

**PENERAPAN TERAPI SUPORTIF DENGAN TEKNIK PERSUASI UNTUK
MENGATASI GANGGUAN SOMATISASI DI BIRO KONSULTASI
PSIKOLOGI NUANSA TANGERANG**

TESIS

**Diajukan Kepada Program Studi Magister Psikologi Profesi (PSMPP)
Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I
Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh
Gelar Psikolog Magister Psikologi**



Oleh :

Invonie Lulu Luxyanti, S.Psi

0967290035

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI (PSMPP)
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA Y.A.I
JAKARTA
2014**

Tesis ini Dipertahankan di Hadapan Dewan Penguji
Program Studi Magister Psikologi Profesi (PSMPP)
Bidang Kekhususan Psikologi Klinis Dewasa

Pada Hari/Tanggal : Kamis, 27 Maret 2014
Waktu : Pukul 11.00 WIB

Diterima untuk memenuhi syarat-syarat guna memperoleh gelar psikolog
Magister Psikologi Profesi

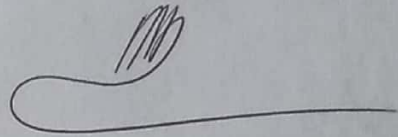
Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Zainuddin S.K, M.Psi, Psi

Pembimbing/Dewan Penguji

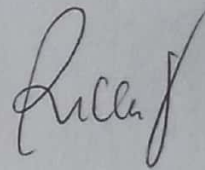
1.



2. Dra. Rilla Sovitriana, M. Psi, Psi

Dewan Penguji I

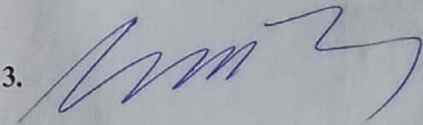
2.



3. Drs. Isrizal, M. Si

Dewan Penguji II

3.



Mengesahkan:

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Persada Indonesia Y.A.I



(Prof. Dr. Sarlito Wirawan Sarwono)



UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI Y.A.I

Kampus A: Jl. Diponegoro No. 74 Jakarta 10340, Indonesia
Telp: +62 21 3926000, 3924883-85 Fax: +62 21 3914885
Website: www.yai.ac.id E-mail: fpsi.upi@yai.ac.id

No. : 121 F/D/Fak.Psi./UPI Y.A.I/III/2014

Jakarta, 25 Maret 2014

Lamp.: Ada

Hal. : Undangan Menguji Tesis Program PSMPP

Kepada Yth.

1. Ketua/Penguji/Pembimbing : Dr. Zainuddin SK, M.Psi
2. Anggota Penguji I : Drs. Isrizal, M.Si, Psi
3. Anggota Penguji II : Rilla sovitriona, M.Si, Psi

Dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk hadir sebagai penguji Tesis bidang kekhususan Psikologi Klinis Dewasa Program Studi Magister Psikologi Profesi (PSMPP) Fakultas Psikologi UPI Y.A.I dengan judul tesis : " Penerapan Terapi Suportif Dengan Teknik Persuasi Untuk Mengatasi Gangguan Somatisasi di Biro Konsultasi Psikologi Nuasna Tangerang" atas nama :

Invonie Lulu Luxyanti - 096729035

Pelaksanaan Sidang Tesis Psikologi Klinis pada :

- Hari/Tgl. : Kamis, 27 Maret 2014
Pukul : 11.00 WIB.
Tempat : Gedung Fakultas Psikologi UPI Y.A.I Lt. 9 Ruang : 9003
Jl. Diponegoro No. 74 – Jakarta Pusat.

Demikian undangan ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu. Atas perhatian dan kesediaanya kami ucapkan terima kasih.

FAKULTAS PSIKOLOGI UPI Y.A.I

Dekan Eksekutif



Dr. I Nyoman Surna, M.Psi



**PENGARUH *MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA IBU YANG BEKERJA
DI BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK MEMERLUKAN
PERLINDUNGAN KHUSUS (BRSAMPK) HANDAYANI
JAKARTA TIMUR DALAM MENDAMPINGI ANAK
SEKOLAH DARI RUMAH (*SCHOOL FROM HOME*)
DI ERA NEW NORMAL**

TESIS

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Psikolog dalam Program Pendidikan Magister Psikologi Profesi (PMPP) Bidang
Kekhususan Psikologi Klinis Dewasa**

Oleh:

**Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi
1667290015**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA 'YAI'
JAKARTA
2020**

**PENGARUH *MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA IBU YANG BEKERJA
DI BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK MEMERLUKAN
PERLINDUNGAN KHUSUS (BRSAMPK) HANDAYANI
JAKARTA TIMUR DALAM MENDAMPINGI ANAK
SEKOLAH DARI RUMAH (*SCHOOL FROM HOME*)
DI ERA NEW NORMAL**

TESIS

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Psikolog dalam Program Pendidikan Magister Psikologi Profesi (PMPP) Bidang
Kekhususan Psikologi Klinis Dewasa**



**Oleh:
Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi
1667290015**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA 'YAI'
JAKARTA
2020**

**PENGARUH MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION UNTUK
MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA IBU YANG BEKERJA
DI BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK MEMERLUKAN
PERLINDUNGAN KHUSUS (BRSAMPK) HANDAYANI
JAKARTA TIMUR DALAM MENDAMPINGI ANAK
SEKOLAH DARI RUMAH (SCHOOL FROM HOME)
DI ERA NEW NORMAL**

**Tesis Ini disetujui Untuk Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Program
Studi Magister Psikologi Profesi (PSMPP) Klinis Dewasa**

Oleh:

Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi

1667290015

Pembimbing,

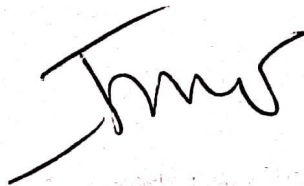
Dr. Rilla Sovitriana, Psi., M.Si, Psikolog

Tanda Tangan



Mengetahui,

**Ketua Program Studi Magister Psikologi Profesi
Universitas Persada Indonesia Y.A.I**



Dr. Anastasia Sri Maryatmi, M.Psi., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN

Tesis ini diajukan oleh:

Nama : Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi
NIM : 1667290015
Program Studi : Magister Psikologi Profesi Klinis Dewasa
Judul : Pengaruh *Mindfulness Based Stress Reduction* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Ibu yang Bekerja di Balai Rehabilitasi Sosial Anak Memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani Jakarta Timur dalam Mendampingi Anak Sekolah dari Rumah (*School From Home*) di Era New Normal.

Telah disetujui dalam ujian sidang tesis untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. pada hari Rabu, tanggal 23 September 2020.

Dosen Penguji

1. **Dr. Anastasia Sri Maryatmi, M.Psi., Psikolog**
(Ketua PSMPP)
2. **Dr. Rilla Sovitriana, Psi., M.Si, Psikolog**
(Pembimbing)
3. **Dr. Zainudin, SK., M.Psi., Psikolog**
(Dosen Penguji)

Tanda Tangan

The image shows three handwritten signatures in black ink, each written over a horizontal line. The signatures are stylized and cursive. The first signature is the most prominent, followed by the second, and then the third.

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Persada Indonesia Y.A.I



Dr. I Nyoman Surna, M.Psi

LEMBAR PERNYATAAN

Sebagai civitas akademi Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia

Y.A.I. Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi

NIM : 1667290015

Program Studi : Magister Psikologi Profesi


Jenis Karya : Tesis

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Persada Indonesia Y.A.I sebagai Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul *Pengaruh Mindfulness Based Stress Reduction* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Ibu yang Bekerja di Balai Rehabilitasi Sosial Anak Memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani Jakarta Timur dalam Mendampingi Anak Sekolah dari Rumah (*School From Home*) di Era New Normal.

Dengan hak bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Persada Indonesia Y.A.I berhak menyimpan, memformat, mengelola dalam bentuk data base, merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian, pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 September 2020


Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi

**THE EFFECT OF MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION TO
IMPROVE EMOTIONAL REGULATION OF WORKING MOTHER
IN BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK MEMERLUKAN
PERLINDUNGAN KHUSUS (BRSAMPK) JAKARTA TIMUR
IN SUPPORTING CHILDREN SCHOOL FROM HOME
(SFH) IN THE NEW NORMAL ERA**

Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi

Mahasiswa Fakultas Magister Psikologi Profesi Universitas Persada Indonesia Y.A.I
Jl. Diponegoro No. 74, Jakarta Pusat 10340
mentariilmi@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the description of emotional regulation in working mothers at BRSAMPK Handayani, East Jakarta in accompanying School From Home (SFH) children in the New Normal Era and to obtain the results of the influence of Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) in efforts to improve emotional regulation of mothers who working at BRSAMPK Handayani, East Jakarta in assisting School From Home (SFH) children in the New Normal Era. The new normal is a new habit in a transitional period that must be applied by everyone before the Covid-19 pandemic ends, including in the family as the smallest organization in our society and it is hoped that the role of mothers is present as a support for a strong and intelligent family in the new normal era, because mothers play an important role in the future of the family. But for women workers, this requires adaptation in carrying out their activities because it is not a factor of washing and cooking, but also having to do office work, household chores and now also become a teacher at home so that it allows her to become a strong figure for the family. As a working mother, work and family are important parts that always need mother's attention at the same time so that conflicts can always arise, but the mother's attitude in reacting to it can affect her emotions and psychological conditions (Handayani, 2015). The process of improving emotional regulation in this study uses Mindfulness Based Stress reduction with the research method of designing multiple baseline cross subjects using ABAB design and true experimental design by taking the sample used for the experimental group (KE) and the control group (KK). Taken at random from the sample population. The assessment process in this case the researcher uses interviews, observations, psychological tests and the ERQ (Emotional Regulation Questionnaire) scale. Based on the results obtained, Asymp. Sig. (2-tailed) is worth 0.005. This shows that there is an influence of Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) in improving the emotional regulation of mothers who work at BRSAMPK Handayani, East Jakarta in accompanying School from Home children in the New Normal Era. This has been proven by using the non-parametric statistical test Wilcoxon test.

Keywords: Mindfulness Based Stress Reduction, Emotion Regulation, Mother Working, Era New Normal.

**PENGARUH *MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA IBU YANG BEKERJA
DI BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK MEMERLUKAN
PERLINDUNGAN KHUSUS (BRSAMPK) HANDAYANI
JAKARTA TIMUR DALAM MENDAMPINGI ANAK
SEKOLAH DARI RUMAH (*SCHOOL FROM HOME*)
DI ERA NEW NORMAL**

Mentari Ilmi Fahmiati Avicenia, S.Psi

Mahasiswa Fakultas Magister Psikologi Profesi Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jl. Diponegoro No. 74, Jakarta Pusat 10340

mentariilmi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada Ibu bekerja di BRSAMPK Handayani Jakarta Timur dalam mendampingi anak School From Home (SFH) di Era New Normal dan untuk mendapatkan hasil pengaruh *Mindfulness Based Stress Reduction* (MBSR) dalam upaya meningkatkan regulasi emosi pada Ibu bekerja di BRSAMPK Handayani Jakarta Timur dalam mendampingi anak School From Home (SFH) di Era New Normal. New normal merupakan sebuah kebiasaan baru di masa transisi yang harus diterapkan oleh setiap orang sebelum pandemic Covid-19 berakhir, termasuk juga di dalam keluarga sebagai organisasi terkecil masyarakat kita dan peran ibu diharapkan hadir sebagai penopang keluarga yang 2omesti dan cerdas di era new normal, karena ibu berperan penting dalam masa depan keluarga. Namun bagi perempuan pekerja hal ini membutuhkan adaptasi dalam menjalankan aktivitas karena bukan 2omest mencuci dan memasak, tetapi juga harus melakukan pekerjaan kantor, pekerjaan 2omestic dan kini merangkap sebagai guru di rumah sehingga memungkinkan dirinya untuk menjadi sosok yang kuat bagi keluarga. Sebagai seorang ibu bekerja, pekerjaan dan keluarga merupakan bagian penting yang selalu membutuhkan perhatian ibu disaat yang bersamaan sehingga konflik dapat selalu muncul, akan tetapi sikap ibu dalam menyikapinya dapat memberikan pengaruh terhadap emosi dan kondisi psikologisnya (Handayani, 2015). Proses untuk meningkatkan regulasi emosi dalam penelitian ini menggunakan *Mindfulness Based Stress reduction* dengan metode penelitian yaitu *designs multiple baseline cross subjects* menggunakan *designs A-B-A-B* dan *true eksperimental design* dengan mengambil sampel yang digunakan untuk kelompok eksperimen (KE) dan kelompok kontrol (KK) diambil secara random dari populasi sampel. Proses penilaian dalam hal ini, peneliti menggunakan wawancara, observasi, tes psikologi dan skala *ERQ (Emotional Regulation Questionnaire)*. Berdasarkan hasil yang diperoleh, Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,005. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *Mindfulness Based Stress Reduction* (MBSR) dalam meningkatkan regulasi emosi pada Ibu yang bekerja di BRSAMPK Handayani Jakarta Timur dalam mendampingi anak *School From Home* di Era New Normal” telah terbukti dengan menggunakan uji statistic non parametrik *Uji Wilcoxon*.

