

BAB I

PENDAHULUAN

Bab satu membahas tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan adalah salah satu aspek yang sangat penting dalam kehidupan. Pendidikan dapat diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan (Syah, 2010). Pendidikan berperan sebagai fondasi pembangunan pribadi seseorang. Melalui pendidikan, seseorang dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman diri yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Penyelenggaraan pendidikan tidak terlepas dari siswa yang merupakan subjek yang menerima pendidikan. Siswa akan mendapatkan pelayanan sesuai dengan bakat, minat, kemampuannya agar tumbuh kembangnya baik dan memiliki kepuasan dalam menerima pembelajaran yang diberikan di sekolah (Sibarani et al., 2023). Namun, dalam proses penyelenggaraan pendidikan tidak terlepas dari berbagai hambatan. Siswa cenderung menemukan kegagalan dan kesulitan dalam hidup seperti kegagalan dalam ujian atau kesulitan dalam beradaptasi dalam lingkungan sekolah. Kegagalan dan kesulitan yang dilalui oleh siswa dapat membuat siswa tidakpercaya diri, sulit bahagia dan hal ini mengakibatkan siswa memiliki penerimaan diri rendah.

Penerimaan diri adalah individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, kesadaran dan penerimaan terhadap berbagai aspek seperti baik dan buruknya

diri dan juga pengalaman hidup di masa lampau (Azkhosh et al., 2016). Siswa yang memiliki penerimaan diri rendah merupakan siswa yang memiliki rendah diri, berprasangka negatif pada orang lain dan lingkungan sekitar, mengalami kesulitan dalam mengembangkan potensi dalam diri serta menghadapi kendala dalam pencapaian tujuan dan kebahagiaan hidup (Widiantoro, 2015). Perasaan-perasaan negatif pada siswa seperti yang dipaparkan Widiantoro (2015), dapat menimbulkan dampak yang buruk baik bagi siswa maupun orang lain. Beberapa dampak yang dapat ditimbulkan diantaranya adalah nilai akademik yang menurun, hubungan sosial yang tidak baik dan dapat pula mempengaruhi perkembangan psikologisnya serta potensinya tidak dapat berkembang secara optimal. Untuk meminimalisir dampak yang akan terjadi, maka Guru BK memegang peran penting dalam hal ini.

Sesuai Permendikbud 111 yang menyebutkan salah satu bidang layanan dalam bimbingan dan konseling adalah pengembangan pribadi. Bidang layanan ini yaitu suatu proses pemberian bantuan dari konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada siswa untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusannya secara bertanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya, sehingga dapat mencapai perkembangan pribadinya secara optimal dan mencapai kebahagiaan, kesejahteraan dan keselamatan dalam kehidupannya (Yusuf & Nurihsan, 2010). Mengacu pada peraturan tersebut, penerimaan diri termasuk dalam ranah pengembangan pribadi.

Penerimaan diri mengacu pada karakteristik positif dan negatif individu (Morgado et al., 2014). Menurut Albert Ellis dalam Qiu-Qiang et al. (2021) menyatakan bahwa penerimaan diri mengakui seseorang adalah manusia yang kompleks dan tidak sempurna yang mampu membuat kesalahan. Individu didorong untuk menahan diri dari kritik diri terhadap citra tubuh, harga diri, dan memberikan kepercayaan pada penilaian negatif orang lain. Persepsi diri juga merupakan bagian integral dari evaluasi diri seseorang, dengan remaja mengalami berbagai tingkat emosi yang berkorelasi dengan perasaan harga diri, evaluasi diri negatif, ditambah dengan

hormon, kesehatan psikologis. Evaluasi diri yang positif membantu dengan penetapan tujuan, serta peningkatan motivasi dan kinerja, dan berkaitan erat dengan pengetahuan diri dan kesadaran diri (Konzelmann, 2011). Albert Ellis berpendapat pentingnya evaluasi diri dalam penerimaan diri sendiri dan orang lain (Bernard, 2009).

