penerimaan diri WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur, sehingga ketika kembali ke masyarakat mereka dapat berinteraksi dengan baik dengan lingkungan baru mereka.

## 2. LANDASAN TEORI

### a) Penerimaan Diri

Pengertian penerimaan diri menurut Hurlock (2008) bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimpulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu dan rasa tidak aman.

Penyebab penerimaan diri rendah, menurut Hurlock (2008) antara lain: tidak adanya pemahaman tentang diri sendiri, harapan yang tidak realistis, adanya hambatan di dalam lingkungan, sikap-sikap anggota masyarakat yang kurang menyenangkan, adanya gangguan emosional yang berat, pengaruh kegagalan, identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang kurang baik, perspektif diri

yang sempit, pola asuh yang kurang baik pada masa kanak-kanak, dan konsep diri yang labil.

Dampak negatif penerimaan diri rendah, menurut Dianawati (dalam Tambunan dan Prasetya, 2022) dampak lain yang dialami jika individu tidak memiliki penerimaan diri yang baik atau rendahnya penerimaan diri maka yang terjadi adalah individu kurang memiliki rasa percaya diri, kurang mampu menerima kondisi dirinya, rendah diri, memiliki rasa malu yang berlebihan pada diri sendiri sehingga membuatnya menyendiri atau mengasingkan diri.

Berdasarkan teori di atas, gambaran penerimaan diri pada WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur menunjukkan perilaku antara lain menyendiri, emosi labil, kurang bertanggung jawab, tidak percaya diri, menyalahkan diri sendiri, dan sulit menerima keadaan. Sehingga perlu dilakukan Terapi Realitas dengan Teknik WDEP untuk meningkatkan penerimaan diri.

### b) Terapi Realitas

Menurut Corey (2013) terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri ataupun orang lain. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental.

Terapi realitas adalah sebuah metode konseling dan psikoterapi perilaku-kognitif yang sangat berfokus dan interaktif dan merupakan salah satu yang telah diterapkan dengan sukses dalam berbagai macam lingkup (Palmer, 2011). Terapi realitas dapat ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. dengan teknik WDEP difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup (Corey, 2013).

Teknik WDEP berupa kerangka pertanyaan yang diajukan secara luwes dan tidak

dimaksudkan hanya sebagai langkah sederhana, yaitu W= Wants = Keinginan, D= Doing and Direction = Arahan (Melakukan dan Arahan), E = Evaluation = Penilaian (Evaluasi) menolong subjek mengevaluasi diri sendiri, P = Planning = Perencanaan (Rencana) membantu subjek membuat rencana tindakan.

### 3. METODELOGI

Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experimental (*pretest and posttest design with control group*). Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh intervensi Terapi Realitas dengan Teknik WDEP untuk meningkatkan penerimaan diri pada Warga Binaan Sosial di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik nonprobability sampling dengan metode purposive sampling yaitu metode dengan menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel (Sugiyono, 2013). Adapun kriteria khusus dalam pemilihan sampel ini antara lain: emosi labil, kurang bertanggung jawab, sulit menerima keadaan, menyalahkan diri sendiri, dan menyendiri. Beberapa WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur ini memenuhi kriteria dan dapat dijadikan sampel. Penelitian ini dilakukan terhadap 5 Warga Binaan Sosial (WBS).

Dalam penerapan terapi realitas dengan teknik WDEP, data masing-masing klien diperoleh dari rangkaian pemeriksaan psikologis meliputi proses wawancara klinis, observasi umum dan khusus, pelaksaaan tes psikologi seperti Tes *Standard Progressive Matrics* (SPM), Tes *Draw A Person* (DAP), *Tree Test* (BAUM), dan *House Tree Person* (HTP), serta pemberian skala penerimaan diri sebagai alat ukur penerimaan diri serta pemberian skala pre dan post untuk mengukur tingkat penerimaan diri dan intervensi sebagai bagian akhir dari rangkaian proses kegiatan pemeriksaan psikologis dan intervensi terhadap WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur.

