EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)

Oleh:
RINI GUSNAWATI
NIM/TM. 1105572/2011

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2016

PERSETUJUAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG

Nama	**: Rini Gusnawati**
NIM/BP	**: 1105572/2011**
Jurusan	**: Bimbingan dan Konseling**

Padang, April 2016

Disetujui Oleh

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Dr. Alizamar, M.Pd., Kons.	**Dra. Zikra, M.Pd., Kons.**
NIP.19550703 197903 1 001	**NIP. 19591130 198503 2 003**

HALAMAN PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul
EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG

TIM PENGUJI

		Tanda tangan
Ketua	: Dr. Alizamar, M.Pd., Kons.	1.
Sekretaris	: Dra. Zikra, M.Pd., Kons.	2.
Anggota	: Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons.	3.
Anggota	: Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.	4.
Anggota	: Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.	5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2016

yang menyatakan

Rini Gusnawati
Nim.1105572

ABSTRAK

Nama : Rini Gusnawati
Judul : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas XI Bahasa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang
Pembimbing : 1. Dr. Alizamar, M.Pd., Kons
2. Dra. Zikra, M.Pd., Kons

Masa remaja merupakan salah satu periode penting selama rentang kehidupan. Berbagai perubahan pada remaja dapat terjadi dengan cepat. Perubahan yang terjadi pada remaja diantaranya adalah perubahan fisik dan perubahan psikologis yang membawa dampak pada diri remaja seperti tidak memahami diri dengan baik sehingga mempengaruhi penerimaan terhadap diri sendiri. Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat dimanfaatkan untuk membantu remaja untuk dapat menerima diri sendiri yaitu layanan bimbingan kelompok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan penerimaan diri siswa kelas XI Bahasa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok serta peningkatannya.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen jenis The One-Group Pre-Test Post-Test Design. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI Bahasa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang yang berjumlah 10 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan Wilcoxon Signed Ranks test SPSS versi 20.00. *Microsoft Excell* 2007.

Temuan penelitian adalah (1) tingkatan penerimaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori rendah, (2) tingkatan penerimaan diri siswa setelah diberikan perlakuan berada pada kategori sangat tinggi, yang berarti bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa (3) terdapat perbedaan yang signifikan tingkatan penerimaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan *Wilcoxon's Signed Rank Test* sebesar ,005 dan taraf signifikansi 0,05 (0,005 < 0,05), dengan demikian terdapat perbedaan peningkatan penerimaan diri siswa antara *pre-test dan post-test*. Oleh karena itu guru BK disarankan untuk dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok untuk membantu meningkatkan penerimaan diri siswa.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul "**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas XI Bahasa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang**". Shalawat dan salam disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberi tuntutan dan tauladan bagi umat manusia untuk mempoleh ridanya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang sekaligus tim penguji yang telah banyak memberikan kritik dan saran yang membangun untuk terselesaikannya skripsi ini.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang sekaligus tim penguji yang telah banyak memberikan kritik dan saran yang membangun untuk terselesaikannya skripsi ini.
3. Bapak Dr. Alizamar., M.Pd., Kons sebagai pembimbing I dan penasehat akademik yang telah memberikan bimbingan, masukan, arahan dari awal perkuliahan hingga akhir penyelesaian skripsi ini.

4. Ibu Dra. Zikra., M.Pd., Kons sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan waktu yang Ibu luangkan untuk membantu terselesaikannya skripsi ini.
5. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons selaku tim penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan kepada peneliti mulai dari seminar proposal penelitian sampai penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak/ Ibu Staf Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah banyak memberikan arahan dan wawasan selama masa perkuliahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi dengan baik.
7. Bapak Kepala Sekolah SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang dan semua guru BK, staf pengajar dan siswa yang telah berusaha meluangkan waktu untuk memberikan bantuan sehubungan dengan data yang dibutuhkan dalam skripsi ini.
8. Staf Administrasi jurusan BK yang telah membantu peneliti dalam hal mengurus surat-menyurat berkenaan dengan kelancaran penelitian ini.
9. Ayahanda Abu Nawas dan Ibunda Yusmarni serta Keluarga yang selalu memberikan do'a, motivasi untuk kesuksesan dan kebahagiaan penulis.
10. Rekan-rekan Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP-UNP 2011, yang telah memberikan dukungan dan masukan yang sangat berharga dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karuniaNya, dengan memberikan balasan pahala atas segala perhatian dan kemudahan yang diberikan,

Aminn. Dalam rangka penyempurnaan skripsi ini penulis mengharapkan kritikan dan saran dari pembaca, semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Mei 2016

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK ……..... i

KATA PENGANTAR …… ii

DAFTAR ISI …… . v

DAFTAR TABEL …… .vii

GAMBAR ……..…….. viii

DAFTAR LAMPIRAN..... viiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang……..……. 1

B. Identifikasi Masalah …….…… 8

C. Batasan Masalah …… 9

D. Rumusan Masalah ……. 9

E. Pertanyaan Penelitian ……..... 10

F. Asumsi 10

G. Tujuan Penelitian…….10

H. ManfaatPenelitian ……..... 11

BAB II KAJIAN TEORI

A. Penerimaan Diri…… 13

1. Pengertian Penerimaan Diri 13
2. Ciri-ciri Penerimaan Diri.....……..... 15
3. Aspek-aspek Penerimaan Diri.....……. 17
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri..... 18

