

**EFEKTIVITAS TERAPI REALITAS TERHADAP MEKANISME KOPING  
REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN : *LITERATURE REVIEW***

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya  
Keperawatan



Oleh:

Seni Lutfiani Fauziyyah

1708041

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2020**

**SENI LUTFIANI FAUZIYYAH**

**1708041**

**EFEKTIVITAS TERAPI REALITAS TERHADAP MEKANISME KOPING  
REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN : *LITERATURE REVIEW***

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

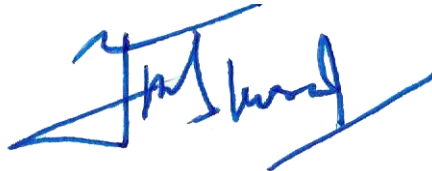
**Pembimbing I**



Sri Sumartini, S.Kp., M.Kep.

NIP. 19800225 201504 2 001

**Pembimbing II**



Tirta Adikusuma Suparto, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIPT. 920160119880105101

Mengetahui,

**Ketua Prodi DIII Keperawatan**



Slamet Rohaedi, S.Kep., M.P.H

NIP.197611082001121005

# EFEKTIVITAS TERAPI REALITAS TERHADAP MEKANISME KOPING REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN : *LITERATURE REVIEW*

Seni Lutfiani Fauziyyah  
e-mail: lutfianiseni@gmail.com

## ABSTRAK

Perundungan merupakan suatu tindakan yang dilakukan individu untuk menyakiti atau menyerang individu lain baik dalam bentuk fisik maupun verbal. Salah satu cara untuk menangani masalah tersebut yaitu melalui terapi realitas yang dianggap efektif untuk menangani masalah perundungan. Tujuan dari studi literatur adalah untuk mengetahui bagaimana efektivitas terapi realitas terhadap mekanisme koping remaja korban perundungan. Metode yang digunakan adalah *literature review* yang merupakan hasil pencarian melalui database nasional dan internasional dengan kata kunci “Terapi Realitas dan Perundungan/*Bullying*”. Berdasarkan hasil pencarian ditemukan 5 jurnal penelitian, 3 jurnal nasional dan 2 jurnal internasional. Populasinya adalah remaja korban perundungan laki-laki maupun perempuan. Dari 5 penelitian yang digunakan 4 diantaranya menggunakan desain kuantitatif dan 1 menggunakan desain kualitatif. Hasil : Berdasarkan 5 penelitian yang didapatkan bahwa terapi realitas efektif dan direkomendasikan untuk menangani masalah trauma atau stres seperti perundungan. Didapatkan perbedaan hasil yang signifikan sebelum dan sesudah penerapan terapi realitas. Skor rata-rata pre-test (31,63) dan post-test (11,47) sebelum dan sesudah sesi terapi dengan  $t(29) = 31,085$ ,  $p\text{-value} = 001$ ). Penulis merekomendasikan untuk menerapkan atau mengaplikasikan terapi realitas untuk menangani masalah stres atau trauma seperti perundungan. Perawat sebagai konselor dalam penerapan terapi ini harus bisa melibatkan diri dengan korban untuk memunculkan rasa saling percaya. Perundungan di kalangan remaja merupakan masalah yang perlu diperhatikan dan perlu penanganan secara khusus untuk menghindari masalah yang lebih serius.

Kata Kunci: Efektivitas, Terapi Realitas, Remaja, Perundungan

**THE EFFECTIVENESS OF REALITY THERAPY ON COPING  
MECHANISM OF ADOLESCENT WHO ARE VICTIMS OF BULLYING  
: LITERATURE REVIEW**

