

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN MANAJEMEN PERILAKU KOGNITIF  
TERHADAP PENERIMAAN DIRI PENYANDANG TUNA DAKSA**

**DI BBRSD SURAKARTA**

**TESIS**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
dalam mencapai derajat sarjana S-2



Di susun oleh :

**ADITYA DEDY NUGRAHA, S.Psi**

**T 100 090 105**

**MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2011/2012**

**PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN MANAJEMEN PERILAKU KOGNITIF  
TERHADAP PENERIMAAN DIRI PENYANDANG TUNA DAKSA**

**DI BBRSBD SURAKARTA**

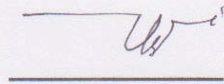
Yang diajukan oleh :

**ADITYA DEDY NUGRAHA, S.Psi**  
T 100 090 105

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

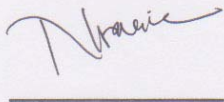
Penguji Utama

**(Dr. Yadi Purwanto, MM, MBA, Psi)**



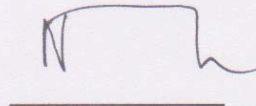
Penguji pendamping I

**(Dr. Nisa Rachmah N A M.Si, Psi)**



Penguji pendamping II

**(Susatyo Yuwono M.Si, Psi)**



Surakarta, \_\_\_\_\_  
Mengetahui  
Ketua Magister Profesi Psikologi

**(Dr. Yadi Purwanto, MM, MBA, Psi)**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aditya Dedy Nugraha, S.Psi

NIM : T 100 090 105

Fakultas : Psikologi

Jurusan : Magister Profesi Psikologi

Judul :

Menyatakan bahwa ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil dari jasa pembuatan tesis. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 26 Juli 2012

Yang Menyatakan,



**ADITYA DEDY NUGRAHA, S.Psi**  
**08562584987**

## **MOTTO**

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain)

**(Qs. Al-Insyirah 6-7)**

“Siapa pun dapat marah-marah dengan mudah, tetapi marah pada orang yang tepat dengan kadar yang sesuai pada waktu yang tepat, demi tujuan yang benar dan dengan cara yang baik, bukanlah hal yang mudah”

**(Aristoteles)**

Buktikan kamu bisa bertahan sampai batas terakhirmu, percayalah kau akan menemukan bahagia disana

**(Peneliti)**

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini peneliti persembahkan kepada:

Bapak Jaka Haryatno dan Ibu Warniyati yang telah mendidik, memotivasi, mendoakan, dan membimbing peneliti dengan curahan kasih sayangnya yang tiada bertepi.

Adikku yang paling cantik dan tersayang Belladona Ayudityawati, S.Ked terimakasih atas kasih kasih sayang, doa dan semangatnya, semoga kelancaran dalam setiap studimu ya de.

Mita Novitasari, S.Psi yang telah mendampingi peneliti dalam suka, duka, terimakasih atas doa, pelajaran yang berharga, semangat perhatian dan kasih sayangnya.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamu`alaikumwarohmatullohiwabarokatuh*

*Alhamdulillahirobbil`alamin*, segala bagi Allah SWT, Robb semesta alam yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, petunjuk, dan Ilmu sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini. Sungguh tiada daya dan upaya tanpa kehendak-Nya.

Peneliti menyadari bahwa penyelesaian tesis ini tak luput dari bantuan, dorongan, motivasi dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan kerendahan dan ketulusan hati, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Yadi Purwanto, MM, MBA, Psi selaku Ketua Magister Profesi Psikologi dan sebagai pembimbing tesis, terimakasih atas ijin, bimbingan serta masukan dalam menyelesaikan tesis ini.
2. Ibu Dra. Lusi Nuryanti, M.Si, selaku pembimbing selama menjalankan Praktek Kerja Profesi, yang telah meluangkan waktu dan perhatian untuk membimbing serta memberikan masukan dalam menyelesaikan semua tugas yang ada.
3. Ibu Setya Asyanti M.Si Psi, selaku sekretaris Maister profesi yang banyak membantu dalam proses penyelesaian tesis ini.
4. Ibu Dr. Nisa Rachmah Nur Anganthi, M.Si sebagai penguji yang telah membimbing peneliti selama menempuh kuliah difakultas psikologi.
5. Pak Ngatno, Sogi, untari dan staff pengelola Magister Profesi Psikologi yang telah membantu kelancaran penyelesaian studi peneliti.