Penerimaan diri sangat penting selama peralihan dari seorang remaja ke orang dewasa yang mandiri. Masa remaja dimulai dari umur 12 sampai 21 tahun dan masa ini adalah masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Masa remaja sering dikenal dengan masa pencarian jati diri (*ego identity*). Karakteristik dari masa remaja diantaranya dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria dan wanita yang dijunjung tinggi oleh masyarakat serta menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif (Desmita, 2014). Selain itu bagi remaja, masa sekolah menengah merupakan masa adaptasi dengan tugas perkembangan inkremental menuju identitas diri dan masa dewasa (Widodo et al., 2020). Evaluasi diri dan penerimaan diri berkontribusi pada kesehatan dan kesejahteraan psikologis siswa dan merupakan faktor penting dalam keterampilan koping dan emosional serta interaksi sosial (Rankanen, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Refnadi & Yarmis (2021) di SMA Pembangunan Laboratorium UNP dengan jumlah sampel 251 orang siswa dari kelas 10 sampai kelas 12. Hasil temuan menunjukkan 45.4% siswa berada pada kondisi penerimaan diri rendah. Penerimaan diri rendah diakibatkan oleh beberapa faktor, yang pertama yaitu pemikiran remaja yang merasa fisiknya tidak menarik, terlalu gemuk, terlalu kurus, dan memiliki warna kulit yang tidak disukai. Kondisi tersebut mengakibatkan pada penilaian diri yang negatif seperti menilai diri tidak menarik dan cenderung membandingkan bentuk tubuh yang dimiliki dengan bentuk tubuh yang ideal. Selain itu, faktor dari ketidakpercayaan diri terhadap kelebihan yang dimiliki mendorong remaja memiliki penerimaan diri yang negatif.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Refnadi & Yarmis (2021), hasil wawancara yang dilakukan di SMA Negeri 1 Jalancagak mengungkapkan terdapat beberapa siswa yang memiliki permasalahan fisik karena siswa tersebut tidak memiliki warna kulit dan fisik yang sama dengan teman yang lain dikarenakan siswa tersebut berasal dari daerah yang berbeda. Selanjutnya, menurut guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 1 Jalancagak, banyaknya siswa yang merasa minder dengan keadaan fisik dan merasa tidak puas tersebut mengakibatkan siswa kurang untuk mengekspresikan diri di sekolah dan cenderung menutup diri. Hal ini mengakibatkan beberapa siswa kelas SMA Negeri 1 Jalancagak tidak bisa bersosialisasi di kelas dan selalu merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang ada dalam diri.

Beberapa kondisi penerimaan diri yang dialami siswa SMA Negeri 1 Jalancagak dapat memberikan dampak kepada kehidupan siswa tersebut dan masa depannya. Menurut Carson & Langer (2006) tidak adanya kemampuan untuk menerima diri sendiri dapat menyebabkan berbagai kesulitan emosional, termasuk kemarahan dan depresi yang tidak terkendali. Orang yang terjebak dalam evaluasi diri daripada penerimaan diri mungkin juga sangat membutuhkan banyak perhatian dalam mengembangkan hal positif dalam diri daripada terus mengukur kekurangan pribadi yang dirasakan. Remaja yang memiliki kemampuan penerimaan diri rendah, diperlukan adanya peran bimbingan dan konseling. Peran bimbingan dan konseling sangat penting terutama dalam membantu individu mencapai proses perkembangan yang optimal. Peran guru bimbingan dan konseling dapat membantu siswa dalam mengembangkan nilai-nilai positif dan kembali menjalani kehidupan terutama siswa yang tengah berhadapan dengan masalah penerimaan diri.

Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa adalah melalui layanan penguasaan konten. Layanan penguasaan konten adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar sehingga dapat menguasai kompetensi tertentu melalui proses belajar.

Pengembangan-pengembangan diri berkenaan dengan kehidupan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir, keluarga dan kehidupan beragama sesuai dengan tugas perkembangan (Kartadinata, 2008). Layanan penguasaan konten yang digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa yang akan dilakukan peneliti adalah dengan menggunakan teknik *symbolic modelling*. Teknik *isymbolic modelling* merupakan cara mengamati seseorang yang dijadikan model untuk berperilaku kemudian diperkuat dengan mencontoh tingkah laku sang model (Lubis, 2011). Siswa dapat meniru dan mencontoh perilaku model sehingga pemilihan model yang tepat dapat digunakan untuk mengubah perilaku supaya terbentuk perilaku baru. Teknik *symbolic modelling* disajikan dengan bentuk gambaran dari suatu model, sehingga individu dapat belajar dalam menerima keadaan diri dengan bantuan perilaku model. Penelitian dilakukan dengan memberikan pemahaman tentang penerimaan diri melalui peniruan dan latihan. Melalui *symbolic modelling* diharapkan dapat merubah penerimaan diri siswa agar menjadi lebih baik dalam memenuhi tugas perkembangan serta mengoptimalkan potensi diri. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, diketahui bahwa teknik *symbolic modelling* dapat menjadi salah satu alternatif dalam membantu siswa untuk meningkatkan penerimaan diri.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Penerimaan diri merupakan kemampuan kehidupan yang penting bagi individu dalam berinteraksi sosial. Penerimaan diri dapat menolong pribadi dalam bersosialisasi dengan pribadi yang lain. Tanpa penerimaan diri, individu relatif sulit untuk menerima orang lain sehingga akan mempengaruhi perkembangan aktualisasi diri (Pahlewi, 2019). Dengan adanya penerimaan diri yang baik, terdapat beberapa manfaat bagi individu yaitu individu akan sadar siapa dirinya, akan tahu apa kekurangan dalam diri, akan tahu apa kelebihan dalam diri dan hal ini dapat dipergunakan dengan tujuan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, dan tuntutan dalam menjalankan peran di masyarakat (Widiantoro, 2015).

