

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA SMPN 3 CIMAH

Novia Annisa Nugraha¹, Wikanengsih², Tita Rosita³

noviannisan07@gmail.com¹, wikanengsih@ikipsiliwangi.ac.id², titarosita794@gmail.com³

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

Self-acceptance is the basis for choosing and pursuing goals important for short-term and long-term happiness. The purpose of this research is to determine group guidance services to increase self-acceptance for class VIII students at SMPN 3 Cimahi. This research uses mixed methods or combination research. This research was conducted on 11 class VIII students who had a low self-acceptance category. Quantitative data was collected using a self-acceptance questionnaire with a total of 20 questions that had been validated with t-test results based on the output of Pair 1, which obtained a Sig value. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$, while qualitative data was collected using observation and interviews. The research results showed that the self-acceptance profile was in the medium category (76%) and using group guidance services to increase self-acceptance for class VIII students at SMPN 3 Cimahi. The results show that the group guidance service to increase self-acceptance for students at SMPN 3 Cimahi is effective for students in the low category to become the high category after receiving group guidance.

Keywords: *group guidance services, self-acceptance, students*

Abstrak

Penerimaan diri adalah dasar untuk memilih dan mengejar tujuan penting untuk kebahagiaan jangka pendek dan jangka panjang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas VIII SMPN 3 Cimahi. Penelitian ini menggunakan metode *mixed methods* atau penelitian kombinasi. Penelitian ini dilakukan kepada 11 siswa kelas VIII yang memiliki kategori penerimaan diri rendah. Data kuantitatif dikumpulkan menggunakan angket penerimaan diri dengan jumlah 20 butir pertanyaan yang sudah dilakukan validitas dengan hasil uji t berdasarkan pada output Pair 1 diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, sedangkan data kualitatif dikumpulkan menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan profil penerimaan diri dalam kategori sedang (76%) dan menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas VIII SMPN 3 Cimahi. Hasilnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa SMPN 3 Cimahi ini efektif siswa berkategori rendah menjadi kategori tinggi setelah menerima bimbingan kelompok.

Kata Kunci: layanan bimbingan kelompok, penerimaan diri, siswa

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana pada masa ini terdapat upaya untuk beradaptasi dengan perubahan yang ada di dalam diri remaja (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Menurut Papalia (Muafiah, 2019)

Dalam masa remaja terjadi beberapa perubahan pada fisik serta terjadi juga pergolakan emosi, hal ini yang dapat menjadikan remaja dapat mengalami berbagai permasalahan untuk menjalani aktivitasnya. Adapun menurut Asrori & Ali (Sitorus et al., 2019) Tugas perkembangan remaja sangat penting untuk membiarkan mereka menerima diri mereka sendiri, memahami peran jenis kelamin mereka, dan menjadi mandiri. Karena tugas-tugas perkembangan ini, banyak remaja yang melakukan hal-hal yang tidak baik atau asusila.

Penerimaan diri juga mengacu pada bagaimana seseorang untuk menyadari serta dapat mengakui karakteristiknya lalu dapat menggunakannya untuk menjalani kehidupannya (Afny Rumaysya Khulwah & Mugiarto, 2021). Pada kenyataannya terdapat dilapangan beberapa siswa merasa sulit dalam menerima kondisi fisiknya serta sulit menerima kekurangannya sehingga dapat menyalahkan dirinya sendiri, dan mengikuti kebiasaan, keinginan orang lain agar merasa diterima oleh teman sebayanya (Ulan et al., 2021). Kenyataan dilapangan yang lainnya juga ditemukan oleh peneliti (Fabiana Meijon Fadul, 2019) di SMA Negeri 15 Bandar Lampung ditemukan pada siswa kelas XI, rendahnya penerimaan diri yang dialami oleh siswa tersebut dilator belakang oleh ekonomi lemah dan hamatan interkasi dalam pergaulan dikelas, gejala rendahnya penerimaan diri yang di jumpai peneliti dalam pemmasalahan di lapangan yakni rasa minder dalam pergaulan serta ragu akan dirinya menghadapi masa depan.

