

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Masa remaja dikatakan sebagai periode yang penuh dengan tantangan, yang kadang sering menimbulkan beragam permasalahan karena pada masa ini remaja sedang berusaha untuk mencapai kematangan perkembangan kepribadiannya dengan cara mengenali, menyesuaikan, menerima dan menghargai diri mereka sendiri. Remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi hingga dapat meniru perilaku ataupun gaya hidup orang dewasa sehingga sulit bagi remaja untuk dapat menunjukkan dirinya yang sebenarnya. Hal tersebut dipengaruhi oleh gaya hidup yang semakin berkembang. Pada umumnya remaja mengalami penurunan rasa penerimaan diri, karena pada masa remaja individu sedang dalam proses pencarian identitas, konsep diri, maupun jati diri, yang diantaranya meliputi penerimaan terhadap dirinya sendiri.

Fungsi dan tujuan pendidikan nasional yang tertera pada pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, bahwa:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berkembangnya potensi peserta didik akan berpengaruh dalam kemampuan peserta didik tersebut dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja yaitu menerima kondisi fisik dan psikis diri sendiri serta dapat 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.

Penerimaan diri merupakan faktor penting pada masa remaja. Penerimaan diri melibatkan pemahaman mengenai dirinya sendiri, kesadaran yang realistis, penilaian subjektif, kekuatan dan kelemahan. Penerimaan diri adalah suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai kondisi dan aspek pada dirinya, penerimaan diri merupakan aspek yang penting pada individu. Individu yang memiliki penerimaan diri tinggi akan memiliki kesehatan mental yang baik (Scott, 2007, hlm 38).

Penelitian yang dilakukan oleh Vaughan-Turnbull & Lewis, beberapa wanita di barat rela operasi plastik untuk mengubah bentuk tubuhnya agar dapat dilihat positif oleh laki-laki baik itu secara langsung ataupun di media sosial (Vaughan-Turnbull & Lewis :2015). Penelitian oleh Dion dkk. menyebutkan bahwa 57% dari laki-laki dan 57,7% dari perempuan tidak puas dengan tubuh mereka (Kerner et al, 2017, hlm. 3). Penelitian yang dilakukan oleh Lany Fitri, dkk (2015), menyebutkan bahwa pada kenyataannya remaja saat ini banyak yang tidak puas dengan kondisi dirinya dan tidak mengakui kelebihan dirinya bahkan menarik diri dari pergaulan. Sebagai contoh, dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari ada remaja yang berpenampilan dan berperilaku seperti artis-artis di televisi untuk memperoleh pujian dari teman sebaya, tidak hanya itu, bahkan mereka juga meniru gaya hidup dari artis tersebut yang jauh dari kondisi mereka sebenarnya, seperti warna dan mode rambut, itu dilakukan agar merasa diterima oleh teman sebaya. Selain itu, ada juga individu yang merasa minder dengan kekurangan yang ia miliki kemudian memilih untuk menarik diri dari pergaulan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 12 orang peserta didik remaja kelas XI di SMAN 1 Sukaresmi Kabupaten Cianjur, didapatkan hasil sekitar 41,7% dari 12 peserta didik remaja membayangkan dirinya seperti orang lain, 50% dari 12 peserta didik remaja tidak bisa menerima hasil buruk dari apa yang dikerjakan, 75%

Khavia Mutiarini, 2018

***PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

dari 12 peserta didik remaja sekiranya mungkin banyak hal dalam dirinya yang ingin diubah, dan 83,4% dari 12 peserta didik remaja merasa cemas apabila tidak mampu melakukan sesuatu. Fenomena yang ditemukan di SMA Negeri 10 Bandung kepada 42 peserta didik mengenai penerimaan diri peserta didik yaitu, 48,78% atau 20 peserta didik kurang mampu menghargai potensi yang dimiliki, 82,93% atau 34 peserta didik mengelak kelebihan yang dimiliki, serta 63,41% atau 26 peserta didik melakukan penghukuman terhadap diri sendiri.