Pada penelitian ini analisis yang digunakan analisa *Patern Matching*. Analisa ini dibuat untuk mencocokkan antara acuan teori dengan temuan studi kasus di lapangan untuk

menggambarkan tingkat penerimaan diri pada WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur sebelum sesi intervensi dilaksanakan. Sementara perbandingan hasil pre-test dan post-test masing-masing klien yang diukur menggunakan Skala Penerimaan Diri.(Firmansyah & Sovitriana, 2021)

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa pre dan post-test dengan menggunakan skala penerimaan diri diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 1. Skor Pre-Test Skala Penerimaan Diri**

No	Klien	Score	Kategori Hasil Pre-Test
1	Klien 1- (A)	68	Sedang
2	Klien 2 - (E)	40	Rendah
3	Klien 3 - (M)	72	Sedang
4	Klien 4 - (K)	46	Rendah
5	Klien 5 - (Z)	44	Rendah
Rata-rata kelompok		54	Sedang

**Tabel 2. Skor Post-Test Skala Penerimaan Diri**

No	Klien	Score	Kategori Hasil Post-Test
1	Klien 1- (A)	82	Tinggi
2	Klien 2 - (E)	73	Sedang
3	Klien 3 - (M)	89	Tinggi
4	Klien 4 - (K)	74	Sedang
5	Klien 5 - (Z)	67	Sedang
Rata-rata kelompok		77	Tinggi

**Tabel 3. Evaluasi Hasil Intervensi**

SP	Proses Intervensi										SD
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
M											B
1											√

2	√	
3	√	
4	√	
5	√	
<b>EL</b>		<b>ES</b>
1	√	
2	√	
3	√	
4	√	
5	√	
<b>KBJ</b>		<b>BJ</b>
1	√	
2	√	
3	√	
4	√	
5	√	
<b>TPD</b>		<b>PD</b>
1	√	
2	√	
3	√	
4	√	
5	√	
<b>MD</b>		<b>BMD</b>
1	√	
2	√	
3	√	
4	√	
5	√	
<b>SMK</b>		<b>MK</b>
1	√	
2	√	
3	√	
4	√	
5	√	

\*Catatan

- SP : Sasaran perilaku  
SD : Sasaran Perilaku yang diharapkan  
M : Menyendiri  
EL : Emosi labil

- KBJ : Kurang bertanggung jawab  
TPD : Tidak percaya diri  
MD : Menyalahkan diri sendiri  
SMK : Sulit menerima keadaan  
B : Bersosialisasi  
ES : Emosi stabil  
BJ : Bertanggung jawab  
PD : Percaya diri  
BMD : Berhenti menyalahkan diri  
MK : Menerima keadaan

Berdasarkan hasil intervensi, diperoleh gambaran progress masing-masing anggota kelompok sebagai berikut:

Klien 1 (A)

Menyendiri pada pertemuan ke -9, emosi labil pada pertemuan ke -9, kurang bertanggung jawab pada pertemuan ke -10, tidak percaya diri pada pertemuan ke -9, menyalahkan diri sendiri pada pertemuan ke -10, dan sulit menerima keadaan pada pertemuan ke -9.

Klien 2 (E)

Menyendiri pada pertemuan ke -8, emosi labil pada pertemuan ke -9, kurang bertanggung jawab pada pertemuan ke -10, tidak percaya diri pada pertemuan ke -9, menyalahkan diri sendiri pada pertemuan ke -10, dan sulit menerima keadaan pada pertemuan ke -9.

Klien 3 (M)

Menyendiri pada pertemuan ke -8, emosi labil pada pertemuan ke -9, kurang bertanggung jawab pada pertemuan ke -9, tidak percaya diri pada pertemuan ke -7, menyalahkan diri sendiri pada pertemuan ke -10, dan sulit menerima keadaan pada pertemuan ke -8.