Berdasarkan manfaat tersebut, pada dasarnya terdapat beberapa upaya yang dikembangkan dalam peningkatan penerimaan diri. Salah satunya dengan melalui teknik *symbolic modelling* salah satunya *symbolic modelling* (Tracy, 2005). Menurut Tracy (2005) dengan memilih role model yang dikagumi dan ingin menjadi seperti model tersebut lalu mengikuti pola hidupnya, mampu meningkatkan penerimaan diri individu. Lalu Ellis (dalam Prout & Fedewa, 2015) menyatakan bahwa penerimaan diri seseorang akan berubah melalui biblioterapi, pemodelan atau pengalaman. Sejalan dengan itu, penelitian dari Andini & Mugiarto (2016) mengungkapkan bahwa teknik *symbolic modelling* dapat digunakan dan efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMP. Teknik *symbolic modelling* yang digunakan oleh Andini & Mugiarto (2016) dalam penelitiannya yaitu melalui media video, yang mana dalam video tersebut siswa dapat menyaksikan dan mempelajari berbagai perilaku positif serta akibat yang akan diterima jika seseorang tetap berperilaku positif. Selanjutnya penelitian dari Jayanti (2017) mengungkapkan bahwa penerimaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik *symbolic modelling*. Jayanti (2017) meneliti penerimaan diri dengan teknik *symbolic modelling* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Surabaya. Sebelum treatment, penerimaan diri siswa berada pada kriteria rendah yaitu sebesar 64%. Hasil penelitian menunjukkan penerimaan diri siswa meningkat dengan persentase sebesar 71%.

Bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* dikembangkan dan dilaksanakan dengan *setting* kelompok yang pada dasarnya berguna untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. Bernard (2013) menyatakan bahwa dengan memberikan model dalam suatu proses kelompok, individu akan lebih menerima dirinya karena individu dapat belajar bagaimana menantang keyakinan yang tidak sehat dengan teman sebayanya. Melalui teknik *symbolic modelling* diharapkan siswa dapat berperilaku yang positif terhadap dirinya dan menghilangkan sifat irrasional yang ada di dalam dirinya. Sehingga siswa yang memiliki penerimaan diri yang negatif memiliki motivasi untuk meningkatkan penerimaan dirinya.

Dari rumusan masalah tersebut diuraikan pertanyaan penelitian sebagai berikut.

- a. Bagaimana gambaran penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak?
- b. Bagaimana rancangan program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak?
- c. Bagaimana efikasi program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian bertujuan untuk menguji bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak. Secara khusus penelitian bertujuan untuk memperoleh data dan fakta empiris yang berkenaan dengan:

- a. Mendeskripsikan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak.
- b. Merumuskan program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak.
- c. Menganalisis efikasi program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA Negeri 1 Jalancagak.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian terbagi menjadi dua yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis.

a. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan menambah referensi mengenai efikasi program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA.

b. Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian dapat menjadi rujukan bagi guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

2. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai dasar pemikiran untuk mengembangkan penelitian selanjutnya dengan melakukan pengujian bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* pada aspek variabel lain, atau menguji intervensi lain untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMA.

1.5 Struktur Organisasi Thesis

Penulisan tesis ini memiliki lima struktur utama yang memuat gambaran umum pada setiap bab yang terkandung. Struktur tersebut diuraikan sebagai berikut.

BAB I Pendahuluan, menguraikan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

BAB II Kajian Pustaka, menyajikan konsep penerimaan diri, konsep teknik *symbolic modelling*, konsep bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka berpikir, serta asumsi dan hipotesis penelitian.

BAB III Metodologi Penelitian, menjelaskan paradigma dan pendekatan penelitian, metode dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional penelitian, pengembangan instrumen penelitian, prosedur penelitian, pengembangan program hipotetik bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling*, dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, membahas gambaran penerimaan diri siswa, gambaran penerimaan diri pada setiap aspek, gambaran penerimaan diri pada kelompok eksperimen dan kontrol, implementasi program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, analisis individu dalam implementasi program bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, efikasi bimbingan kelompok

dengan teknik *symbolic modelling* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa, dan keterbatasan penelitian

BAB V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi, berisikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan dan mengajukan hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil temuan tersebut.