**Seni Lutfiani Fauziyyah  
e-mail: lutfianiseni@gmail.com**

**ABSTRACT**

*Bullying is an action taken by an individual to hurt or attack other individuals both in physical and verbal form. One way to deal with these problems is through reality therapy which is considered effective in dealing with bullying problems. The purpose of the literature study is to find out how coping mechanisms in adolescent victims of abuse through reality therapy. The literature used is a search result through national and international databases with the keyword "Reality Therapy and Bullying". Based on the results of the search found 5 research journals, 3 national journals and 2 international journals. Of the 5 studies used 4 of them used quantitative methods and 1 used qualitative methods. Results: Based on 5 studies found that reality therapy is effective and recommended for dealing with trauma or stress problems such as bullying. Significant differences in outcomes were obtained before and after the application of reality therapy. Average pre-test scores (31.63) and post-test (11.47) before and after therapy sessions with  $t(29) = 31.085$ ,  $p\text{-value} = .001$ . The author recommends applying reality therapy to deal with stress or trauma problems such as bullying. Nurses as counselors in the application of this therapy must be able to involve themselves with the victim to generate mutual trust. Bullying among adolescents is a problem that needs attention and needs special handling to avoid more serious problems.*

*Keywords: Effectivity, Reality Therapy, Adolescent, Bullying*

## PERNYATAAN

*Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah dengan judul **“Efektivitas Terapi Realitas Terhadap Mekanisme Koping Remaja Korban Perundungan”** ini beserta seluruh isinya adalah benar—benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.*

Bandung, Juni 2020

Penulis

Seni Lutfiani Fauziyyah

NIM. 1708041

## LEMBAR HAK CIPTA

### **EFEKTIVITAS TERAPI REALITAS TERHADAP MEKANISME KOPING REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN : *LITERATURE REVIEW***

Oleh:

Seni Lutfiani Fauziyyah

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Seni Lutfiani Fauziyyah 2020

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2020

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

KTI ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Efektivitas Terapi Realitas Pada Mekanisme Koping Remaja Korban Perundungan: *Literature Review*”. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW, yang telah membawa kita semua dari zaman kegelapan hingga ke zaman yang terang benderang seperti sekarang ini.

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dukungan dari berbagai pihak. Penulis secara khusus mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis banyak menerima bimbingan, petunjuk, dan bantuan serta dukungan dari berbagai pihak yang bersifat moral ataupun material. Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Solehudin, M.Pd., MA, selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia
2. Prof. Dr. H. Adang Suherman, MA, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. H. Dian Budiana, M.Pd, selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
4. Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D, selaku Wakil Dekan Bidang Keuangan dan Sumber Daya Manusia Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. Mulyana, M.Pd., selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
6. Slamet Rohaedi, S.Kep., M.P.H, selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia.

7. Septian Andriyani, S.Kp., M.Kep, selaku penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, koreksi dan arahan kepada peneliti.
8. Sri Sumartini, S.Kp., M.Kep, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan petunjuk dan bimbingan kepada peneliti.
9. Tirta Adikusuma Suparto, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan petunjuk dan bimbingan kepada peneliti.
10. Seluruh dosen dan staff Prodi DIII Keperawatan UPI Bandung yang telah membekali ilmu pengetahuan yang sangat berguna selama perkuliahan.
11. Keluarga besar tercinta, terutama kedua orang tua, kakak, adik, dan nenek tercinta yang telah mendoakan dan memberikan dukungan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
12. Teman-teman seperjuangan DIII Keperawatan UPI 2017 yang telah memberikan banyak masukan dan dukungan kepada peneliti.
13. Serta masih banyak pihak-pihak yang sangat berpengaruh dalam proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan yang telah diberikan, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti umumnya kepada para pembaca.

Bandung, Juni 2020

Penulis

Seni Lutfiani Fauziyyah

1708041



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR HAK CIPTA</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	4
2.2 Terapi Realitas .....	4
2.2.1 Pengertian.....	4
2.2.2 Pokok Pemikiran Terapi Realitas .....	5
2.2.3 Tujuan Terapi Realitas.....	5
2.2.4 Hubungan Konselor dan Klien .....	6
2.2.5 Proses Konseling Realitas .....	7
2.2.6 Peran Perawat Sebagai Konselor .....	7
2.2.7 WDEP Model.....	8
2.2.8 Teknik Dalam Konseling Realitas.....	8

2.1 Mekanisme Koping .....	8
2.1.1 Pengertian.....	8
2.1.2 Penggolongan Mekanisme Koping.....	9
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Mekanisme Koping.....	10
2.1.4 Definisi Strategi Koping .....	10
2.1.5 Jenis Strategi Koping.....	11
2.1.6 Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Koping.....	12
2.3 Remaja.....	12
2.3.1 Pengertian.....	12
2.3.2 Ciri-Ciri Remaja .....	13
2.3.3 Tahap Perkembangan Remaja.....	13
2.3.4 Perkembangan Fisik Remaja.....	14
2.3.5 Perkembangan Sosial Remaja .....	14
2.3.6 Perkembangan Kognitif Remaja .....	15
2.3.7 Tugas Perkembangan Remaja .....	15
2.4 Perundungan .....	15
2.4.1 Pengertian .....	16
2.4.2 Bentuk Perundungan.....	16
2.4.3 Faktor Penyebab Perundungan .....	17
2.4.4 Dampak Perilaku Perundungan.....	18
2.4.5 Pencegahan dan Penanganan Perundungan .....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
3.1 Desain Penelitian.....	20
3.2 Waktu Penelitian .....	20
3.3 Prosedur Penelitian.....	20
3.4 Analisa Data.....	22

3.5 Etika Penelitian .....	22
<b>BAB IV TEMUAN DAN BAHASAN .....</b>	<b>23</b>
4.1 Temuan .....	23
4.2 Bahasan.....	27
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....</b>	<b>33</b>
5.1 Simpulan.....	33
5.2 Implikasi .....	33
5.3 Rekomendasi.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>35</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.3 Alur Literatur .....	20
Tabel 4.1 Temuan Jurnal 1 .....	23
Tabel 4.2 Temuan Jurnal 2 .....	24
Tabel 4.3 Temuan Jurnal 3 .....	25
Tabel 4.4 Temuan Jurnal 4 .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Artikel Satu.....	38
Lampiran 2. Artikel Dua .....	52
Lampiran 3. Artikel Tiga.....	59
Lampiran 4. Artikel Empat.....	67
Lampiran 5. Lembar Kegiatan Bimbingan.....	71
Lampiran 6. Revisi Penelitian .....	75
Lampiran 7. Riwayat Hidup .....	76

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M dan Mohamad A. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara. Hal 67
- Ananto. (2006). *Usaha Kesehatan Sekolah di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Bandung: Yrama Widya.
- Ashofa, N. H. (2019). Terapi Realitas Untuk Menangani Trauma (*Post Traumatic Stress Disorder*) Pada Korban Bullying Di Balai Perundungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16(1), 86-99.
- Carlson, N. R. (2007). *Psychology, the science of behaviour, sixth edition*. United states of America, Pearson Education Inc. Hal 536.
- Corey, G. (2010). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Efendi, Ferry. (2019). *Memahami Fenomena “Bullying” di Kalangan Remaja Indonesia*. Surabaya. Unair News. [Online]. Diakses dari <http://news.unair.ac.id/2019/09/02/memahami-fenomena-bullying-di-kalangan-remaja-indonesia/>
- Elinda Emza, (2015). *Fenomena Bullying Di Sekolah Dasar Kawasan Beresiko Kota Yogyakarta*. [Skripsi]. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, hlm.91
- Fauziyyah, Dera. (2018). *Penegakan Hukum dalam Kasus Perundungan (Bullying) Oleh Anak Yang Menyebabkan Korban Meninggal*. [Skripsi]. Fakultas Hukum. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Fitria Cakrawati. (2015). *Bullying, Siapa Takut?*. Cet.I, Tiga Ananda. Solo, hlm.11. [Online]. Diakses dari <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/ijlres/article/view/5642>
- Indri, R. N. (2018). *Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Realita Terhadap Pengembangan Resilensi Siswa Korban Bullying Di SMP 1 Batang Kuis TA 2017/2018*. [Dissertation]. Universitas Negeri Medan.
- Jhon W, Santroct. (2011). *Life-Span Development : perkembangan masa hidup jilid 1*. Jakarta: Erlangga. Hal 404

- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pusat Data dan Informasi. t.t. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. [Online]. Diakses dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/15090700003/situasi-kesehatan-reproduksi-remaja.html>
- Kertamuda, F & Herdiansyah H. (2009). Pengaruh strategi koping terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. *Jurnal Universitas Paramadina Vol. 6 No. 1: 11-23, Hal 14*.
- Kholilah, M. (2012). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bullying dengan Perilaku Bullying pada Siswa Kelas XI Di SMA Semen Gresik*. [Skripsi]. Stikes Yarsis. Tidak Dipublikasikan.
- Kusumaryani M, Antarwati E. (2017). *Prioritaskan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Menikmati Bonus Demografi*. Jakarta: Fakultas Ekonomi dan Bisnis UI.
- Madukwe, A. U., Echeme, J. O., Njoku, J. C., Annorzie, H. I., Omagamre, U. R., & Nwufo, I. (2016). *Effectiveness of Reality Therapy in the Treatment of Bullying among Adolescents in Owerri North, Imo State, Nigeria*. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 1-8.
- Mudjijanti, F. (2011). *School Bullying dan Peran Guru Dalam Mengatasinya*. *Naskah Krida Rakyat*. Madiun: Universitas Katolik Widya Mandala.
- Muktiana Wahyu and Wijayanti, Diyan Yuli .(2017). *Hubungan Kejadian Bullying dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Penerima Program Bidikmisi Departemen Ilmu Keperawatan* .Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Mutoharoh. (2010). *Faktor-faktor berhubungan dengan Mekanisme Koping Klien Gagal Ginjal kronik yang menjalani Terapi Hemodialisa di RS. Umum Pusat (RSUP) Fatmawati*. [Skripsi]. Keperawatan Universitas Bandung.
- Nasir, Abdul & Muhith. (2011). *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta. Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Oktaviani, Fia. (2014). *Gambaran Coping Strategy pada Remaja Puteri yang Melakukan Pernikahan Dini*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.

- Palmer, S. (2011). *Introduction to Counselling and Psychotherapy*. Diterjemahkan oleh Haris H. Setiadjud. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Ramayanti, A., & Astuti, Y. S. (2018). *Gambaran Mekanisme Koping pada Remaja yang Mengalami Bullying di SMAN 7*. [Online]. Diakses dari <http://repository.poltekkesbdg.info/items/show/1763>
- Ramadita, R. (2017). *Pelaksanaan Konseling Pribadi Dengan Teknik Realitas Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Peserta Didik Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Penerbangan Radin Intan Lampung*. [Dissertation]. IAIN Raden Intan Lampung.
- Rezaei, S., Kiani, A., & Ghamari, H. (2018). *The Effectiveness of Reality Therapy on Bullying Behavior, Emotional Self-Regulation and Self-Regulatory Academic Performance in Students*. [Dissertation]. University of Mohaghegh Ardabili.
- Richard, N.J. (2011). *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sindo Weekly (2017). *Indonesia tempati posisi tertinggi perundungan di ASEAN*. [Online]. Diakses dari <https://nasional.sindonews.com/read/1223442/15/indonesia-tempati-posisitertinggi-perundungan-di-asean1500880739>
- Tarwoto, Ns. Dkk. (2010). *Kesehatan Remaja problem dan solusinya*. Jakarta: Salemba Medika
- Tri, Joko. (2012). Stres dan Strategi Koping Pada Siswa yang Tidak Lulus Ujian Nasional. *Jurnal PSIKOPEDAGOGIA*, Vol. 1 No. 2, Desember 2012.
- World Health Organization (WHO). (2015), *Adolescent Development: Topics at Glance*. [Online]. Diakses dari [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/en/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en/)
- Zarkasih Putro. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama* , 25-32.