Klien 4 (K)

Menyendiri pada pertemuan ke -8, emosi labil pada pertemuan ke -7, kurang bertanggung jawab pada pertemuan ke -9, tidak percaya diri pada pertemuan ke -7, menyalahkan diri sendiri pada pertemuan ke -9, dan sulit menerima keadaan pada pertemuan ke -8.

Klien 5 (Z)

Menyendiri pada pertemuan ke -9, emosi labil pada pertemuan ke -9, kurang bertanggung jawab pada pertemuan ke -9, tidak percaya diri pada pertemuan ke -10, menyalahkan diri sendiri pada pertemuan ke -10, dan sulit menerima keadaan pada pertemuan ke-10.

Intervensi yang dilakukan menggunakan konseling kelompok dengan terapi realitas terhadap kelima WBS yang diberikan CP cukup mampu meningkatkan penerimaan diri WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur sesuai gejala perilaku yang ditemukan di lapangan yaitu emosi labil, kurang bertanggung jawab, sulit menerima keadaan, menyalahkan diri sendiri, dan menyendiri. Hal ini ditunjukkan dengan hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan menggunakan skala penerimaan diri yang mengalami peningkatan dari penerimaan diri sedang menuju ke penerimaan diri tinggi. Sehingga perubahan perilaku yang tampak yaitu emosi lebih stabil, bertanggung jawab, mau menerima keadaan, berhenti menyalahkan diri sendiri, dan mau bersosialisasi.

Penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, serta memiliki kesadaran penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, selain itu dapat pula menghargai diri dan orang lain, serta dapat menerima keadaan emosionalnya (depresi, marah, sedih, cemas, dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain. WBS dalam kasus ini wanita rawan sosial ekonomi merasa bahwa mereka tidak dapat memahami fakta-fakta yang berbeda dari dirinya, permasalahan ekonomi dan keluarga membuat mereka tidak dapat menerima kenyataan dalam hidup mereka sehingga ketika berada di panti menunjukkan penolakan-penolakan yang merupakan gejala-gejala dari penerimaan diri rendah.

Pada dasarnya kelima klien cukup mampu untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, namun beberapa dari mereka cenderung tidak tahu harus berbuat apa terlebih disituasi dan di lingkungan dimana mereka sulit untuk menyesuaikan diri sehingga memunculkan perilaku-perilaku negatif. Beberapa dari mereka memiliki masalah yang cukup berat dan membutuhkan waktu yang agak lama untuk menyelesaikannya namun ada juga yang hanya membutuhkan orang lain untuk

menasehati atau membantu memecahkan permasalahannya.

## 5. KESIMPULAN

Gambaran penerimaan diri pada kelima klien WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur adalah menyendiri, emosi labil, kurang bertanggung jawab, tidak percaya diri, menyalahkan diri sendiri, dan sulit menerima keadaan. Hasil ini didukung oleh hasil *pre-test* dengan skala penerimaan diri yang disusun oleh Hasanah (2018) dengan skor rata-rata kelompok sebesar 54 yang berarti tingkat penerimaan diri rata-rata kelima klien berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil penerapan konseling kelompok dengan terapi realitas pada WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur adalah kelima klien menjadi: bersosialisasi, emosi lebih stabil, bertanggung jawab, berhenti menyalahkan diri sendiri, dan menerima keadaan. Hasil ini didukung oleh hasil *post-test* dengan skala penerimaan diri yang disusun oleh Hasanah (2018) dengan skor rata-rata kelompok sebesar 77 yang berarti tingkat penerimaan diri kelima klien berada pada kategori tinggi dan mengalami peningkatan sebesar 43%.

Intervensi yang dilakukan menggunakan konseling kelompok dengan terapi realitas terhadap kelima WBS yang diberikan CP cukup mampu meningkatkan penerimaan diri WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur sehingga terlihat perbaikan kondisi mental positif dari klien. CP berusaha mengatasi perilaku penerimaan diri rendah yang muncul agar masing-masing klien dapat lebih mengikuti kegiatan pembinaan yang diadakan di panti, dapat bertanggung jawab terhadap apa yang diperbuat, memiliki tujuan serta meyakinkan para klien memiliki potensi untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik lagi.