Cara pandang remaja terhadap dirinya berpengaruh terhadap kemampuan remaja dalam mengoptimalkan diri untuk meraih tujuan dan prestasi yang baik dan juga mempengaruhi sikap remaja tersebut. Apabila remaja memandang diri tidak mampu dalam menyelesaikan permasalahan, seterusnya remaja akan bersikap sebagai individu yang tidak mampu dalam menyelesaikan masalah. Kebiasaan memiliki pandangan negatif terhadap diri akan menambah dan memperluas pengalaman negatif yang dimiliki remaja ketika mengalami kekecewaan, selanjutnya remaja akan menyalahkan diri sendiri lebih dari seharusnya (Santrock, 2006, hlm. 530).

Oleh karena hal tersebut, perkembangan penerimaan diri pada remaja penting ditingkatkan sebagai upaya dalam mencegah timbulnya perilaku maladaptif yang dapat berakibat pada tidak tercapainya tugas perkembangan pada masa remaja, kesehatan fisik dan psikis remaja. Penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang penting untuk membentuk kepribadian yang sehat. Individu yang tidak dapat menerima dirinya sendiri memiliki kecenderungan tidak dapat menerima orang lain.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian dari proses pendidikan yang tidak dapat dipisahkan. Sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pemerintah mengupayakan peningkatan kualitas layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Hal ini kemudian tercantum dalam Permendikbud No. 111

Khavia Mutiarini, 2018
PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pasal 2, yang menerangkan bahwa layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki fungsi (a) pemahaman diri dan lingkungan, (b) fasilitas pertumbuhan dan perkembangan, (c) penyesuaian diri dengan diri sendiri dan lingkungan, (d) penyaluran pilihan pendidikan, pekerjaan, dan karir, (e) pencegahan timbulnya masalah, (f) perbaikan dan penyembuhan, (g) pemeliharaan kondisi pribadi dan situasi yang kondusif untuk perkembangan diri konseli, (h) pengembangan potensi optimal, (i) advokasi diri terhadap perlakuan diskriminatif, serta (j) membangun adaptasi pendidik dan tenaga kependidikan terhadap program dan aktivitas pendidikan sesuai dengan latar belakang pendidikan, bakat, minat, kemampuan, kecepatan belajar, dan kebutuhan konseli.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru BK/Konselor sekolah untuk mengembangkan penerimaan diri pada peserta didik berupa layanan bimbingan pribadi. Bimbingan pribadi merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh peserta didik (Yusuf, 2009, hlm. 53). Bimbingan pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan pribadi adalah sebuah proses bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam rangka memahami dirinya, mengenal lingkungan dunianya dan merencanakan masa depannya.

1.2 Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan fenomena yang dipaparkan dalam latar belakang, remaja belum memiliki penerimaan diri yang baik. Penerimaan diri penting bagi tugas perkembangan remaja agar dapat mengembangkan diri secara optimal. Bimbingan pribadi merupakan bagian dari bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam pendidikan menengah, yang mana terdapat peserta didik berusia remaja. Remaja merupakan transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, masa setengah baya dan masa tua. Masa remaja memiliki kematangan

Khavia Mutiarini, 2018

***PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

emosi, sosial, fisik dan psikis. Aspek penerimaan diri dan pengembangannya merupakan tugas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja. Remaja yang memandang dirinya sebagai individu yang tidak menarik, merasa bodoh, merasa memiliki banyak kekurangan dan merasa diri paling tidak beruntung akan menimbulkan penyesalan terhadap dirinya serta kurangnya rasa percaya diri dan dapat mengganggu tugas perkembangannya

Penerimaan diri adalah suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai kondisi dan aspek pada dirinya, penerimaan diri merupakan aspek yang penting pada individu. Individu yang memiliki penerimaan diri tinggi akan memiliki kesehatan mental yang baik (Scott, 2007, hlm 38). Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, bimbingan pribadi penting dilaksanakan untuk mengembangkan penerimaan diri pada peserta didik. Permasalahan utama penelitian ini adalah, “Bagaimana program bimbingan pribadi untuk mengembangkan penerimaan diri peserta didik?”. Adapun secara rinci permasalahan yang dijabarkan dalam pertanyaan penelitian yaitu:

- 1.2.1 Seperti apa profil penerimaan diri peserta didik ?
- 1.2.2 Seperti apa rencana rancangan program bimbingan pribadi yang layak untuk mengembangkan penerimaan diri peserta didik ?

