

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada dalam tahap remaja awal dengan kisaran usia antara 12-15 tahun dan sedang berada dalam masa pubertas. Santrock (2006: 87) menyatakan masa remaja awal dimulai dengan masa pubertas (*puberty*), yaitu perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal. Perubahan fisik yang terjadi tentu saja mempengaruhi penampilan fisik, seperti bertambah berat badan, tinggi badan, dan lain-lain. Sedangkan perubahan-perubahan psikologis muncul sebagai akibat dari perubahan-perubahan fisik.

Solihah (2007: 144) menyatakan bahwa permasalahan yang paling banyak dikonsultasikan remaja pada MCR (Mitra Citra Remaja) PKBI Jawa Barat saat masa pubertas, yaitu permasalahan yang berkaitan dengan perubahan fisik 27,9%, dampak perubahan fisik 27%, kekhawatiran pada masa puber 16%, pubertas sebagai awal masa remaja 10,1% dan keadaan emosi 7,6%.

Syarif (2007: 79) menjelaskan, berdasarkan persentase terkecil aspek fisik pada konsep diri remaja mengenai keadaan fisik diperoleh 48,4%. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak siswa yang memiliki pengetahuan, penilaian, serta pengharapan yang belum baik tentang keadaan fisik mereka.

Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh remaja menurut Hurlock (1980: 10) yaitu menerima kondisi fisik dan psikis diri sendiri dan menggunakan tubuh secara efektif. Menerima perubahan fisik dan menggunakan tubuh secara efektif bukan hal yang mudah bagi remaja. Banyak remaja mengalami masalah dalam penerimaan diri, remaja merasa tidak mampu menerima perubahan fisik yang terjadi, karena tidak puas dengan penampilan yang dimiliki.

Remaja yang memandang diri sebagai individu tidak berpenampilan menarik, bodoh, merasa memiliki banyak sekali kekurangan dan merasa diri paling tidak beruntung akan menimbulkan penyesalan terhadap diri dan menjadi

tidak percaya diri. Hal ini dapat mengakibatkan pribadi individu menjadi tertutup sehingga perkembangan kepribadian menjadi tidak sehat.

Individu yang menjalani masa remaja akan menghadapi berbagai macam permasalahan terutama dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Masa remaja dapat dikatakan masa perkembangan yang berperan penting dalam menentukan masa perkembangan individu selanjutnya. Menurut Hurlock (1980: 207) berbagai pengaruh pada perkembangan di masa remaja dapat memberikan akibat pada masa perkembangan selanjutnya terutama masa dewasa.

Salah satu permasalahan yang sering dialami siswa adalah mengenai penerimaan mereka yang negatif terhadap diri sendiri baik fisik maupun psikis. Penerimaan negatif tersebut dapat berdampak tidak bagus terhadap perkembangan pribadi, dan aktualisasi potensi remaja. Powell (Purwanto, 2011: 27) bahwa penerimaan diri yang rendah dapat dikatakan sebagai akar penyebab mengapa seseorang tidak dapat berprestasi secara maksimal, kurang berani dan tidak percaya diri untuk bersaing dengan orang lain, serta ragu dalam mengambil keputusan.

Menurut Shepard (1979) penerimaan diri mengacu pada kepuasan individu atau kebahagiaan dengan dirinya sendiri, dan dianggap perlu untuk kesehatan mental yang baik. Penerimaan diri melibatkan pemahaman diri, realistis, sadar akan kelebihan dan kelemahan. Penerimaan diri menghasilkan suatu perasaan tentang dirinya bahwa ia adalah individu yang unik.

Hurlock (1974: 434) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan derajat dimana individu telah menentukan karakteristik pribadinya, mau dan dapat menerimanya sebagai bagian dari dirinya. Hurlock (1974: 435) menambahkan bila individu hanya melihat dari satu sisi saja maka tidak mustahil akan timbul kepribadian yang timpang. Semakin individu menyukai dirinya maka ia akan mampu menerima dirinya dan ia akan semakin diterima oleh orang lain. Individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu menerima karakter-karakter alamiah dan tidak mengkritik sesuatu yang tidak bisa diubah lagi.

Jersild (Wibowo, 2009: 6) mengemukakan beberapa ciri penerimaan diri untuk dapat membedakan antara orang yang menerima keadaan dirinya dengan orang yang menolak keadaan dirinya, antara lain memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai diri sendiri; yakin akan standar-standar dan pengakuan terhadap diri tanpa terpaku pada pendapat orang lain; memiliki perhitungan akan keterbatasan diri dan tidak melihat diri secara irasional; menyadari aset diri yang dimiliki dan merasa bebas untuk melakukan keinginan sendiri; menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.

Penerimaan diri yang positif banyak dipengaruhi oleh rasa bangga terhadap kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh individu, sedangkan penerimaan diri negatif terjadi jika individu hanya memikirkan kekurangan-kekurangan yang ada dalam diri tanpa memikirkan kelebihan-kelebihan yang dimiliki. Penerimaan diri berperan penting dalam menemukan dan mengarahkan seluruh perilaku individu, maka sebisa mungkin individu yang bersangkutan harus mempunyai penerimaan diri yang positif (Hastaria, 2011: 5).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 19 Bandung, terdapat siswi yang merasa dirinya tidak menarik secara fisik dengan tubuh gemuk, pendek, dan berkulit hitam. Tidak puas dengan bentuk tubuh sehingga membuatnya tidak percaya diri, tidak bisa berkonsentrasi pada pelajaran di sekolah, nilai-nilainya pun menurun. Ditambah lagi temannya suka mengejek bentuk tubuhnya sehingga dia menutup diri, menjadi pendiam dan enggan berkumpul dengan teman-temannya, memiliki penilaian yang negatif terhadap diri, merasa berbeda dengan orang lain, memiliki sikap pesimis. Kasus ini menggambarkan bagaimana penerimaan diri dapat mempengaruhi perilaku individu yang berdampak bukan hanya pada kepribadian tapi juga pada masalah belajar serta pergaulannya dengan orang lain. Siswa SMP memerlukan bantuan dan bimbingan dalam meningkatkan penerimaan diri yang baik agar terhindar dari berbagai masalah yang mungkin muncul sebagai akibat dari penerimaan diri yang rendah.

Dilihat dari fenomena-fenomena yang dipaparkan, pada umumnya siswa menunjukkan indikator perilaku penerimaan diri yang rendah. Siswa dengan

penerimaan diri yang rendah akan mengalami hambatan dalam memenuhi tugas perkembangan, khususnya dalam mencapai aktualisasi potensi diri. Jika tidak diberi bantuan, siswa dengan penerimaan diri yang rendah akan kesulitan dalam menerima kondisi diri sehingga tidak percaya diri dan kesulitan mencapai prestasi secara optimal.

Kecenderungan remaja menghadapi hambatan dalam menerima diri sangat penting untuk ditanggulangi. Callhoun dan Acocella (1995 : 73) menyebutkan dasar dari konsep diri adalah penerimaan diri. Remaja membutuhkan bantuan dalam menyelesaikan hambatan dalam menerima keadaan diri. Sekolah merupakan lingkungan yang efektif dalam mendidik siswa ke arah yang positif termasuk di dalamnya membantu siswa mengembangkan penerimaan diri yang baik. Terutama peran guru pembimbing sebagai tenaga profesional dalam mendampingi siswa sangat strategis sehingga siswa dapat mengembangkan penerimaan diri yang baik dibandingkan sebelumnya.

Bimbingan dan konseling sebagai salah satu komponen integral dalam pendidikan harus mampu memberikan layanan bimbingan secara tepat dan menyeluruh. Tepat dalam arti layanan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan kondisi siswa. Menyeluruh dalam arti dapat melayani seluruh kebutuhan perkembangan siswa. Winkel (1997 : 68) menyebutkan tujuan dari layanan bimbingan dan konseling merupakan perkembangan kepribadian secara optimal. Lebih lanjut Winkel (1997 : 68) mengemukakan dalam mengembangkan diri sendiri individu harus memahami diri, memahami lingkungan hidupnya, membangun cita-cita yang ingin dicapai, menimbang berbagai dorongan motivasional yang terdapat dalam diri sendiri, mempertimbangkan berbagai alternatif yang terbuka bagi dirinya, serta mengadakan evaluasi atas diri sendiri dan arah kehidupannya sendiri.

Layanan bimbingan dan konseling yang diharapkan mampu meningkatkan penerimaan diri siswa sehingga, perkembangan kepribadian siswa menjadi lebih sehat adalah dengan bimbingan pribadi. Bimbingan pribadi bertujuan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah-masalah yang berhubungan dengan pribadi siswa menyangkut pengetahuan, penilaian, pengharapan, cara

pandang baik tentang fisik, psikis maupun sikap yang dimiliki siswa dan membantu siswa mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal. Bimbingan pribadi diharapkan mampu untuk meningkatkan penerimaan diri yang baik sehingga siswa memiliki kepribadian yang sehat.