6. Direktur BBRSD Prof.Dr. Soeharso Surakarta, yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian, serta semua staff dan siswa yang membantu jalannya penelitian ini.
7. Bapak, ibu, adek, dan keluarga besar peneliti yang telah memberikan semangat, doa dan perhatian yang tak pernah putus ”Alhamdulillah Pak, Bu, LULUS”. Terimakasih untuk cinta yang menjadi salah satu sumber kekuatan ku.
8. De Mita Novitasari, S.Psi dan keluarga, terima kasih perhatian dan doanya yang tak pernah putus diberikan untuk peneliti.
9. Sahabat dan teman-teman seperjuangan peneliti Ananda ”Tita”,Mbak Rini, Anita ”Nytit”, mbak Syuri, terimakasih dukungan serta saling mengingatkan dalam kebenaran dan kesabaran, serta telah menjadi tumpuan tangis dan tawa bagi peneliti.
10. Semua teman-teman angkatan 7, Deni, Anggre, Mas Jay, mbak Munif, Mas topik, Mas Azis,Fifi terima kasih atas dukungan dan kebersamaan kita selama ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga Allah SWT membalas jasa serta budi baik Bapak, Ibu, Saudara, dan sahabat semua. Amin Ya Rabbal `Alamin.

*Wassalamu`alaikum warohmatullahiwabarokatuh.*

Surakarta, 18 Oktober 2012

Peneliti

**Aditya Dedy Nugraha,S.Psi**

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN .....	v
HALAMAN MOTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR AMPIRAN .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Keaslian penelitian.....	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....	13
A. PENERIMAAN DIRI .....	13
1. Pengertian Penerimaan diri.....	13
2. Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri .....	13
3. Aspek – aspek penerimaan diri .....	14
B. Pengertian Pelatihan Manajemen Perilaku kognitif .....	17
1. Pengertian .....	18
2. Tahapan Pelatihan.....	23
C. Kerangka berpikir .....	24



D. Pengaruh Pelatihan terhadap penerimaan diri.....	26
E. Dinamika psikologis .....	29
F. Hipotesis.....	30
BAB III. METODE PENELITIAN .....	30
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
1. Pengertian Pelatihan Manajemen Perilaku kognitif .....	31
2. Penerimaan diri.....	32
C. Populasi dan metode pengambilan sampel .....	32
1. Populasi .....	32
2. Sampel .....	32
3. Teknik Sampling .....	32
D. Metode Pengumpulan Data.....	33
1. Skala penerimaan diri .....	33
2. Observasi.....	35
3. Angket.....	35
4. Wawancara.....	35
E. Rancangan Eksperimen.....	36
F. Prosedur.....	37
1. <i>Inform consent</i> .....	37
2. <i>Screening, pre, post test</i> .....	37
3. Modul penelitian .....	37
G. Metode Analisis Data.....	39
BAB IV. LAPORAN PENELITIAN.....	39
A. Persiapan Penelitian .....	40
1. Orientasi kanchah penelitian.....	40
2. Administrasi dan perijinan.....	42
3. Penentuan Subjek Dan <i>Trainer</i> .....	43
4. Penyusunan alat ukur .....	44
5. Penyusunan modul .....	47
B. Pelaksanaan penelitian .....	48

C. Hasil penelitian .....	55
1. Hasil analisa data menggunakan <i>mann whitney u test</i> .....	52
2. Kategorisasi.....	57
D. Pembahasan Hasil <i>Perfomance</i> Kelompok I.....	64
E. Analisa individual .....	65
1. Subjek Mar.....	66
2. Subjek Muz .....	67
3. Subjek fre .....	68
4. Subjek Aj .....	69
5. Subjek Wah.....	70
F. Pembahasan Umum .....	70
G. Keterbatasan Penelitian.....	75
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	78
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	81

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tahapan sesi CBT menurut kultur di Indonesia .....	22
Tabel 2. Angket evaluasi pelatihan.....	36
Tabel 3. Tabel Pedoman Wawancara.....	36
Tabel 4. Susunan skala penerimaan diri yang valid dan gugur.....	45
Tabel 5. Skor total skala penerimaan diri dan kategorisasi subjek penelitian. ....	48
Tabel 6. Pembagian subjek dalam tiap – tiap kelompok .....	49
Tabel 7 Rangkuman hasil analisis data.....	54
Tabel 8. Kategorisasi .....	56
Tabel 9. Pembahasan kelompok I .....	57
Tabel 10. Perbandingan hasil tiap aspek kelompok I .....	58
Tabel 11. Pembahasan kelompok II.....	59
Tabel 12. Perbandingan hasil tiap aspek kelompok II .....	60
Tabel 13. Pembahasan kelompok III .....	61
Tabel 14. Perbandingan hasil tiap aspek kelompok III.....	62
Tabel 15. Hasil perfomansi .....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Perubahan kelompok I .....	59
Gambar 2. Perubahan kelompok II .....	61
Gambar 3. Perubahan kelompok III .....	63
Gambar 4. Subjek Mar .....	66
Gambar 5. Subjek Muz .....	67
Gambar 6. Subjek Fre .....	68
Gambar 7. Subjek Aj .....	69
Gambar 8. Subjek Wah .....	70

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Penelitian
Lampiran B	Skor dan Validitas Reliabilitas Skala
Lampiran C	Hasil Penelitian
Lampiran D	Kategorisasi
Lampiran E	Surat Perijinan
Lampiran F	Dokumentasi

## ABSTRAK

### ” PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN MANAJEMEN PERILAKU KOGNITIF TERHADAP PENERIMAAN DIRI PENYANDANG TUNA DAKSA

### DI BBRSD SURAKARTA”

Aditya dedy nugraha

Yadi purwanto

Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas intervensi pelatihan manajemen perilaku kognitif terhadap penerimaan diri penyandang tuna daksa korban kecelakaan. Penelitian ini termasuk penelitian jenis eksperimen karena memberikan perlakuan berupa intervensi. Penelitian ini terdiri dari 3 kelompok, kelompok 1 (5 orang) adalah kelompok intervensi pelatihan manajemen perilaku kognitif, kelompok II (4 orang) adalah kelompok relaksasi, dan kelompok III (5 orang) adalah kelompok tanpa perlakuan. Pada setiap kelompok diberikan *pre test*, *post test*, dan *follow up* Partisipan penelitian ini penyandang tuna daksa korban kecelakaan yang sedang mengikuti pendidikan di BBRSD Surakarta. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan selama satu hari. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penerimaan diri, yang didukung dengan hasil observasi dan wawancara. Analisis yang dipakai adalah analisis kuantitatif dan kualitatif. Hasil yang didapat berdasarkan data kuantitatif menggunakan *Mann Whitney U Test* adalah hasil *post test* yaitu nilai bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kelompok pelatihan dengan kelompok tanpa perlakuan hal ini dapat dilihat dari skor  $Z = -2.305$  dengan  $p = 0,021 (p < 0,05)$ , kemudian untuk kelompok relaksasi dengan meditasi dengan kelompok tanpa perlakuan juga terdapat perbedaan yang signifikan antara keduanya hal ini ditunjukkan oleh skor  $Z = -2.449$  dengan  $p = 0,014 (p < 0,05)$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pelatihan manajemen pikiran dan pemberian teknik relaksasi berpengaruh dalam penerimaan diri seseorang. Dari hasil perbandingan *gained score* pada saat pre dengan post test pada kelompok 1 (pelatihan manajemen perilaku kognitif) didapatkan *mean* peningkatan skor penerimaan diri sebesar 21, sedangkan pada kelompok 2 (teknik relaksasi) diperoleh skor 22,75 sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi lebih efektif dalam meningkatkan penerimaan. Lebih lanjut lagi dapat diketahui bahwa antara kelompok eksperimen dengan kelompok relaksasi tidak ada perbedaan yang signifikan ditunjukkan oleh skor  $Z = -1.353$  dengan  $p = 0,176 (p > 0,05)$  karena keduanya sama-sama efektif untuk meningkatkan penerimaan diri. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa Pelatihan Manajemen perilaku kognitif dan teknik relaksasi memiliki pengaruh yang positif terhadap peningkatan penerimaan diri pada penyandang tuna daksa akibat kecelakaan di BBRSD Surakarta. Hasilnya adalah partisipan mengalami kenaikan pada kategori kepercayaan diri, bertanggung jawab, menyadari keterbatasan serta potensi yang dimiliki dan mampu mengaplikasikan hasil pelatihan dalam pengasuhan sehari-hari.

**Kata kunci:** *penerimaan diri, penyandang tuna daksa, BBRSD, pelatihan, Mann Whitney U test*