1.3 Penjelasan Istilah

Dalam rumusan masalah, terdapat istilah-istilah yang perlu dijelaskan, yaitu penerimaan diri dan bimbingan pribadi. Berikut penjelasan dari kedua istilah tersebut.

1.3.1 Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan derajat dimana individu telah menentukan karakteristik pribadinya, mau dan dapat menerimanya sebagai bagian dari dirinya (Hurlock, 1978, hlm 434). Hurlock juga

Khavia Mutiarini, 2018
PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman. Menurut Chaplin (2004), penerimaan diri merupakan sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan sendiri. Menerima diri berarti telah menyadari, memahami, dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan dan kemampuan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab. Penerimaan diri sebagai kekuatan karakter dalam psikologi positif yang terkait dengan kebahagiaan dan kesejahteraan (Bernard, 2013).

Disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan objektif individu untuk merasa puas dengan diri sendiri dan mampu menerima segala keadaan yang ada dalam dirinya, yaitu dengan memberikan penilaian terhadap potensi-potensi diri, gambaran diri yang positif, mampu terbuka terhadap kritik dan saran serta dapat mengendalikan emosi atas kekurangan/kelemahan yang dimiliki. Secara umum, menurut Bernard (2013, hlm. 159) penerimaan diri dapat dibagi menjadi dua aspek, yaitu: (1) kesadaran diri untuk menghargai karakter positif. Di dalamnya terdapat dimensi adanya keyakinan akan kemampuan dan potensi yang dimiliki dalam menghadapi kehidupan, adanya keterbukaan dalam menerima pujian tanpa mengelakkan kelebihan yang dimiliki, karena adanya kesadaran akan kelebihan diri dan keinginan untuk mengembangkannya secara positif. (2) menyikapi peristiwa negatif dengan tetap bangga menerima dirinya tanpa syarat. Di dalamnya sudah mencakup keberanian memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, adanya sikap yang terbuka dalam menerima kritikan secara objektif, menerima semua kekurangan tanpa penghukuman terhadap diri sendiri serta tidak merasa ditolak dan tidak rendah diri.

Khavia Mutiarini, 2018
PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

1.3.2 Bimbingan Pribadi

Bimbingan pribadi merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh siswa, tujuan pemberian bimbingan pribadi adalah agar peserta didik dapat mengembangkan potensi dan kekuatan dirinya seoptimal mungkin, menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam proses penyesuaian diri tersebut (Yusuf, 2009, hlm. 53-54). Menurut Winkel & Sri Hastuti (2006, hlm. 118-119) bimbingan pribadi berarti bimbingan dalam memahami keadaan batinnya sendiri dan mengatasi berbagai pergumulan dalam batinnya sendiri, dalam mengatur diri sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, peingisian waktu luang, dan sebagainya. Bimbingan pribadi yang dilaksanakan di jenjang pendidikan menengah dan pendidikan tinggi disalurkan melalui layanan bimbingan kelompok maupun layanan bimbingan pribadi. Winkel & Sri Hastuti juga mengemukakan bimbingan pribadi mengandung unsur-unsur, (1) informasi tentang fase atau tahap perkembangan yang dilalui oleh remaja, dan (2) pengumpulan data yang relevan untuk mengenal kepribadian remaja. Bimbingan pribadi membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri, serta sehat jasmani dan rohani (Sukardi, 2007. Hlm. 54).

Bimbingan pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan pribadi adalah sebuah proses bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam rangka memahami dirinya, mengenal lingkungan dunianya dan merencanakan masa depannya. Bimbingan pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada

Khavia Mutiarini, 2018

***PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh individu.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian adalah menghasilkan program bimbingan pribadi yang layak untuk mengembangkan penerimaan diri peserta didik. Adapun tujuan khusus penelitian yaitu menghasilkan data empirik mengenai:

- 1.4.1 profil penerimaan diri peserta didik SMA;
- 1.4.2 rancangan program bimbingan pribadi yang layak untuk mengembangkan penerimaan diri peserta didik SMA.

1.5 Manfaat Hasil Penelitian

Manfaat teoretis hasil penelitian ini adalah memberikan profil mengenai penerimaan diri yang dapat dijadikan landasan dan untuk pengembangan program bimbingan pribadi berdasarkan profil penerimaan diri peserta didik.

