

**EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN
PENERIMAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK
AKIBAT KECELAKAAN**

Tesis

Minat Utama Bidang Psikologi Klinis



Diajukan Oleh:

Fitriana Mios Pradika, S.Psi

T 100 145 023

PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

**EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN
PENERIMAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK
AKIBAT KECELAKAAN**

Tesis

**Disusun dan Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi**

Minat Utama Bidang Psikologi Klinis



Diajukan Oleh:

Fitriana Mios Pradika, S.Psi

T 100 145 023

PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

**EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN
PENERIMAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK
AKIBAT KECELAKAAN**


Yang diajukan oleh:

Fitriana Mios Pradika, S.Psi
T 100 145 023

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji


Telah disetujui oleh:

Pembimbing Utama


Dr. Moordiningsih, M.Si., Psikolog
NIP. 876

Tanggal 31 Mei 2018

Pembimbing Pendamping


Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 838

Tanggal 31 Mei 2018

**EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN
PENERIMAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK
AKIBAT KECELAKAAN**

Yang diajukan oleh:
Fitriana Mios Pradika, S.Psi
T 100 145 023

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal **11 Juni 2018**
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si., Psikolog



Penguji Pendamping I

Dr. Moordiningsih, M.Si., Psikolog



Penguji Pendamping II

Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psikolog



Surakarta, 11 Juni 2018
Program Pendidikan Magister Psikologi Profesi
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Mengetahui,
Dekan

Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 838



Ketua Program
Magister Psikologi Profesi

Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si., Psikolog
NIP. 836

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam penelitian tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggung-jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 11 Juni 2018

Yang Menyatakan,

A 6000 Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "PETERAI TEMPEL", "FCCBF2AFF112132113", and "6000 RUPIAH".

Fitriana Mios Pradika, S. Psi

MOTTO

“Jika kamu tak sanggup menahan lelahnya belajar, maka kamu harus sanggup menahan perihnya kebodohan”

(Imam Syafi’i)

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah menganugerahkan seluruh rahmat dan kasih sayang-Nya.

Dengan kerendahan hati, karya sederhana ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta yang telah mendidik dan membesarkan penulis dengan penuh kesabaran, cinta, kasih sayang, dan dukungan yang tak terhingga.
2. Mbak dan adik-adik tersayang, yang selalu memberi semangat dan dukungannya dalam bentuk apapun.
3. Mas, yang telah banyak membantu, selalu mendampingi dan mendoakan.

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji bagi Allah yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Shalawat serta salam terlimpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW atas pendidikan akhlaknya yang paling sempurna. Tiada kata lain yang pantas penulis ucapkan selain “*Alhamdulillah*” dan dengan penuh harapan semoga langkah ini mendapat Ridho Illahi sebagai pembuka jalan bagi penulis untuk mewujudkan cita-cita.

Penulis menyadari bahwa selesainya penulisan tesis ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang tulus, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si., Psikolog, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dan pembimbing pendamping yang sudah berkenan meluangkan waktu, memberikan ilmu, serta masukan selama pelaksanaan penulisan tesis ini
2. Ibu Dr. Moordiningsih, M.Si., Psikolog, selaku pembimbing utama yang telah memberikan ilmu, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini
3. Ibu Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Magister Profesi Psikologi dan penguji tesis yang telah memberikan saran serta masukan yang sangat berarti dalam menyelesaikan penulisan tesis ini

4. Ibu Wisnu Sri Hertinjung, M. Psi., Psikolog, selaku pembimbing akademik mahasiswa Magister Profesi Psikologi angkatan 12
5. Seluruh dosen pengajar program studi Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat
6. Seluruh Staf Tata Usaha Magister Profesi Psikologi yang telah membantu dalam kelancaran proses perkuliahan dan penelitian, dan Mbak Untari selaku mentor Program Percepatan Tesis yang telah memberikan saran dan semangat dalam penyelesaian tesis ini
7. Kepala dan seluruh karyawan BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Khususnya, Ibu Anis selaku kepala bidang Advokasi, Ibu Erna sebagai kepala asrama putra, dan Ibu kepala asrama putri. Terima kasih atas kemudahan dan dukungan yang diberikan selama proses penelitian
8. Seluruh siswa dan siswi BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta yang telah bekerja sama dan banyak membantu dalam kelancaran penelitian ini
9. Kedua orang tua tercinta, bapak Giyatno Prasajo dan Ibu Warti. Terima kasih untuk doa panjang di setiap waktu dan cinta tulusnya
10. Mbak Arifiana Risky Nurhidayati, dik Rezha Kharisma Putri, dan dik Muhammad Anuf Anshar, serta keluarga besar. Terima kasih untuk segala bentuk dukungannya
11. Mas Bawono Panca Oenting dan sahabat terdekat penulis: Utari Nugraha Putri dan Dezarisa Mega Kumala. Terima kasih untuk banyak bantuan, dukungan, cinta dan cerita yang luar biasa selama ini dan selamanya

12. Ibu Puspitasari sebagai fasilitator dan teman-teman yang membantu dalam proses penelitian di lapangan (Oktora Rinjani, Imam Syafiudin, Hanafi Dwi, Taris Eko, dan Wisnu Wijaya) terima kasih atas waktu dan kebaikannya
13. Teman-teman Magister Profesi Psikologi angkatan 2014, terima kasih telah memberikan pengalaman dan kenangan berarti selama empat tahun ini.