Winkel (1997: 45) mengungkapkan bimbingan pribadi adalah bimbingan untuk membantu menghadapi dan mengatasi kesulitan-kesulitan pribadi. Apabila kesulitan pribadi terus berlangsung dan tidak dapat diselesaikan maka kebahagiaan hidup akan terancam dan akan menimbulkan gangguan mental.

Nurihsan (2003: 21) menyebutkan, bimbingan pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya.

Hal ini juga diungkapkan oleh Yusuf (2009: 53) bimbingan pribadi merupakan proses bantuan untuk memfasilitasi siswa agar memiliki pemahaman karakteristik dirinya, kemampuan mengembangkan potensi dirinya, dan memecahkan masalah-masalah yang dialaminya.

Upaya guru pembimbing untuk membantu siswa menghadapi dan mengatasi kesulitan pribadi adalah dengan menyusun program bimbingan dan konseling sesuai dengan permasalahan yang umumnya dihadapi siswa. Begitu pula permasalahan yang menyangkut penerimaan diri siswa, upaya yang dilakukan guru pembimbing adalah menyusun program dan menerapkan program bimbingan yang telah disusun, sehingga melalui campur tangan guru pembimbing siswa memiliki penerimaan diri yang baik.

Menurut Winkel (1997: 119) menjelaskan bahwa program bimbingan adalah suatu rangkaian kegiatan bimbingan yang terencana, terorganisasi, dan terkoordinasi selama periode tertentu. Program bimbingan dan konseling berfungsi sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan bimbingan. Kegiatan-kegiatan bimbingan yang dilaksanakan di sekolah mencakup empat bidang yaitu belajar, pribadi, sosial dan karir.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa perlu diadakan penelitian untuk mengetahui gambaran penerimaan diri pada siswa. Hasil dari gambaran penerimaan diri dalam penelitian ini akan digunakan sebagai landasan dalam

pengembangan program bimbingan pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri. Maka, penelitian ini diberi judul: **"Bimbingan Pribadi untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa"** (Studi Deskriptif Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 19 Bandung)"

## **B. Identifikasi dan Rumusan Masalah**

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada dalam masa pubertas yang ditandai perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal. Masa remaja awal disertai perubahan fisik yang menghasilkan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan yang diidam-idamkan. Perubahan fisik dan perilaku yang dialami oleh remaja terkadang menimbulkan ketidakpuasan terhadap dirinya sendiri. Perasaan tidak puas dengan keadaan diri dapat menunjukkan remaja tidak menerima dirinya sendiri.

Remaja yang memandang dirinya negatif dan serba tidak mampu akan menunjukkan ketidakmampuan dalam berperilaku. Apabila remaja memiliki perasaan tidak mampu yang berlebihan, remaja akan memandang diri sebagai individu yang tidak berdaya, merasa lemah, tidak memiliki kelebihan, bodoh, bahkan rasa cemas yang berlebihan. Pandangan remaja terhadap diri menjadikan remaja memiliki penerimaan diri yang rendah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Negeri 19 Bandung, menunjukkan adanya penerimaan diri yang rendah. Terdapat siswa tidak puas dengan bentuk tubuh sehingga membuatnya tidak percaya diri, tidak bisa berkonsentrasi pada pelajaran di sekolah, nilai-nilainya pun menurun. Ditambah lagi temannya suka mengejek bentuk tubuhnya sehingga dia menutup diri, menjadi pendiam dan enggan berkumpul dengan teman-temannya, memiliki penilaian yang negatif terhadap dirinya, merasa berbeda dengan orang lain, memiliki sikap pesimis. Kasus ini menggambarkan bagaimana penerimaan diri dapat mempengaruhi perilaku individu yang berdampak bukan hanya pada kepribadian tapi juga pada masalah belajar serta pergaulan dengan orang lain.

Menurut Powell (Purwanto, 2011: 27) bahwa penerimaan diri dapat dikatakan sebagai akar penyebab mengapa seseorang tidak dapat berprestasi

secara maksimal, kurang berani dan tidak percaya diri untuk bersaing dengan orang lain, serta ragu dalam mengambil keputusan. Ulmilla (2008: 5) menambahkan bahwa masalah penerimaan diri adalah masalah yang penting dan serius dalam kehidupan manusia. Mengabaikan usaha untuk memahami penerimaan diri sama artinya berusaha membunuh satu generasi anak manusia yang sehat dan seimbang secara psikologis.

Beranjak dari dampak negatif siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah, sudah seharusnya perlu dilakukan tindakan baik preventif maupun kuratif. Karena jika dibiarkan hal tersebut akan berdampak buruk bagi perkembangan dan aktualisasi potensi diri siswa.

Sekolah merupakan lingkungan kedua yang dapat memberikan pengalaman baru bagi remaja dalam penerimaan diri yang baik. Pudjijogyanti (1995 : 49) menjelaskan sekolah mempunyai fungsi sebagai wadah untuk mewujudkan seluruh kemampuan siswa dan merupakan lingkungan yang dapat memberikan pengalaman baru kepada siswa. Sekolah mempunyai peranan penting dalam mengembangkan penerimaan diri siswa. Posisi bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal sejajar dengan bidang manajemen, supervisi dan bidang pembelajaran. Hal ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari program pendidikan

Salah satu layanan bimbingan dan konseling adalah layanan bimbingan pribadi. Layanan bimbingan pribadi bertujuan membantu siswa dalam memenuhi kebutuhan dan memecahkan permasalahan pribadi. Bimbingan pribadi merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh siswa (Yusuf, 2009: 53).

Nurihsan (2003: 21) menyebutkan, bimbingan pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya.

Upaya untuk membantu siswa menghadapi dan mengatasi kesulitan pribadi adalah dengan menyusun program bimbingan dan konseling sesuai dengan permasalahan yang umumnya dihadapi siswa. Begitu pula permasalahan yang

menyangkut penerimaan diri siswa, upaya yang dilakukan adalah dengan menyusun program dan menerapkan program bimbingan yang telah disusun, sehingga melalui campur tangan guru pembimbing siswa memiliki penerimaan diri yang baik.

Menurut Winkel (1997: 119) program bimbingan adalah suatu rangkaian kegiatan bimbingan yang terencana, terorganisasi, dan terkoordinasi selama periode tertentu. Program bimbingan dan konseling berfungsi sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan bimbingan.

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut.

1. Seperti apa gambaran penerimaan diri siswa di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013?
2. Seperti apa gambaran program bimbingan dan konseling di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013?
3. Seperti apa program bimbingan pribadi yang secara hipotetik dapat meningkatkan penerimaan diri siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah:

1. untuk memperoleh gambaran penerimaan diri siswa di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013.
2. untuk memperoleh gambaran program bimbingan dan konseling di Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013.
3. untuk memperoleh program bimbingan pribadi secara hipotetik yang dapat meningkatkan penerimaan diri siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013.



#### **D. Metode Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengukur penerimaan diri siswa Kelas VIII SMP Negeri 19 Bandung. Pengukuran tersebut dilakukan untuk mengetahui profil penerimaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 19 Bandung.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Metode deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menggambarkan dan mengukur penerimaan diri siswa Kelas VIII SMP Negeri 19 Bandung. Profil Penerimaan diri yang diperoleh akan menjadi dasar untuk mengembangkan program bimbingan pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMP Negeri 19 Bandung.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Secara teoritis hasil penelitian ini akan memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya bimbingan dan konseling dalam mengembangkan program bimbingan pribadi di SMP dan dapat dijadikan dasar dalam membantu siswa untuk meningkatkan penerimaan diri yang baik. Selain itu juga dapat memperkaya hasil penelitian yang telah ada.

Secara praktis manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagi siswa SMPN 19 Bandung, untuk memberikan masukan mengenai bagaimana gambaran penerimaan diri siswa.
2. Bagi Guru Pembimbing, dapat dijadikan suatu pedoman sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan layanan pribadi khususnya dalam meningkatkan penerimaan diri siswa.
3. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, bisa dijadikan sebagai masukan dan dapat memperkaya informasi bagi para civitas akademika khususnya di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan mengenai profil dan perkembangan aspek psikologis penerimaan diri siswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya yaitu dapat memberi inspirasi mengenai topik yang dapat diteliti dan menjadi pemacu untuk melakukan penelitian lebih jauh mengenai penerimaan diri siswa.

## **F. Stuktur Organisasi Skripsi**

Bab I pendahuluan berisi latar belakang masalah, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

Bab II landasan teori mengenai konsep penerimaan diri, karakteristik siswa sekolah menengah pertama, dan konsep bimbingan pribadi.

Bab III metode penelitian yang memuat lokasi dan subjek/sampel penelitian, pendekatan, metode dan desain penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, pengembangan instrumen penelitian, teknik analisis data.

Bab IV hasil penelitian dan pembahasan berisi tentang pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan penelitian, pembahasan dan analisis hasil temuan, serta program bimbingan pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

Bab V kesimpulan dan rekomendasi akan diuraikan kesimpulan dari hasil penelitian serta implikasinya bagi konselor dan peneliti selanjutnya untuk pengembangan lebih lanjut.