Berdasarkan dari permasalahan diatas tersebut selaras dengan yang ada yang terjadi berdasarkan pengamatan saat penelitian dan informasi dari guru BK pada tanggal Senin, 13 Maret 2023, Guru BK SMPN 3 Cimahi menyebutkan masih terdapat siswa yang belum mampu menerima dirinya dengan baik. Banyak siswa yang belum mampu menerima kekurangan dan kelebihan, muncul perasaan tidak puas terhadap dirinya, sulit menerima kritikan orang lain, emosinya sulit dikendalikan. Dalam berdasarkan pengamatan tersebut maka masalah kurangnya penerimaan diri ini merupakan masalah yang perlu diangkat dalam penelitian ini.

Berdasarkan permasalahan tersebut layanan bimbingan dan konseling merupakan sebuah upaya untuk memberikan bantuan kepada siswa dalam pengembangan kehidupan personal, kehidupansosial, pembelajaran, penyusunan rencana dan mengembangkan karir (Kamaluddin, 2011). Pada penelitian ini layanan yang akan digunakan adalah layanan bimbingan kelompok. Menurut Nurihsan Juntika (Afny Rumaysya Khulwah & Mugiarto,

2021) layanan bimbingan kelompok merupakan bentuk pemberian bimbingan yang terjadi dalam lingkungan kelompok.

Menurut Mifzal (Nurkia & Sulkify, 2020) mengapa pelayanan bimbingan kelompok alasannya dampak teman sebaya kepada seorang temannya begitu besar dan mudah untuk saling menerima dan mendukung di dalam hubungan teman sebaya. Terdapat beberapa penelitian sebelumnya mengenai penerimaan diri salah satunya penelitian yang dilakukan Sitorus (2019) berdasarkan hasil penelitian dari peningkatan penerimaan diri siswa kelas X SMAN I Babelan dengan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penerimaan diri siswa. Di dalam penelitian ini yang menjadi sampel terdapat 20 siswa dengan skor penerimaan diri berada dalam kategori rendah.

Berdasarkan dari penelitian sebelumnya keberhasilan menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri. Mengingat penerimaan diri sangat dibutuhkan untuk dibantu agar dapat menerima dirinya secara utuh dan baik dan ditemukannya solusi dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian mengenai penerimaan diri dengan judul “Layanan Bimbingan kelompok Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa SMP Negeri 3 Cimahi”.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian *mixed methods* atau penelitian kombinasi. Menurut Creswell (2012:535) metode kombinasi merupakan sebuah pendekatan penelitian yang menggabungkan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif akan memberikan pemahaman secara yang lebih baik tentang pertanyaan penelitian dari pada menggunakan pendekatan tunggal saja. Sedangkan Desain penelitian *mix methods* yang digunakan pada penelitian ini adalah *Sequential Explanatory research design*. Menurut Samsu (2007:163) *Sequential explanatory research design* dalam metode ini digabungkan penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif dilakukan secara berurutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam penelitian ini penyebaran angket penerimaan diri kepada siswa kelas VIII di SMPN 3 Cimahi dilakukan kepada 100 siswa yang diantaranya adalah 51 siswa laki-laki dan Perempuan 49 siswa perempuan. Berdasarkan pada data hasil pengisian angket

penerimaan diri oleh 100 siswa, selanjutnya dilakukan pengelompokan untuk menentukan kategori penerimaan diri yang tinggi, sedang, dan rendah pada siswa kelas VIII SMPN 3 Cimahi.

Pada profil penerimaan diri siswa diketahui bahwa siswa dengan kategori tinggi berjumlah orang dengan presentase 12% dengan rentan skor lebih dari 61, kategori sedang terdapat 76 siswa dengan presentase 76% dengan rentang skor 46 sampai 61, dan kategori rendah 12 siswa dalam presentase 12% dengan rentang skor 46. Berdasarkan pada data kategorisasi tersebut, profil atau gambaran penerimaan diri pada siswa kelas VIII di SMPN 3 Cimahi menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang berada pada kategori sedang dan rendah. Berdasarkan hal tersebut, maka diperlukannya pemberian layanan bantuan dalam bimbingan dan konseling untuk mengembangkan penerimaan diri yang dimiliki oleh siswa. Tingkat penerimaan diri pada siswa dapat dilihat berdasarkan aspek yang di teliti, diantaranya adalah realistic,subyektif, dan kesadaran diri akan kelebihan dan kekurangan.

Tabel 1.1 Hasil Tingkat Penerimaan Diri Berdasarkan Aspek Realistik

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	>20	10	10.00
Sedang	14 – 20	78	78.00
Rendah	<14	12	12.00
Total		100	100.00

Tabel 1.2 Hasil Tingkat Penerimaan Diri Berdasarkan Aspek Subyektif

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	>25	11	11.00
Sedang	18 – 25	80	80.00
Rendah	< 18	9	9.00
Total		100	100.00

Tabel 1.3 Hasil Tingkat Penerimaan Diri

Berdasarkan Aspek Kesadaran diri Akan Kelebihan dan Kekurangan

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	>18	14	14.00
Sedang	13 – 18	71	71.00
Rendah	< 13	15	15.00
Total		100	100.00

Berdasarkan pada kategori tingkat penerimaan diri berdasarkan gender siswa menunjukkan bahwa pada kategori penerimaan diri yang rendah lebih banyak dialami oleh siswa laki-laki.

Pada penelitian kualitatif dilakukan dengan berdasarkan hasil dari penelitian kuantitatif. Sehingga hasil dari penelitian kuantitatif selanjutnya di *follow-up* dengan cara mengumpulkan data kualitatif. Data kualitatif didapatkan melalui pelaksanaan wawancara dan observasi yang sebelumnya telah disusun oleh peneliti. Dalam Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkat penerimaan diri siswa ini disesuaikan dengan jadwal yang sudah disepakati oleh guru bimbingan dan konseling. Adapun siswa yang mengikuti layanan bimbingan kelompok ini yaitu siswa yang memiliki penerimaan diri rendah berdasarkan hasil *pre-test*. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat 4 tahapan Gladding (Haolah et al., 2020) membagi tahapan bimbingan kelompok menjadi 4 yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap Inti, serta terakhir adalah tahap pengakhiran.

Dalam penelitian ini juga dilakukan 3 pengolohan data terdiri atas:

1. Uji Normalitas

Tabel 1.4 Hasil Uji Normalitas terhadap Data Pre-test dan Post-test

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pre-test Penerimaan Diri	0.198	10	.200*	0.927	10	0.421
Post-test Penerimaan Diri	0.256	10	0.063	0.852	10	0.061

Dalam uji normalitas, yang menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Oleh karena itu, uji statistik parametrik dapat dilakukan selanjutnya.

2. Uji Homogenitas

Hasil uji yang dilakukan menggunakan SPSS disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1.2 Hasil Uji Homogenitas terhadap Data Pre-test dan Post-test

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Variabel	Based on Mean	2.174	1	18	0.158
	Based on Median	1.276	1	18	0.274
	Based on Median and with adjusted df	1.276	1	17.841	0.274
	Based on trimmed mean	2.138	1	18	0.161

untuk hasil homogenitas diketahui nilai Signifikasi (Sig.) Based on Mean adalah $0,158 > 0,05$. Sehingga dapat dikatakan sudah terpenuhi.

3. Uji Paired Sample Test

Tabel berikut menyajikan uji paired sample t test menggunakan SPSS:

Tabel 1.6 Hasil uji Paired Sample T test terhadap Data Pre-test dan Post-test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pre-test Penerimaan Diri - Post-test Penerimaan Diri	-20.400	4.502	1.424	-23.620	-17.180	-14.330	9	0.000

untuk uji paired sample t test berdasarkan pada output Pair 1 diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penerimaan diri siswa SMPN 3 Cimahi yang

berada di kelas VIII. Dalam profil penerimaan diri yang telah disajikan menunjukkan banyak siswa pada kategori sedang dengan presentase 76%. Sedangkan pada kategori tinggi dan rendah masing-masing berjumlah 12 siswa dengan presentase masing-masing 12%. Berdasarkan Profil penerimaan diri berdasarkan aspek menunjukkan bahwa jumlah siswa dalam kategori rendah paling banyak pada aspek kesadaran diri akan kelebihan dan kekurangan dengan jumlah 15 orang siswa. Profil penerimaan diri berdasarkan gender menunjukkan bahwa perolehan kategori pada siswa laki-laki dan siswa perempuan tidak memiliki perbedaan yang besar. Hal tersebut menunjukkan bahwa gender tidak mempengaruhi tingkat penerimaan diri yang dimiliki siswa kelas VIII SMPN 3 Cimahi.

Siswa dengan penerimaan diri yang rendah disebabkan karena menganggap dirinya tidak berharga, sulit menerima pujian dan celaan secara objektif, menyalahkan diri sendiri atas kekurangan atau kelebihan yang dimiliki, tidak memiliki keyakinan serta kemampuan dalam menghadapi hidup, dan sikap dan perilakunya lebih berdasarkan pada penilaian orang lain serta tekanan-tekanan atau standar dari luar. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok harus diterapkan di sekolah agar dapat meningkatkan penerimaan diri pada siswa, layanan ini dirancang untuk membantu setiap siswa berkembang secara optimal dan mendapatkan manfaat maksimal dari pengalaman belajar ini.

Setelah melakukan layanan bimbingan kelompok sebanyak tiga kali pertemuan, selanjutnya dilakukan *post-test* serta wawancara. Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan uji t-test untuk mengetahui seberapa baik layanan bimbingan kelompok berfungsi. Uji normalitas, homogenitas, dan uji t-test digunakan untuk melakukan pengujian data. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, dan uji homogenitas menunjukkan bahwa data tersebut memiliki karakteristik yang sama. Data kuantitatif yang sudah di uji menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif. Dapat dilihat dari uji t-test menunjukkan adanya perbedaan yang cukup signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Hipotesis nol (H_0) dinyatakan ditolak dan menerima hipotesis alternatif (H_a). Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan penerimaan diri siswa sebelum serta sesudah diterapkannya bimbingan kelompok.

SIMPULAN

Serta mempertimbangkan kesimpulan yang telah disampaikan, beberapa saran dapat diajukan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi siswa Siswa dapat tumbuh menjadi individu yang dapat menerima dirinya serta menerima kelebihan dan mengetahui kekurangannya, sehingga dapat menjadi pribadi yang menerima dirinya secara utuh. Serta diharapkan layanan yang sudah diberikan dapat di implementasikan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat melaksanakan pembelajaran secara optimal karena didukung dengan individu yang bisa menerima dirinya secara baik, sehingga dapat mengikuti pelajaran dengan baik.
3. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan bahan perbandingan bagi peneliti yang akan datang.

REFERENSI

- Afny Rumaysya Khulwah, & Mugiarto, H. (2021). Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Zoom Meeting Dengan Teknik Johari Window Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Siswa. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 113–120. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1500>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). Upaya meningkatkan penerimaan diri (selfacceptance) siswa melalui konseling individu dengan pendekatan realita kelas XI SMA NEGERI 15 bandar lampung. 2(2), 135–147.
- Haolah, S., Rohaeti, E. E., & Rosita, T. (2020). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kematangan Karier. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.3808>
- Hartati, J., Erlamsyah, E., & Syahniar, S. (2013). Hubungan Antara Perlakuan Orangtua Dengan Penerimaan Diri Siswa. *Konselor*, 2(1), 338–346. <https://doi.org/10.24036/02013211270-0-00>
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 17(4), 447–454. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i4.40>
- Muafiah, A. F. (2019). No TitleEAENH. *Αγαη*, 8(5), 55.
- Nurkia, S., & Sulkifly. (2020). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolis untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 1(2), 56–65. <https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i2.521>
- Sitorus, M. W., Badrujaman, A., & Fitri, S. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri Siswa/Siswi Kelas X SMAN I Babelan. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 2(1), 18–23. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i1.1215>
- Ulan, A., Idris, I., & Alwi, N. M. (2021). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Permainan untuk Membantu Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa. *Pedagogika*, 12(Nomor 1), 120–133. <https://doi.org/10.37411/pedagogika.v12i1.657>