Kepada seluruh pihak, semoga amal baik yang telah diberikan dapat diterima Allah SWT dan senantiasa dilimpahkan dengan kasih sayang-Nya. Dengan segala kerendahan hati pula, penulis mengatakan bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan hanyalah milik-Nya semata. Semoga karya ini bisa bermanfaat bagi penulis dan semua pihak. Aamiin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, Juni 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
E. Keaslian Penelitian	13
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	19
A. Penerimaan Diri.....	19
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	19
2. Faktor Penerimaan Diri	20
3. Aspek Penerimaan Diri	23
4. Ciri Individu Memiliki Penerimaan Diri	25
5. Penanganan untuk Meningkatkan Penerimaan Diri	26
B. Psikoterapi Positif.....	30
1. Pendekatan Psikologi Positif	30
2. Pengertian Psikoterapi Positif.....	34

3. Teknik Psikoterapi Positif	35
C. Disabilitas Fisik	38
1. Pengertian Disabilitas Fisik	38
2. Penggolongan Disabilitas Fisik	39
3. Penerimaan Diri Disabilitas Fisik Akibat Kecelakaan	41
D. Efektivitas Psikoterapi Positif untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Penyandang Disabilitas Fisik Akibat Kecelakaan	43
E. Hipotesis	50
BAB III. METODE PENELITIAN	51
A. Identifikasi Variabel	51
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	51
1. Penerimaan Diri	51
2. Psikoterapi Positif.....	52
C. Subjek Penelitian	53
D. Rancangan Eksperimen	53
E. Prosedur Penelitian	55
1. Tahapan Persiapan.....	55
2. Tahapan Pelaksanaan Intervensi.....	61
3. Tahapan <i>Follow Up</i>	61
F. Rancangan Intervensi Psikoterapi Positif	62
1. Prosedur Pelaksanaan	62
2. Rancangan Pelaksanaan Intervensi.....	64
G. Metode Pengumpulan Data dan Alat Ukur	70
1. Metode Pengumpulan Data	70
2. Alat dan Bahan Penelitian	72
H. Analisis Data	73
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	75.....
A. Persiapan Penelitian	75
1. Orientasi Lapangan.....	75

2. Persiapan Perijinan	79
3. Persiapan Alat Ukur	79
4. Proses Penyusunan Modul Intervensi	86
5. Persiapan Intervensi	97
B. Pengumpulan Data	102
1. Pengambilan Data <i>Pre Test</i>	102
2. Pelaksanaan Intervensi Psikoterapi Positif	103
3. Pelaksanaan <i>Post Test</i>	121
4. Pelaksanaan <i>Follow Up</i>	122
C. Analisis Data dan Interpretasi	123
1. Hasil Analisis Kuantitatif	123
2. Hasil Analisis Uji Hipotesis	126
3. Hasil Analisis Kualitatif	131
D. Pembahasan	141
BAB V. PENUTUP	156
A. Kesimpulan	156
B. Saran	157
DAFTAR PUSTAKA	159
LAMPIRAN	164

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	13
Tabel 2. Rancangan Eksperimen	54
Tabel 3. Rancangan Intervensi Psikoterapi Positif.....	64
Tabel 4. Skor Item Skala Penerimaan Diri	70
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Skala Penerimaan Diri.....	71
Tabel 6. <i>Expert Judgement</i> Alat Ukur	80
Tabel 7. Hasil Analisis Aiken's	81
Tabel 8. <i>Blueprint</i> Uji Coba Alat Ukur	82
Tabel 9. Penghitungan Daya Beda Item	84
Tabel 10. Item Skala Penerimaan Diri	85
Tabel 11. <i>Expert Judgement</i> Modul Intervensi.....	86
Tabel 12. Subjek Uji Coba Modul.....	88
Tabel 13. Hasil <i>Screening</i>	98
Tabel 14. Pembagian Kelompok Kontrol dan Eksperimen	99
Tabel 15. Tim Pelatihan Psikoterapi Positif	101
Tabel 16. Hasil <i>Pre Test</i> Kelompok Kontrol dan Eksperimen	102
Tabel 17 Perbedaan Skor <i>Pre, Post Test, dan Follow Up</i>	124
Tabel 18 Hasil Uji <i>Mann-Whitney U</i> pada <i>Pre Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	127
Tabel 19. Hasil Uji <i>Mann-Whitney U</i> pada <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	127
Tabel 20. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> pada <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen.....	129
Tabel 21. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> pada <i>Post Test</i> dan <i>Follow Up</i> Kelompok Eksperimen.....	130
Tabel 22. Analisis Individual.....	139