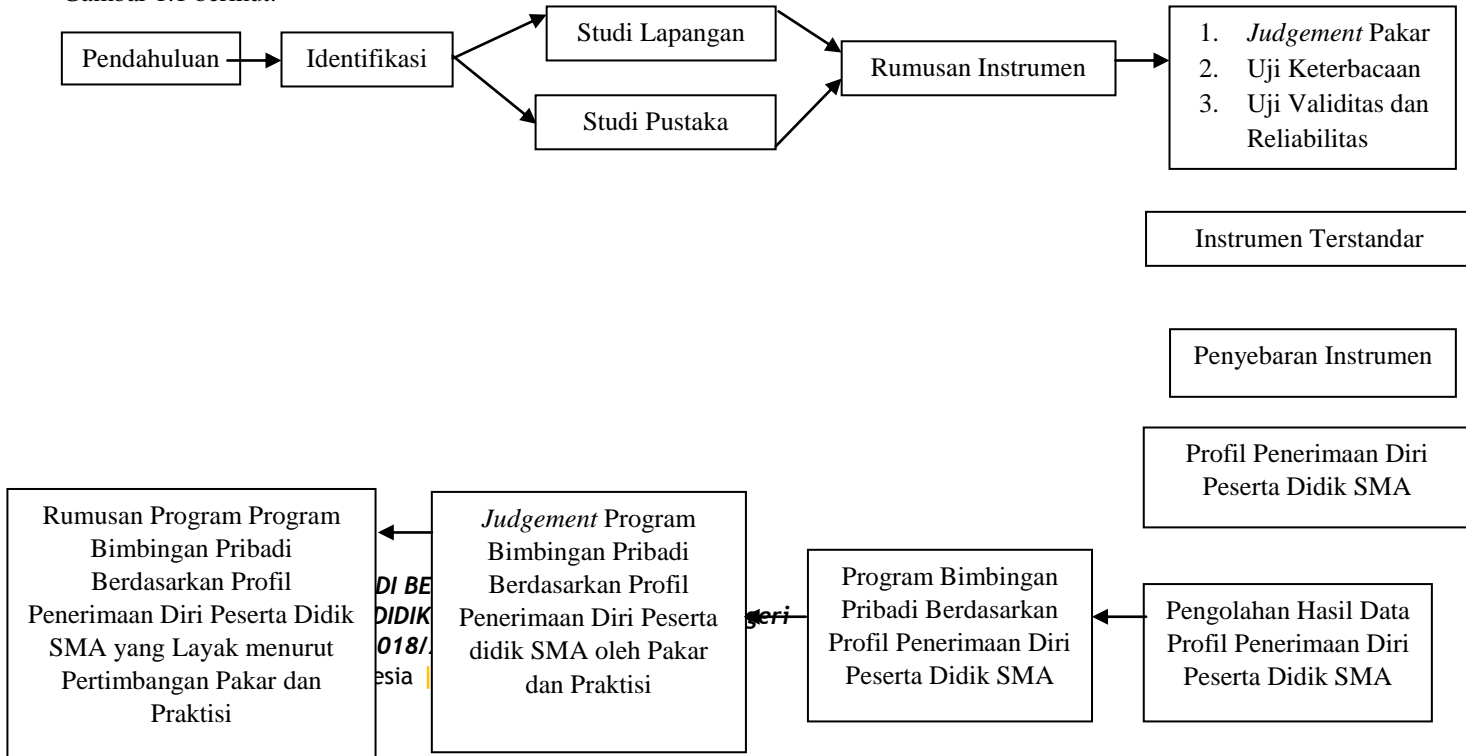
Manfaat praktis dari hasil penelitian adalah layanan bimbingan pribadi yang sesuai dengan penerimaan diri peserta didik yang dapat diaplikasikan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Manfaat bagi penelitian selanjutnya adalah program bimbingan pribadi yang telah dirumuskan masih berbentuk deskriptif, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih lanjut dengan mengujicobakan program bimbingan pribadi tersebut.

Khavia Mutiarini, 2018
PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

1.6 Kerangka Pikir

Kerangka pikir adalah langkah-langkah penelitian dari pendahuluan sampai akhir yang dituangkan dalam Gambar 1.1 berikut:



Khavia Mutiarini, 2018
***PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI BERDASARKAN PROFIL
PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK (Studi Deskriptif di SMA Negeri
10 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)***
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu