

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Layanan bimbingan pada dasarnya upaya peserta didik termasuk remaja untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi termasuk masalah penerimaan diri. Bimbingan yang dapat dilakukan adalah melalui institusi pendidikan yaitu sekolah salah satunya dengan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dalam proses pendidikan yang memiliki peranan penting dalam mencegah atau mengatasi permasalahan peserta didik karena salah satu tujuan layanan bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangan yang optimal salah satunya yaitu penerimaan diri. Sesuai pendapat Yusuf (2009:38) bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada peserta didik agar mampu memahami potensi diri dan lingkungannya, menerima diri, mengembangkan diri secara optimal dan menyesuaikan diri secara positif dan konstruktif terhadap tuntutan norma kehidupan (agama dan budaya) sehingga mencapai kehidupan yang bermakna (berbahagia), baik secara personal maupun sosial.

Penerimaan diri merupakan salah satu kompetensi kemandirian peserta didik yang harus dikuasai menurut ABKIN (2008:253) seperti dalam pengenalan : mengenal kemampuan dan keinginan diri, akomodasi : menerima keadaan diri secara positif, dan menampilkan perilaku yang merefleksikan keragaman diri dalam lingkungannya.

Menurut Roger Barker (Yusuf, 2008:185) masa remaja merupakan periode pertumbuhan fisik yang cepat dan peningkatan dalam koordinasi, maka remaja merupakan masa transisi antara masa anak dan dewasa. Roger Barker (Yusuf, 2008:185-186) berpendapat bahwa pertumbuhan fisik sangat berpengaruh terhadap perkembangan peserta didik, dari mulai anak sampai orang dewasa. Oleh karena itu, pertumbuhan fisik berkaitan erat dengan perolehan sifat-sifat yang diterima anak. Maka pertumbuhan fisik seseorang menentukan pengalaman sosialnya.

Menurut Monks (1998:259) anak remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Remaja tidak termasuk golongan anak, tetapi remaja tidak pula termasuk golongan dewasa atau golongan tua. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Remaja masih mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak Calon (Monks, 1998:260).

Santrock (2003:334) mendefinisikan remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Perubahan biologis mencakup perubahan-perubahan dalam hakikat fisik individu. Perubahan kognitif meliputi perubahan dalam pikiran, inteligensi dan bahasa tubuh. Sedangkan perubahan sosial-emosional meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan manusia lain, dalam emosi, dalam kepribadian, dan dalam peran dari konteks sosial dalam perkembangan.

William Kay (Yusuf, 2008:72) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja yaitu menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok, menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya, menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan sendiri, memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup dan mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri.

Menurut Osterrieth (Nurihsan dan Agustin, 2011:58) bahwa struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah ada pada akhir masa kanak-kanak. Perubahan fisik yang terjadi selama awal tahun masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu dan mengakibatkan diadakannya penilaian kembali penyesuaian nilai-nilai yang telah bergeser. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal

remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Apabila perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

Berdasarkan penjelasan tentang masa remaja, bahwa masa remaja merupakan masa transisi yang dialami setiap individu dalam rentang kehidupannya, pada masa transisi ini individu akan mengalami berbagai perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai pada usia belasan tahun dan berakhir pada usia dua puluh tahunan.

Hurlock (1996:290) mengungkapkan bahwa perkembangan biologis pada remaja terlihat jelas dari perubahan tinggi badan, bentuk badan, berkembangnya otot-otot tubuh, dan sebagainya. Hal ini menyebabkan remaja putri seringkali menjadi tidak suka dengan keadaan tubuhnya dan menjadikan remaja menjadi tidak percaya diri. Menurut Allport (Hjelle & Ziegler, 1992:275) penerimaan diri merupakan salah satu dari enam bagian positif kesehatan mental ataupun kematangan diri. Menyatakan penerimaan diri adalah toleransi atas peristiwa-peristiwa yang membuat kecewa atau menyakitkan sejalan dengan menyadari kekuatan-kekuatan pribadinya. Toleransi yang diartikan sebagai sikap membiarkan kegagalan sehingga tidak merasa tertekan dan tidak mengingat-ingat peristiwa hidup yang tidak menyenangkan yang dapat mengganggu kehidupan di masa datang. Penerimaan diri juga merupakan sikap yang positif, yaitu ketika individu menerima diri sebagai seorang manusia. Remaja dapat mengatasi keadaan emosionalnya (depresi, marah, takut, cemas, dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain.

Kedua aspek positif, misalnya harga diri dan aspek-aspek negatif dari adaptasi misalnya kesepian ditentukan oleh penerimaan diri. Itatsu (Toyota, 2011: 449-459) menemukan hubungan yang erat antara hubungan penerimaan diri dan interpersonal. Yakni, remaja yang menerima diri mereka sendiri memiliki sikap ramah terhadap orang lain. Sebagai sikap terhadap orang lain merupakan aspek penting dalam adaptasi, semakin dapat menerima diri sendiri, semakin tinggi tingkat adaptasi yang ia memiliki. Oleh karena itu, penerimaan diri bernilai

sedang diperiksa untuk memperjelas aspek penting adaptasi. Seperti Toyota et al. (Toyota, 2011: 449-459) menunjukkan, ada hubungan positif antara EI (*Emotional Intelligence*) dan harga diri. Hubungan ini dapat dimediasi oleh penerimaan diri. Karena remaja dengan EI yang lebih tinggi bisa mengendalikan emosi mereka dalam situasi stres yang kuat, mereka bisa menerima diri mereka sendiri. Adapun remaja dengan EI (*Emotional Intelligence*) rendah, mereka tidak bisa mengendalikan emosi mereka dalam situasi seperti ini dan mereka sering mengalami kesulitan dalam menerima diri mereka sendiri.

Berdasarkan penelitian Oktaviana (2004) Hubungan Antara Penerimaan Diri Terhadap Ciri-Ciri Perkembangan Sekunder Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri SLTPN 10 Yogyakarta diketahui bahwa semakin tinggi penerimaan diri remaja putri terhadap ciri-ciri perkembangan seksual sekundernya, maka akan semakin tinggi pula konsep dirinya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri remaja putri terhadap ciri-ciri perkembangan seksual sekundernya, maka akan semakin rendah pula konsep dirinya. Penelitian Ramadan terhadap peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi (2013) mengungkapkan penerimaan perkembangan fisik pada taraf sedang dengan persentase sebesar 69%. Sebagian peserta didik yang memiliki penerimaan perkembangan fisik yang tinggi akan memiliki kematangan emosi yang tinggi pula dan sebagian peserta didik yang memiliki penerimaan perkembangan fisik yang rendah akan memiliki kematangan emosinya yang rendah pula.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 16 Bandung Pada tanggal 14 Desember 2012 melalui metode wawancara dengan guru bimbingan dan konseling dan observasi selama Program Pengenalan Lapangan peserta didik yang penerimaan dirinya kurang adanya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang dimilikinya. Selain itu, peserta didik yang mengeluh atau kurang percaya diri dengan keadaan ekonomi keluarganya.

Bertitik tolak dari fenomena penerimaan diri yang kurang pada remaja diatas diperlukannya bimbingan dari guru Bimbingan dan Konseling (konselor) di sekolah, seperti yang diungkapkan ABKIN (2008: 234) "Peran guru BK (konselor) sebagai salah satu komponen *student support services*, adalah

mendukung perkembangan aspek-aspek pribadi, sosial, karir, dan akademik peserta didik”. Shertzer dan Stone (Yusuf, 2009:38) mengartikan bimbingan sebagai “*Process of helping an individual to understand himself and his world* (Proses pemberian bantuan kepada peserta didik agar mampu memahami diri dan lingkungannya)”. Bimbingan yang diberikan dapat berupa layanan responsif yang merupakan upaya bantuan dan bertujuan membantu peserta didik dalam memenuhi kebutuhannya yang dirasakan pada saat ini, atau para peserta didik yang dipandang mengalami hambatan (kegagalan) dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya Supriatna (2011).

Menurut White, Rosenblat, Love, dan Little (Kellermann, 1987: 461) bahwa teknik psikodrama efektif dalam memodifikasi sikap positif individu melalui peningkatan penerimaan diri, pengendalian diri, tanggung jawab, dan sosialisasi. Selain itu diperkuat dengan pernyataan dari Carpenter dan Sandberg (Kellermann, 1987: 461) teknik psikodrama efektif dalam meningkatkan kekuatan ego dan dalam mengembangkan keterampilan sosialisasi dalam kelompok kecil remaja bermasalah.

Memfasilitasi perkembangan penerimaan diri yang kurang, diperlukan adanya intervensi bimbingan dalam bentuk teknik psikodrama yang dirancang untuk membantu meningkatkan penerimaan diri peserta didik. Teknik yang digunakan oleh konselor menggunakan teknik psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri remaja, sehingga pendekatan yang dirasa tepat dan efektif untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik adalah teknik psikodrama.

Psikodrama adalah metode tindakan dipelopori oleh Moreno, salah satu pendiri dari kelompok psikoterapi Corsini (Somov, 2008: 151-161). Sebuah modalitas terapi di mana “orang memberlakukan adegan dari kehidupan mereka, mimpi atau fantasi dalam upaya untuk mengungkapkan perasaan terpendam, mendapatkan wawasan baru dan pemahaman, dan praktek perilaku baru yang lebih memuaskan” Garcia & Buchanan (Somov, 2008: 151-161).

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Konopka (Yusuf, 2009:9) menyatakan bahwa masa remaja merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan peserta didik, dan merupakan masa transisi (dari masa anak ke masa dewasa) yang diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat.

Masa ini sikap individu mengalami berbagai perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa Al-mighwar (2006: 19).

Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya Maslow (Hjelle dan Ziegler, 1992: 272).

Berdasarkan identifikasi yang telah dipaparkan berikut rumusan masalah dalam penelitian ini yang dikemas dalam pertanyaan:

” Bagaimana penggunaan teknik psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2012/2013 ?”

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka pertanyaan yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014?
2. Bagaimana pelaksanaan psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014?

3. Apakah teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan umum yang ingin dicapai dari penelitian ialah memperoleh gambaran empiris mengenai efektivitas teknik psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014.

Berdasarkan tujuan umum, penulis menjabarkan lagi tujuan tersebut ke dalam beberapa tujuan khusus:

1. Profil penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014.
2. Pelaksanaan layanan bimbingan psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri fisik peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014.
3. Efektivitas teknik psikodrama untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMP Negeri 16 Bandung kelas VIII Tahun ajaran 2013/2014.

F. Manfaat Penelitian

Setelah rumusan tujuan dapat tercapai, maka penelitian ini dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis.

1. Secara Teoritis :

Penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi upaya bimbingan pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri peserta didik di SMP. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan informasi berguna bagi peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis :

SMP Negeri 16 Bandung dapat memberikan masukan kepada peserta didik untuk memiliki keterampilan dalam peningkatan penerimaan diri yaitu dengan teknik psikodrama sehingga mampu menghadapi permasalahan secara efektif. Bagi sekolah dapat dijadikan masukan dalam membantu peserta didik untuk dapat

mengembangkan penerimaan diri di lingkungan sekolah. Serta konselor sekolah dapat menggunakan layanan dasar bagi peserta didik sebagai upaya preventif untuk mencegah perilaku-perilaku yang maladaptif pada peserta didik serta dapat membantu peserta didik agar dapat mengembangkan penerimaan diri, sehingga menunjang pencapaian keberhasilan peserta didik di sekolah baik akademik maupun non-akademik.

G. Struktur Organisasi Skripsi

Bab I membahas tentang latar belakang, identifikasi dan rumusan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan.

Bab II menyajikan teori yang relevan sebagai landasan dilakukannya penelitian, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.

Bab III membahas mengenai metode penelitian, mencakup lokasi dan subjek penelitian, desain penelitian, pendekatan dan metode penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, pengumpulan data penelitian, dan analisis data.

Bab IV membahas pemaparan hasil penelitian, efektivitas teknik psikodrama secara umum dalam meningkatkan penerimaan diri peserta didik, efektivitas teknik psikodrama per-indikator dalam meningkatkan penerimaan diri peserta didik, dinamika peningkatan penerimaan diri, dan pembahasan tentang penerimaan diri peserta didik.

Bab V merupakan kesimpulan dan rekomendasi hasil penelitian.