Keywords: Mindfulness Based Stress Reduction, Emotion Regulation, Mother Working, Era New Normal.



UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA Y.A.I

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus A: Jl. Diponegoro No. 74 Jakarta 10340, Indonesia
Telp : +62 21 3926000, 3924883-85 Fax : +62 21 3914885
Website : www.yai.ac.id E-mail : fpsi.upi@yai.ac.id

No. : 121/D/Fak.Psi.UPI Y.A.I/III/2020
Lamp. : Ada
Hal. : Penunjukan Dosen Pembimbing Tesis

Jakarta, 02 Maret 2020

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Dr. Rilla Sovitriana, M.,Si, Psikolog
Sebagai Pembimbing
di-
Tempat

Dengan hormat,

Berkenaan dengan penyelesaian tugas penyusunan Tesis bagi mahasiswa Program Magister Psikologi Fakultas Psikologi UPI Y.A.I khususnya konsentrasi Program Studi Magister Psikologi Profesi (PSMPP), untuk itu kami mohon agar Bapak/Ibu dapat memberikan bimbingan sesuai dengan judul dan substansi permasalahannya, bagi mahasiswa a/n. :

Nama	: Agung Wahyu Prasetyo. S.Psi
Nim	: 1667290048
Bidang kekhususan	: Psikologi Klinis Dewasa
Judul Tesis	: Pengaruh Terapi Realita Untuk Meningkatkan Harga Diri Dan Mengatasi Kecemasan Pada Pasien <i>Diabetes Mellitus</i> Di Klinik Dompot Dhuafa Banten

Demikian atas kesediaan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Hormat kami,
Fakultas Psikologi UPI Y.A.I
Dekan



Dr. I Nyoman Surna, M.Psi

Tembusan : Kepada Yth.

1. Ketua Konsentrasi PSMPP Fak. Psikologi UPI Y.A.I
2. Mahasiswa yang bersangkutan
3. Arsip.



**PENGARUH TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN
SELF EFFICACY PADA PASIEN *DIABETES MELLITUS*
DI KLINIK DOMPET DHUAFA BANTEN**

TESIS

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mendapat Gelar
Magister Psikologi dalam Program Studi Magister Psikologi Profesi
Bidang Kekhususan Psikologi Klinis Dewasa (PK-D)**

Disusun Oleh :

Agung Wahyu Prasetyo, S.Psi

NIM : 1667290048

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI (PSMPP)
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA Y.A.I**

JAKARTA

2020

Halaman Pengesahan

Tesis ini diajukan oleh:

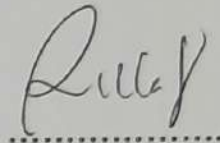
Nama : Agung Wahyu Prasetyo S.Psi
NIM : 1667290048
Program Studi : Magister Psikologi Profesi Klinis Dewasa
Judl : Pengaruh Terapi Realitas Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Dompot Dhuafa Banten.

Telah disetujui dalam ujian siding tesis untuk memperoleh gelar magister profesi psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I.

Pembimbing

Tanda Tangan

Dr. Rilla Sovitriana, Psi, M.Si, Psikolog



.....

Mengetahui,

Ketua Program Studi Magister Psikologi Profesi

Universitas Persada Indonesia Y.A.I



Dr. Anastasia Sri Maryatmi, M.Psi, Psikolog

Lembar Pengesahan

Tesis ini diajukan oleh:

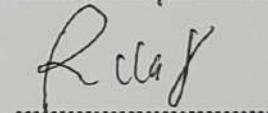
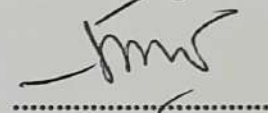
Nama : Agung Wahyu Prasetyo S.Psi
NIM : 1667290048
Program Studi : Magister Psikologi Profesi Klinis Dewasa
Judl : Pengaruh Terapi Realitas Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Dompot Dhuafa Banten.

Telah disetujui dalam ujian siding tesis untuk memperoleh gelar magister profesi psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. pada hari Rabu, tanggal 23 September 2020.

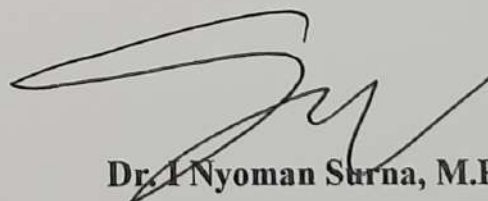
Dewan Penguji

1. **Dr. Anastasia Sri Maryatmi, M.Psi, Psikolog**
(Ketua PSMPP)
2. **Dr. Rilla Sovitriana, Psi, M.Si, Psikolog**
(Pembimbing)
3. **Dr. Zainuddin, SK, M.Psi., Psikolog**
(Dewan Penguji)

Tanda Tangan



Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Persada Indonesia Y.A.I



Dr. Nyoman Surna, M.Psi

LEMBAR PERNYATAAN

Sebagai sivitas akademi Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agung Wahyu Prasetyo, S.Psi
NIM : 1667290048
Program Studi : Magister Psikologi
Jenis Karyaw : Tesis

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Persada Indonesia Y.A.I sebagai Hak Bebas Royalti Noneklusi atas karya ilmiah saya yang berjudul Pengaruh Terapi Realitas Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Dompot Dhuafa Banten.

Dengan hak bebas royalty Noneklusif ini Universitas Persada Indonesia Y.A.I berhak menyimpan, mengformat, mengelola dalam bentuk data base, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 11 Agustus 2020



Agung Wahyu Prasetyo, S.Psi

ABSTRACT

Patients Diabetes Mellitus (DM) often changed in life and increased feelings of uncertainty about their existence and perceptions of quality of life. Psychological problems such as changes in self-efficacy occur in DM patients due to the perceptions about body image related to their current health condition. Self-efficacy be indicators and measuring mental health. To improve self-efficacy, DM patients need psychological intervention, namely reality therapy. The application of reality therapy expected to become input for developing the science of clinical psychology, especially to increasing self-efficacy patients with diabetes mellitus. The purpose of this research is to get the result of the effect of reality therapy to improve self-efficacy in diabetes mellitus patients in Dompot Dhuafa Clinic, Banten. The number of subjects in this research was ten people. Dependent variable in this research is self-efficacy and independent variable in this research is reality therapy. The technique used in this research using the experimental method. Based on the results of the Wilcoxon test, it has known that the value is 0.007 less than <0.05 , it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted, the initial hypothesis of the research which states there is an effect of reality therapy in increasing self-efficacy in diabetes mellitus patients in Dompot Dhuafa Clinic, Banten.

Key words : reality therapy, *self-efficacy*, *diabetes mellitus*.

ABSTRAK

Pasien Diabetes Mellitus (DM) sering mengalami perubahan dalam hidup dan peningkatan perasaan tidak pasti tentang eksistensi dan persepsi tentang kualitas hidup. Masalah psikologis seperti perubahan *self efficacy* terjadi pada pasien DM dikarenakan persepsi tentang citra tubuh yang terkait dengan kondisi kesehatannya saat ini. *Self efficacy* menjadi indikator dan alat ukur kesehatan mental. Untuk meningkatkan *self efficacy* pasien DM maka perlu dilakukan intervensi psikologis yaitu terapi realitas. Penerapan terapi realitas diharapkan dapat menjadi masukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan psikologi klinis, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan *self efficacy* pasien *diabetes mellitus*. Tujuan dari penelitian ini adalah, untuk mendapatkan hasil pengaruh terapi realitas dalam upaya meningkatkan *self efficacy* pada pasien *diabetes mellitus* di Klinik Dompot Dhuafa Banten. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 10 orang. Variable dependent pada penelitian ini adalah *self efficacy* dan variable independen pada penelitian ini adalah terapi realitas. Teknik yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode ekperimental. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui bernilai 0,007 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, hipotesa awal penelitian yang menyatakan bahwa ada pengaruh terapi realitas dalam meningkatkan *self efficacy* pada pasien *diabetes mellitus* di Klinik Dompot Dhuafa Banten.

Kata kunci: terapi realitas, *self efficacy*, diabetes mellitus.