Penerimaan diri menurut Calhoun dan Acocella (1995) berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Bahwa penerimaan diri

merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, serta memiliki kesadaran penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, selain itu dapat pula menghargai diri dan orang lain, serta dapat menerima keadaan emosionalnya (depresi, marah, sedih, cemas, dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain. WBS dalam kasus ini wanita rawan sosial ekonomi merasa bahwa mereka tidak dapat memahami fakta-fakta yang berbeda dari dirinya, permasalahan ekonomi dan keluarga membuat mereka tidak dapat menerima kenyataan dalam hidup mereka Selingga ketika berada di panti menunjukkan penolakan-penolakan yang merupakan gejala-gejala dari penerimaan diri rendah.

Pada dasarnya kelima klien cukup mampu untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, namun beberapa dari mereka cenderung tidak tahu harus berbuat apa terlebih disituasi dan dilingkungan dimana mereka sulit untuk menyesuaikan diri sehingga memunculkan perilaku-perilaku negatif. Beberapa dari mereka memiliki masalah yang cukup berat dan membutuhkan waktu yang agak lama untuk menyelesaikannya namun ada juga yang hanya membutuhkan orang lain untuk menasehati atau membantu memecahkan permasalahannya.

Saran dari penelitian ini untuk para peneliti yang tertarik untuk meneliti tentang penerapan terapi realitas untuk meningkatkan penerimaan diri pada WBS di PSBI Bangun Daya II Jakarta Timur perlu mempertimbangkan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat penerimaan diri terhadap keadaan klien, sehingga hasil yang dicapai dapat optimal. Selain itu disarankan bagi peneliti lain untuk mencoba penerapan teknik intervensi lain untuk meningkatkan tingkat penerimaan diri terhadap keadaan klien sehingga hasil yang dicapai dapat optimal atau menerapkan teknik intervensi yang sama pada variabel yang berbeda selain penerimaan diri.

Bagi para klien disarankan untuk dapat berinteraksi dan bertukar pendapat dengan orang lain tentang permasalahan yang sedang dialami agar merasa tidak sendiri dan lebih menerima bahwa setiap yang terjadi di dalam hidup dapat terjadi atas diluar kehendak kita. Selain itu

diharapkan untuk lebih aktif dan rajin mengikuti kegiatan yang diadakan di panti untuk mengembangkan kemampuan diri sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriliandra, S., Suwandi, A. A., & Darwis, R. S. (2022). Peran Pekerja Sosial Dalam Pemberdayaan Komunitas Perempuan Rawan Sosial Dan Ekonomi. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 4(1), 27. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v4i1.37538>
- Aulia, D. A., & Sovitriana, R. (2021). Terapi Realitas untuk Meningkatkan Self Esteem pada Wanita di Panti Sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 1(01), 117–126.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1995). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan (edisi ketiga)*. IKIP Semarang.
- Firmansyah, F., & Sovitriana, R. (2021). Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 25–39.
- Sheerer, E. T. (1957). The relationship of self-acceptance and self-respect to acceptance of and respect for others. *Pastoral Psychology*, 8(2), 35–42. <https://doi.org/10.1007/BF01844128>
- Simamora, Y. A., Yuliani, D., & Wardhani, D. T. (2019). Hardiness Perempuan Rawan Sosial Ekonomi Dalam Pemenuhan Kebutuhan Ekonomi Di Kelurahan Sukapura Kecamatan Kiaracondong Kota Bandung. *LINDAYASOS: Jurnal Ilmiah Perlindungan Dan Pemberdayaan Sosial*, 1(2), 176–188.
- Sovitriana, R., Rosdiana, R., & Shofiyah, S. (2021a). Terapi Realitas Teknik Wedp Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Warga Binaan Sosial Penyandang Tuna Daksa Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 13–20.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian :Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Alfabeta.

Wubbolding, R. E. (2017). *Reality Therapy and Self-Evaluation: The Key to Client Change*. Alexandria: American Counseling Association.