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Psikoterapi Positif Meningkatkan Penerimaan Diri	49
Gambar 2. Rancangan Ruang Pelaksanaan Intervensi.....	62
Gambar 3. Grafik Rata-rata <i>Pre</i> , <i>Post Test</i> , dan <i>Follow Up</i>	125

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penerimaan Diri (Sebelum Uji Validitas - dan Reliabilitas)	165
Lampiran 2. Lembar <i>Expert Judgement</i> Skala.....	169
Lampiran 3. Analisis <i>Aiken's</i>	179
Lampiran 4. Skala Penerimaan Diri (Uji Coba).....	182
Lampiran 5. Hasil Uji Reliabilitas	186
Lampiran 6. Skala Penerimaan Diri (<i>Screening/ Pre Test</i>)	190
Lampiran 7. Data Hasil <i>Screening/ Pre Test</i>	193
Lampiran 8. Hasil Kategorisasi.....	195
Lampiran 9. Lembar <i>Expert Judgement</i> Modul	197
Lampiran 10. Skala Penerimaan Diri (<i>Post Test</i>).....	207
Lampiran 11. Data Hasil <i>Post Test</i>	211
Lampiran 12. Skala Penerimaan Diri (<i>Follow Up</i>).....	213
Lampiran 13. Data Hasil <i>Follow Up</i>	217
Lampiran 14. Analisis <i>Mann Whitney U</i>	219
Lampiran 15. Analisis <i>Wilcoxon T</i>	222
Lampiran 16. Pedoman Wawancara Follow Up	224
Lampiran 17. Lembar <i>Informed Consent</i>	226
Lampiran 18. Lembar Evaluasi Intervensi.....	229
Lampiran 19. Lembar Observasi	232
Lampiran 20. Lembar Tugas Peserta	240
Lampiran 21. Surat Ijin Penelitian	249
Lampiran 22. Dokumentasi	251

EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK AKIBAT KECELAKAAN

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikoterapi positif terhadap peningkatan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan Pre test-Post test Control Group Design with Follow Up, menggunakan intervensi Psikoterapi Positif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 16 orang yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu 8 orang kelompok eksperimen dan 8 orang kelompok kontrol. Berdasarkan hasil analisis kuantitatif dengan uji statistik nonparametric Mann-Whitney U, diketahui terdapat perbedaan peningkatan penerimaan diri pada kelompok eksperimen yang diberi psikoterapi positif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Data analisis dengan Wilcoxon T, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara penerimaan diri sebelum dan setelah diberi psikoterapi positif pada kelompok eksperimen. Hasil analisis data kualitatif juga mendukung, bahwa penerimaan diri pada kelompok eksperimen meningkat setelah diberi psikoterapi positif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa psikoterapi positif efektif dalam meningkatkan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan. Oleh sebab itu, psikoterapi positif ini dapat dimanfaatkan sebagai intervensi dalam mengatasi penerimaan diri rendah pada disabilitas fisik akibat kecelakaan.

Kata Kunci: Psikoterapi Positif, Penerimaan Diri, Penyandang Disabilitas Fisik Akibat Kecelakaan

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of positive psychotherapy to increase self-acceptance in physically disabled persons due to accidents. This research used quasi-experimental design by Pre-test Post-test Control Group Design with Follow Up, using Positive Psychotherapy intervention. Subjects in this research amounted to 16 people divided into two groups: 8 participants in experimental group and 8 participants in control group. Based on the result of quantitative analysis with non-parametric Mann-Whitney U statistic test, there were differences of self-acceptance improvement in experimental group given positive psychotherapy compared with control group. Data analysis with Wilcoxon T showed that there was a difference between self-acceptance before and after being given positive psychotherapy in the experimental group. The results of qualitative data support that the self-acceptance in the experimental group increased after given positive psychotherapy. So it can be concluded that positive psychotherapy is effective in improving self-acceptance in physically disabled persons due to accidents. Therefore, this positive psychotherapy can be used as an intervention in overcoming the low self-acceptance of physical disability due to accidents.

Keywords: Positive Psychotherapy, Self-Acceptance, Physical Disabilities Due to Accidents