B. Layanan Bimbingan Kelompok..……..... 21

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok……..... 21
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok..... 25
3. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok.....……..... 27
4. Tahap-tahap Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok…..... 28

5. Efektifitas Layanan Bimbingan kelompok Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri ……..... 31
C. Kerangka Konseptual ……. 32
D. Hipotesis Penelitian …… 33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN
A. Jenis Penelitian ……. 34
B. Subjek Penelitian……..... .40
C. Definisi Operasional …….... 41
D. Jenis Data dan Sumber Data..... 42
E. Teknik Pengumpulan Data…… 42
F. Teknik Analisis Data ……. 44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. DeskripsiHasil Penelitian.....47
B. Pengujian Hipotesis..... 58
C. Deskripsi Proses Layanan Bimbingan Kelompok..... 60
D. Pembahasan Data Hasil Penelitian..... 63
E. Keterbatasan Penelitian..... 67
BAB V PENUTUP
A. Kesimpulan..... 68
B. Saran..... 68
KEPUSTAKAAN..... 70
LAMPIRAN..... 74

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

1. Topik Tugas Bimbingan Kelompok 37
2. Skor Jawaban Angket Penelitian …….. 44
3. Kriteria Interpretasi Skor 45
4. Penerimaan Diri Siswa Sebelum (*Pre-test*) dan Setelah (*Post-Test*) diberikan Layanan Bimbingan Kelompok 48
5. Penerimaan Diri Siswa Pada Aspek Penerimaan Diri Pantulan Sebelum dan Sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok 49
6. Penerimaan Diri Siswa Pada Aspek Penerimaan Diri dasar Sebelum dan Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok.....51
7. Penerimaan Diri Siswa Pada Aspek Penerimaan Diri Bersyarat Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok 52
8. Penerimaan Diri Siswa Pada Aspek Evaluasi Diri Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan kelompok 54
9. Penerimaan Diri Siswa Pada Aspek Perbandingan Antara Yang Real Dan Ideal Sebelum dan Setelah diberikan Layanan Bimbingan kelompok... 55
10. Perbandingan Skor Penerimaan Diri Siswa Sebelum (*Pre-Test*) dan Setelah (*Post-Test*) Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok..... 57
11. Perbandingan Skor Penerimaan Diri Siswa Secara Keseluruhan Sebelum (*Pre-Test*) dan Setelah (*Post-Test*) Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok..... 58
12. Hasil Uji Hipotesis..... 59
13. Arah Perbedaan Pada *Pre-Test* dan *Post-Test* Penerimaan Diri Siswa.....60

DAFTAR GAMBAR

Gambar
Halaman

1. Kerangka Konseptual…… 32
2. *One Group Pre-test-Post-test Design* …… 36
3. Perbedaan Tingkat Penerimaan Diri Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan K elompok……57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian 74
2. Angket Penelitian 75
3. Rencana Pelaksanaan Layanan 80
4. Absensi Kegiatan Bimbingan Kelompok 121
5. Tabulasi Data Penelitian 126
6. Analisis SPSS 133
7. Dokumentasi 134
8. Surat Izin Penelitian Dari Jurusan Bimbingan Konseling 138
9. Surat Izin Penelitian Dari Kantor Dinas Pendidikan Padang 139
10. Surat Izin Penelitian Dari SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang 140

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perubahan merupakan suatu proses alami yang dijalani oleh manusia dalam hidupnya. Salah satu perubahan hidup yang dijalani oleh manusia yaitu ketika berada pada masa remaja. Elida Prayitno (2006:14) menyatakan bahwa periode remaja adalah periode dimana individu meninggalkan masa kanak-kanaknya dan mulai memasuki masa dewasa yang didalamnya terjadi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Santrock (2003:26) mengartikan remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Dalam periode ini individu mengalami banyak tantangan dalam menjalani perkembangannya, baik tantangan dari dalam dirinya maupun tantangan dalam menjalani perkembangannya, dan tantangan dari lingkungan. Tantangan dari dalam diri sendiri seperti perubahan fisik yang sangat menonjol, yang memerlukan penyesuaian yang tinggi agar tidak menimbulkan kesulitan bagi remaja itu sendiri.

Penyesuain diri yang dilakukan oleh remaja yaitu dengan menerima keadaan diri sendiri, dengan demikian akan dapat membantu remaja untuk bergaul dengan teman, keluarga, dan masyarakat. Seseorang yang menerima dirinya menyadari norma-norma khusus yang dimiliki sehingga memberi dasar yang baik untuk mengerti orang lain. Hurlock (1999:228) menjelaskan bahwa individu dengan penilaian positif terhadap diri sendiri akan menyukai

dan menerima keadaan diri sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Rasa percaya diri dan harga diri yang tumbuh seiring dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan diri membuat individu cenderung tampil lebih aktif dan terbuka dalam melakukan hubungan sosial dengan orang lain.

Penerimaan diri yang positif akan memudahkan remaja untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Remaja yang mempunyai penerimaan diri positif, akan mempunyai interaksi sosial yang positif, sebaliknya jika penerimaan dirinya negatif, interaksi sosialnya pun akan negatif. Hal ini berarti remaja yang dapat menerima keadaan dirinya dalam sikap yang positif, akan berinteraksi dengan lawan jenis dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Salah satu contoh penyesuaian sosial individu adalah penyesuaian sosial remaja di sekolah sebagai siswa (Hurlock 1996:125). Sejalan dengan itu Supratiknya (1995: 85) mengungkapkan, agar individu mau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain, pertama-tama yang harus dilihat adalah penerimaan diri sendiri. Jika individu menolak dirinya sendiri maka keterbukaan diri akan sulit untuk dilakukan.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan diatas dapat disimpulkan, bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani.

Remaja yang menerima diri sendiri akan mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan yang dihadapinya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh William Kay (dalam Yudrik Jahja, 2011:238) salah satu tugas perkembangan remaja adalah menerima fisik sendiri beserta kelebihan yang ada dalam dirinya. Penerimaan diri siswa akan kekurangan serta kelebihan yang dimiliki akan membantu dalam membuka diri, dan penerimaan diri dengan orang lain sehingga terbentuk hubungan yang erat dan akrab. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Candles (dalam Mudjiran,dkk, 2007: 139), yaitu :

> Remaja yang memiliki penilaian diri sendiri menampakkan kehidupan yang bahagia, karena dapat menerima keberadaan dirinya sendiri sebagaimana adanya, walaupun kadang-kadang merasa diri tidak berarti, namun pada dasarnya mereka memiliki pandangan yang positif tentang diri mereka. Mereka menyadari bahwa mereka bukanlah individu yang sempurna, namun mereka dapat menerima kegagalan dan memahami kegagalan sebagai suatu yang dapat diatasi dan merupakan jalan untuk sukses, bukan dipahami sebagai suatu kebodohan.

Seseorang yang mampu menerima diri sendiri tentunya tidak terpengaruh dengan pandangan buruk dari orang lain mengenai dirinya. Ia memiliki keyakinan bahwa dirinya diterima oleh orang lain tanpa adanya syarat tertentu. Selain itu, ia juga tidak merasa berkecil hati apabila tidak mampu memenuhi tuntutan dari pihak-pihak diluar diri serta tidak membandingkan hal yang dimiliki dengan hal yang dimiliki oleh orang lain (teman sebaya). Selanjutnya mengetahui keadaan diri beserta kelemahan dan kelebihannya, dan tidak memaksa diri untuk menjadi yang dicita-citakan.

Berbeda dengan yang diuraikan di atas, seseorang yang tidak mampu menerima diri tentunya akan terpengaruh dengan pandangan orang lain mengenai diri sendiri. Jika orang lain menganggap dirinya buruk, maka seseorang tersebut juga akan menganggap dirinya buruk pula. Selain itu merasa gagal jika tidak mampu memenuhi tuntutan serta harapan dari pihak-pihak luar. Sejalan dengan itu menurut Husniyati (2009:4) Individu yang mempunyai penerimaan diri yang rendah akan mudah putus asa, selalu menyalahkan dirinya, malu, rendah diri akan keadaannya, merasa tidak berarti, merasa iri terhadap keadaan orang lain, akan sulit membangun hubungan positif dengan orang lain, dan merasa tidak bahagia". Siswa yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik akan sangat rentan menjadi tertekan dan mengalami kesulitan dalam memusatkan konsentrasi pikiran, melemahkan motivasi dan daya juang pada anak. Pada akhirnya anak tidak mampu mengaktualisasikan kemampuannya dalam mengembangkan diri dengan baik.

Kurangnya penerimaan diri pada siswa yang bersifat internal maupun eksternal, dapat menyebabkan kurangnya penghargaan yang diberikan siswa terhadap diri sendiri. Secara umum tujuan dari penerimaan diri adalah agar siswa mampu menerima diri dengan apa adanya (Hurlock, 1999:230). Penerimaan diri siswa juga dipengaruhi oleh faktor dari luar diri siswa, baik faktor fisik maupun psikologis yang berada dilingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Pada lingkungan sekolah siswa mendapatkan pelayanan untuk meningkatkan penerimaan diri dengan bantuan layanan bimbingan dan konseling.

Layanan bimbingan dan konseling disekolah dapat membantu meningkatkan penerimaan diri siswa dengan memberikan pelayanan komprehensif baik individual maupun kelompok. Bimbingan dan konseling merupakan program yang disediakan sekolah untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa. Pada buku panduan pelayanan bimbingan dan konseling berbasis kompetensi, yang dimaksud dengan bimbingan kelompok adalah :

> Layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang sedang hangat-hangatnya diperbincangkan melalui dinamika kelompok; masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah umum yang dikemukakan oleh masing-masing anggota kelompok.

Mempertimbangkan dampak dari permasalahan tersebut maka perlu dilakukan upaya untuk membantu siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah.

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:309) tujuan bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik yang mendorong pengembangan perasaan, pikiran, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal, ditingkatkan, dan dengan menggunakan topik tugas disini ialah bimbingan dimana isi atau bahasan bimbingan kelompok ditentukan oleh pemimpin kelompok (PK). Seperti diungkapkan oleh Prayitno (1995) terdapat 2 pendekatan kelompok dalam

bimbingan konseling yang dapat dikembangkan yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Dalam bimbingan kelompok membahas berbagai topik bahasan tentang diri sendiri maupun lingkungan.

Rose dan Edleson (dalam, Failasufah, 2011:8) mengatakan keampuhan kelompok anak-anak dalam meningkatkan perubahan dalam diri individu. Anak-anak mendapatkan banyak pelajaran dengan cara saling berinteraksi, mengamati, dan mendengarkan pengalaman antar sesama teman sebayanya. Penguatan (*reinforcement*) dari teman sebaya lebih ampuh dibandingkan penguatan dari orang dewasa. Penguatan ini dapat diperoleh dalam kelompok. Kelompok bagi anak-anak juga dapat menjadi tempat untuk berbagi pengalaman emosional, dan perilaku–perilaku yang baru.

Berdasarkan hasil dari penelitian Nurul Hartini (2012:5) dalam penelitiannya di SMP Negeri 2 Pasuruan mengungkapkan penerimaan diri siswa berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa tidak mampu menerima diri sendiri. Hal tersebut disebabkan karena siswa mengalami perubahan-perubahan dalam hidupnya. Mulai dari perubahan fisik, psikologis, perkembangan emosional, kehidupan sosial, dan perkembangan moral. Perubahan-perubahan yang dialami oleh siswa tersebut menimbulkan ketidaknyamanan, dan merasa adanya perbedaan antara dirinya dengan orang lain sehingga menyebabkan siswa kurang menerima diri dengan baik.

Selanjutnya Getrudis Guna Putri, dkk (2014:6) dalam penelitiannya terhadap remaja yang tinggal dipanti asuhan Jakarta Timur mendeskripsikan

bahwa penerimaan diri remaja berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa remaja tidak mampu menerima dirinya dengan baik. Akibatnya remaja merasa tertekan, cenderung menarik diri, dan tidak berani tampil di depan umum.

Fenomena yang terjadi dilapangan, dari hasil wawancara yang peneliti lakukan di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang pada tanggal 25 Mei 2015 dengan dua orang guru BK, didapatkan beberapa siswa kelas XI Bahasa yang belum menerima diri sendiri seperti marah ketika dinasehati dan kritik oleh teman, malu dengan keadaan diri seperti merasa fisik yang tidak ideal (badan terlalu tinggi atau terlalu pendek, terlalu gemuk atau terlalu kurus, bentuk kaki yang terlalu besar, lengan yang besar dan warna kulit yang tidak menarik), takut berbicara didepan kelas karena suara kurang jelas, serta dalam belajar siswa tidak berani mengemukakan pendapat dan siswa cenderung pasif dan menjawab seadanya ketika menjawab pertanyaan yang dilontarkan guru di kelas.

Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan 5 orang siswa pada tanggal 5 Juni 2015 di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang terungkap bahwa, siswa merasa tidak percaya diri tampil didepan kelas karena badannya yang gemuk, wajah yang berjerawat, bau badan,dan tidak menyukai jurusan yang dipilih, merasa diri tidak menarik, serta tidak puas dengan dirinya sendiri, sehingga mempengaruhi proses belajar dan hasil belajar yang tidak sesuai dengan harapan.

Fenomena diatas menunjukkan bahwa terdapat gejala rendahnya penerimaan diri pada siswa. Apabila hal ini dibiarkan saja maka akan berakibat pada perkembangan belajar berikutnya, siswa akan sulit untuk mengaktualisasikan dirinya. Oleh karena itu, kasus diatas harus segera diatasi agar tidak menimbulkan hambatan pada perkembangan berikutnya, serta mempengaruhi proses belajar.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas. Menguji keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. Dari hal tersebut, penulis tertarik untuk meneliti dengan judul **"Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa"**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan pada latar belakang maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Beberapa siswa tidak percaya diri tampil didepan kelas
2. Beberapa siswa menganggap dirinya tidak berarti bagi orang lain
3. Beberapa siswa marah ketika diberi kritikan atau saran
4. Beberapa siswa malu mengenai keadaan fisik.
5. Ada siswa yang menarik diri dari pergaulan dengan teman-temannya
6. Beberapa siswa tidak bertanggung jawab dengan apa yang ia lakukan

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka peneliti membatasi masalahnya tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa yaitu sebagai berikut :

1. Penerimaan diri siswa dilihat dari:
    a. Penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri pantulan
    b. Penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri dasar
    c. Penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri bersyarat
    d. Penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan evaluasi diri
    e. Penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan perbandingan antara yang real dan ideal.
2. Keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah Layanan Bimbingan Kelompok Efektif Dalam MeningkatkanPenerimaan Diri siswa di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang?

E. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimanakah tingkat penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimanakah tingkat penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok?
3. Apakah terjadi peningkatan penerimaan diri siswa yang berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sebelum dan setelah diberi perlakuan bimbingan kelompok?

F. Asumsi

1. Siswa memiliki penerimaan diri yang berbeda-beda.
2. Penerimaan diri siswa dapat ditingkatkan.
3. Layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa

G. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menguji :

1. Tingkatan penerimaan diri siswa berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri

dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

2. Tingkatan penerimaan diri siswa berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.
3. Perbedaaan tingkatan penerimaan diri siswa berkaitan dengan penerimaan diri pantulan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang real dan yang ideal sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

H. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Manfaat teoritis
   a. Memperkaya pengetahuan dan pemahaman tentang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penerimaan diri siswa
   b. Memperkaya pengetahuan dan pemahaman dalam melaksanakan penelitian eksperimen.
   c. Hasil temuan peneliti ini selanjutnya dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan berkenaan dengan efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penerimaan diri siswa.
2. Secara Praktis manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Bagi siswa sasaran layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penerimaan diri mereka
b. Bagi guru BK dapat mengetahui seberapa efektif pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penerimaan diri siswa. Dengan demikian, penelitian ini berguna bagi guru BK sebagai panduan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok guna meningkatkan penerimaan diri siswa.
c. Bagi penulis, dapat memperkaya wawasan mengenai penelitian eksperimen dan penerimaan diri

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan diri

Seseorang yang dapat menerima diri berarti telah mengenali dimana dan bagaimana dirinya saat ini serta mempunyai keinginan untuk mengembangkan diri lebih lanjut.Sartain (dalam Diah, 2003:7) mendefinisikan penerimaan diri sebagai suatu kesadaran untuk menerima diri sebagaimana adanya dan memahami diri seperti apa adanya. Selanjutnya menurut Hurlock (dalam Dini dkk, 2008:3) penerimaan diri adalah suatu tingkatan kesadaran individu tentang karakteristik pribadinya dan mempunyai kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut, hal ini berarti individu tersebut memiliki pengetahuan tentang dirinya sehingga menerima kelebihan dan kekurangannya.

Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihan sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri. Menurut Muryantinah dkk (1998:47) penerimaan diri adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelansungan hidupnya.

Menurut Dr.A.Supratiknya (1995:84) penerimaan diri adalah individu memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau

lawannya, tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan diri kita untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, Kesehatan psikologis kita serta Penerimaan kita terhadap orang lain. Menurut Davies (2008:3) penerimaan diri berarti menerima diri tanpa syarat terlepas dari apakah seseorang kompeten atau berperilaku dengan benar dan apakah orang lain cenderung menyatakan persetujuan atau menghargai dirinya sendiri.

Menurut Johada (dalam Ulfa, 2008:3) penerimaan diri mengandung pengertian bahwa individu telah belajar untuk hidup dengan dirinya sendiri, dalam artian bahwa individu dapat menerima kelebihan maupun kekurangan yang ditemukan dalam dirinya. Individu yang menerima keadaan dirinya dengan tenang, akan bebas dari rasa bersalah, rasa malu dan rendah diri karena adanya kecacatan/keterbatasan diri serta bebas dari kecemasan penilaian orang lain terhadap dirinya. Sejalan dengan itu Corsini (dalam Ulfa, 2008:13), penerimaan diri berarti mengenali kemampuan dan keberhasilan diri serta mengakui dan menerima keterbatasan diri.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan individu menerima diri apa adanya, baik kelebihan maupun kekurangan yang ia miliki tanpa menyalahkan siapapun serta menggunakan kelebihan dan kekurangan tersebut dalam

menjalani hidup dan berusaha mengembangkan dirinya ke arah yang positif lagi.

2. Ciri-ciri Penerimaan diri

Ada beberapa ciri-ciri penerimaan diri.Menurut Sheerar (dalam Diah Sri Wulandari, 2003:8), ciri-ciri individu yang menerima dirinya adalah :

a. Memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan yang ada dalam kehidupannya.
b. Menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia yang sederajad dengan orang lain.
c. Individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain.
d. Individu tidak malu dengan keadaannya dan individu tidak hanya memperhatikan dirinya sendiri.
e. Berani memikul tanggung jawab terhadap tindakannya.
f. Individu dapat menerima pujian atau celaan dari orang lain secara objektif.
g. Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihannya.

Individu yang dapat menerima kelebihan dan kekurangan adalah individu yang memiliki penerimaan diri, sehingga dengan kelebihan dan kekurangannya ia bisa mengembangkan diri menjadi pribadi yang lebih berkualitas. Hurlock (dalam Diah, 2003) menambahkan bahwa

individu yang memiliki sifat ini memandang diri mereka apa adanya dan bukan seperti yang diinginkan. Sikap realistik merupakan sesuatu yang penting pribadi yang sehat. Individu juga dapat mengkondisikan keterbatasannya dengan memperbaiki dan meningkatkan karakter dirinya yang dianggap kuat, sehingga pengelolaan potensi dan keterbatasan dirinya dapat berjalan dengan baik tanpa harus melarikan diri dari kenyataan yang ada.

Menurut Johnson (1993) ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah:

a. Menerima diri sendiri apa adanya.
b. Tidak menolak diri sendiri
c. Memiliki keyakinan, bahwa untuk mencintai diri sendiri individu tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.
d. Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna. Menyadari bahwa tidak ada individu yang sempurna dapat menimbulkan perasaan berharga bagi diri individu.
e. Individu memiliki keyakinan bahwa dia mampu mengerjakan hal-hal yang berguna.

Berdasarkan pendapat terdahulu dapat ditarik kesimpulan, ciri-ciri seseorang yang mampu menerima diri adalah memiliki keyakinan dengan kemampuan yang ia miliki, berani memikul tanggung jawab, menerima diri sendiri sebagaimana adanya, tidak menolak diri sendiri

dan individu memiliki keyakinan bahwa dia mampu mengerjakan hal-hal yang berguna.

3. Aspek –Aspek Penerimaan Diri

Menurut Supratiknya (1995:86) ada lima aspek penerimaan diri, yaitu:

a. Penerimaan diri pantulan atau *reflected self-acceptance*, yaitu membuat kesimpulan tentang diri berdasarkan penangkapan tentang bagaimana orang lain memandang diri kita. Apabila orang lain menyukai kita, maka kita pun akan menyukai diri kita.
b. Penerimaan diri dasar atau *basic self-acceptance*, yaitu keyakinan bahwa diri diterima dan tanpa syarat. Penerimaan diri dasar ini lebih berorientasi pada urusan personal individu. Individu mampu menghargai dan menerima diri apa adanya serta tidak menetapkan standar atau syarat yang tinggi di luar kesanggupan dirinya
c. Penerimaan diri bersyarat atau *conditional self-acceptance*, yaitu penerimaan diri yang didasarkan pada seberapa baik seseorang memenuhi aneka tuntutan-harapan dari pihak diluar diri.
d. Evaluasi diri atau *self evaluation*, yaitu estimasi atau penilaian seseorang tentang seberapa positif berbagai atribut yang dimiliki dibandingkan dengan atribut-atribut yang dimiliki oleh orang lain yang sebaya dengan diri.

e. Perbandingan antara yang *real* dan yang ideal atau *real-ideal comparison*, yaitu penilaian seseorang tentang diri yang sebenarnya dibandingkan dengan diri yang dicita-citakan. Artinya kesesuaian antara pandangan tentang diri yang sesungguhnya dan pandangan tentang diri yang seharusnya.

Dari pendapat terdahulu dapat ditarik kesimpulan aspek-aspek penerimaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penerimaan diri pantulan, penerimaan dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri, dan perbandingan yang *real* dan ideal.

4. Faktor- faktor yang mempengaruhi penerimaan diri

Setiap orang memiliki penerimaan diri yang berbeda. Hal tersebut tergantung dari faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri. Menurut Hurlock (dalam Diah Sri Wulandari, 2003:7-8), menyatakan penerimaan diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor, diantaranya adalah :

a. Pemahaman diri

Pemahaman diri merupakan persepsi yang murni terhadap dirinya sendiri berdasarkan pada realita yang ada.

b. Bebas dari hambatan dan lingkungan

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap penerimaan diri individu. Hambatan dari lingkungan ini biasanya datang dari keluarga, teman dan masyarakat lainnya yang tidak mendukung dan tidak terkontrol oleh individu.

c. Harapan yang realistik

Adanya harapan yang realistik menuntut individu untuk membuat rencana dan aktifitas yang dapat dilakukan untuk mencapai harapan tersebut. Harapan yang realistik akan memberikan sumbangan bagi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri.

d. Kondisi emosi yang menyenangkan

Tekanan yang dialami oleh individu secara terus menerus akan menyebabkan ketidakseimbangan fisik dan psikis. Tidak adanya tekanan yang berarti pada individu dapat memungkinkan individu untuk berbuat yang terbaik bagi dirinya dan memungkinkan untuk bersikap tenang ketika dalam keadaan tertekan.

e. Konsep diri yang stabil

Individu yang memiliki konsep diri yang stabil dapat melihat dirinya dengan cara pandang yang sama dalam keadaan apapun, baik itu keadaan yang menguntungkan maupun sebaliknya. Sedangkan jika konsep diri individu selalu berubah, maka individu tesebut akan kesulitan untuk memahami diri dan menerimanya, hal ini akan menyebabkan penolakan diri karena individu memandang dirinya selalu berubah-ubah.

f. Sikap lingkungan sosial yang baik

Sikap yang berkembang didalam lingkungan sosial akan ikut andil dalam proses penerimaan diri individu, jika lingkungan

memberikan sikap positif terhadap dirinya maka individu akan cenderung untuk dapat menerima dirinya.

g. Frekuensi berhasil

Kegagalan yang sering dialami oleh individu dapat menyebabkan penolakan terhadap dirinya, sebaliknya semakin banyak keberhasilan yang diperoleh oleh individu akan menyebabkan individu dapat menerima dirinya.

h. Ada tidaknya perspektif diri

Kemampuan dan kemauan untuk melihat diri secara obyektif dapat meningkatkan penerimaan diri individu. Individu yang tidak dapat melihat dirinya individu tersebut akan memandang rendah kelebihannya dan akan membesar-besarkan kekurangannya. Rendahnya perspektif diri akan menimbulkan perasaan tidak puas dan penolakan diri. Namun perspektif diri yang obyektif dan sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya akan memudahkan individu tersebut menerima dirinya.

i. Adanya identifikasi dengan seseorang

Mengidentifikasi diri dengan model yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat mengembangkan sikap positif pada diri individu, sehingga individu tersebut dapat bertingkah laku dengan baik, hal ini dapat menimbulkan penilaian diri dan penerimaan diri yang baik pula.

Berdasarkan uraian diatas, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan dirimenurut Hurlock (dalam Diah Sri Wulandari, 2003:7-8) adalah pemahaman diri, bebas dari hambatan lingkungan, memiliki harapan yang realistik, kondisi emosi yang menyenangkan, konsep diri yang stabil,sikap lingkungan sosial yang baik, frekuensi berhasil, ada tidaknya perspektif diri serta adanya identifikasi dengan seseorang.

B. Layanan BimbinganKelompok (Bkp)

1. Pengertian Layanan BimbinganKelompok

Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok. Menurut Dewa Ketut Sukardi, dkk (2008:78) layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu dan membahas bersama topik tertentu untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari demi perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar. Prayitno (2006:9) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling, dimana sejumlah orang akan membahas topik tertentu dan mendapatkan informasi dari topik tersebut yang berguna dalam kehidupannya. Jadi, bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh suatu kelompok untuk saling berinteraksi, saling bertukar pikiran,

mengemukakan pendapat, dalam sebuah dinamika kelompok untuk mencapai penyelesaian topik permasalahan yang dibahas.

Menurut Juntika (2006) bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Senada dengan pendapat diatas, Tohirin (2007) mengatakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok.

Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Menurut Gazda 1978 (dalam Prayitno dan Erman Amti, 2004:309-310) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa dan membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

Senada dengan itu Mc. Daniel, 1956 (dalam Prayitno dan Erman Amti, 2004:310) menyatakan bahwa telah lama dikenal berbagai informasi berkenaan dengan orientasi siswa baru, pindah program dan peta sosiometri siswa serta bagaimana pengembangan hubungan antar siswa dapat disampaikan dan dibahas dalam bimbingan kelompok.

Berdasarkan pengertian para ahli dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok pemberian bantuan terhadap individu dalam situasi

kelompok berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok yang membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pindah program, peta sosiometri, pribadi dan sosial.

Selanjutnya menurut Prayitno (1995) menyatakan bahwa dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling melalui pendekatan kelompok, terdapat dua jenis kelompok yang dikembangkan, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Anggota dari kelompok bebas adalah melakukan kegiatan kelompok tanpa penugasan tertentu, dan kehidupan kelompok itu memang tidak disiapkan secara khusus sebelumnya. Pada kelompok tugas, arah dan isi kegiatan kelompok ditetapkan terlebih dahulu, sesuai dengan namanya kelompok tugas pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan sesuatu atau membahas sesuatu, baik tugas itu dari dalam kelompok, maupun dari hasil kegiatan kelompok itu sebelumnya. Seperti yang diungkapkan oleh Tohirin (2007) bahwa bimbingan kelompok dengan topik tugas merupakan bimbingan kelompok dimana isi atau bahasan bimbingan kelompok telah ditentukan oleh pimpinan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok membahas materi atau topik-topik umum, baik topik tugas maupun topik bebas, topik tugas adalah topik atau bahasan yang diberikan oleh pembimbing (pimpinan kelompok) kepada kelompok untuk dibahas. Sedangkan topik bebas adalah suatu topik yang dikemukakan secara bebas oleh anggota kelompok.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan topik tugas merupakan pemberian bantuan terhadap individu dalam situasi kelompok berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok yang membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pindah program, peta sosiometri, pribadi dan sosial, dimana topik yang akan dibahas telah ditentukan oleh pemimpin kelompok.

Keunggulan bimbingan kelompok menurut Prayitno (dalam Nursalim, 2002:4) meliputi :

a. Menyangkut aspek ekonomis efesiensi, yaitu dengan adanya kelompok akan semakin banyak orang yang dibantu sehingga relatif membutuhkan waktu yang lebih cepat.
b. Dengan adanya interaksi yang intensif dan dinamis diharapkan tujuan bimbingan dapat tercapai secara lebih mantap.
c. Dinamika yang terjadi dalam kelompok mencerminkan suasana kehidupan nyata yang dapat dijumpai dimasyarakat.

Alasan penggunaan bimbingan kelompok antara lain :

a. Adanya tuntutan kebutuhan seseorang akan suasana kelompok.
b. Banyaknya siswa yang mengalami masalah.
c. Adanya suatu masalah yang harus dipecahkan melalui kelompok yaitu dengan mendiskusikannya bersama-sama dalam kelompok.
d. Untuk menolong individu agar lebih baik dalam hubungan sosial dan memperbaiki sifat-sifat pribadinya.

e. Untuk mengatasi masalah-masalah yang sama sehingga bisa dilakukan bimbingan secara bersama-sama.

Bimbingan kelompok yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh beberapa siswa dengan membahas topik yang berkaitan dengan konsep penerimaan diri.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2012:150) tujuan dari bimbingan kelompok yaitu terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum tujuan dari bimbingan kelompok yaitu mengembangkan kemampuan sosialisasi siswa, membantu siswa mengungkapkan pendapat melalui dinamika kelompok. Secara khusus tujuan dari bimbingan kelompok yaitu:

a. Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat dihadapan teman-temannya.
b. Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.
c. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman diluar kelompok pada umumnya.
d. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
e. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
f. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.

g. Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.
h. Mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang diwujudkan dalam tingkah laku siswa yang efektif dan bertanggung jawab melalui dinamika kelompok (Prayitno, 2012:151).

Menurut Tohirin (2007:172) tujuan layanan bimbingan kelompok secara khusus untuk mendorong pengembangan, perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap untuk menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif. Winkel (1991:519) menyatakan tujuan dari layanan bimbingan kelompok agar orang yang dilayani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangannya sendiri dan tidak hanya sekedar mengikuti orang lain, mampu mengambil sikap sendiri serta berani bertanggung jawab atas tindakan yang diambilnya.

Untuk mengarahkan kepada pencapaian tujuan-tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok, peran seorang pemimpin kelompok (PK) sangat diperlukan. Seorang PK harus mampu mengarahkan suasana kelompok dalam dinamika kelompok, sehingga kegiatan kelompok lebih aktif dan membentuk sebuah keakraban. Oleh karena itu, kemampuan seorang PK sangat diperlukan untuk menjembatani kegiatan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok bertujuan menyediakan informasi yang akurat yang dapat membantu anggota kelompok dalam membuat

perencanaan hidup dan mengambil keputusan yang lebih tepat (Gibson, Robert L dan Mitchell, Marianne H, 2011:52).

Jadi, tujuan bimbingan kelompok yaitu untuk mengarahkan, memperbaiki, dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman tentang orang lain.

3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2000:48) ada tiga fungsi dari layanan bimbingan kelompok yaitu (a) fungsi informatif, (b) fungsi pengembangan, (c) fungsi preventif dan kreatif. Fungsi informatif dan fungsi pengembangan dapat dilaksanakan melalui kegiatan *home room.* Kegiatan bimbingan kelompok memiliki berbagai manfaat yaitu:

a. Memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pendapat secara terbuka dan luas tentang berbagai hal.
b. Memperoleh pemahaman baru dari topik atau hal-hal yang dibicarakan.
c. Melaksanakan kegiatan yang nyata dan langsung terhadap komitmen yang telah diambil dari hasil bimbingan kelompok.

Selain dari itu, kelompok juga berfungsi sebagai terapi yaitu membantu mengatasi masalah dan kelainan yang dialami individu, sehingga individu merasa dapat dukungan dan mampu mengatasi masalahnya (Taufik, 2013:95). Oleh karena itu, fungsi bimbingan kelompok tidak sekedar memberi informasi kepada kelompok. Mengembangkan dinamika kelompok dan mengatasi masalah

anggota kelompok merupakan wahana untuk pengembangan diri anggota kelompok.

4. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok diselenggarakan dalam lima tahap. Prayitno (2012:170-171) menyebutkan lima tahapan dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu (a) tahap pembentukan, (b) tahap peralihan, (c) tahap kegiatan, (d) tahap penyimpulan, dan (e) tahap penutupan. Berdasarkan kelima tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap awal dalam kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini akan melibatkan keberadaan anggota kelompok yaitu melaui perkenalan yang dimulai oleh pemimpin kelompok, kemudian dilanjukan oleh anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan tentang pengertian bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, dan aturan yang harus dipatuhi dalam kegiatan bimbingan kelompok. Tahap ini akan mengembangkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama.

b. Tahap peralihan

Tahap ini untuk mengalihkan kegiatan kelompok kepada kegiatan berikutnya agar lebih terarah utuk mencapai tujuan kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok akan menanyakan kesiapan anggota

kelompok untuk melanjutkan kegiatan bimbingan kelompok, serta memberikan contoh topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok oleh pemimpin kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok perlu meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok (Achmad Juntika Nurihsan, 2005: 19).Tujuan dari tahap peralihan ini yaitu untuk menciptakan anggota kelompok dari perasaan atau sikap ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana dan kebersamaan dalam kelompok, meningkatkan minat anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan kelompok.

c. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dimana pada tahap kegiatan akan membahas topik-topik tertentu. Pada tahap kegiatan, pemimpin kelompok akan meminta anggota kelompok untuk mengemukakan topik-topik yang akan dibahas untuk topik bebas, atau pemimpin kelompok mengemukakan sebuah topik untuk topik tugas. Tahap kegiatan juga akan membahas tentang pentingnya topik tersebut dibahas. Tanya jawab antara anggota kelompok akan terlaksana pada tahap kegiatan. Pada tahap kegiatan anggota kelompok membahas topik secara mendalam dan tuntas (Achmad Juntika Nurihsan, 2005: 20). Kemampuan mengatur jalannya kegiatan sangat diperlukan ketangkasan dan keterampilan pemimpin kelompok agar tercipta dinamika kelompok. Selingan

berupa permainan juga dapat dilakukan dalam tahap kegiatan. Dalam tahap kegiatan, pemimpin kelompok juga perlu menegaskan komitmen para anggota kelompok.

Menurut Prayitno (2012:180) teknik-teknik umum yang bisa digunakan dalam bimbingan kelompok secara garis besar dalam tahap kegiatan ini meliputi:

1) Komunikasi multi arah secara efektif, dinamis dan terbuka.
2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analis, dan pengembangan argumentasi.
3) Dorongan minimal untuk memantapkan respond dan aktivitas anggota kelompok.
4) Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan.
5) Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku (baru) yang dikehendaki.

d. Tahap penyimpulan

Tahap penyimpulan yaitu tahap untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Pada tahap penyimpulan, anggota kelompok diminta untuk menyimpulkan berkenaan dengan pembahasan dari topik. Tujuan dari tahap ini yaitu untuk mengungkap perasaan anggota kelompok melalui kesan, pesan, serta harapan setelah mengikuti kegiatan.

e. Tahap penutupan

Tahap penutupan merupakan tahap akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok dapat merencanakan kembali kegiatan bimbingan kelompok. Adapun kegiatan pada tahap penutupan yaitu pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan diakhiri, anggota kelompok menyatakan kesan dan pesan, merencanakan kegiatan selanjutnya, mengucapakn terima kasih, berdoa, dan mengucapkan salam perpisahan.

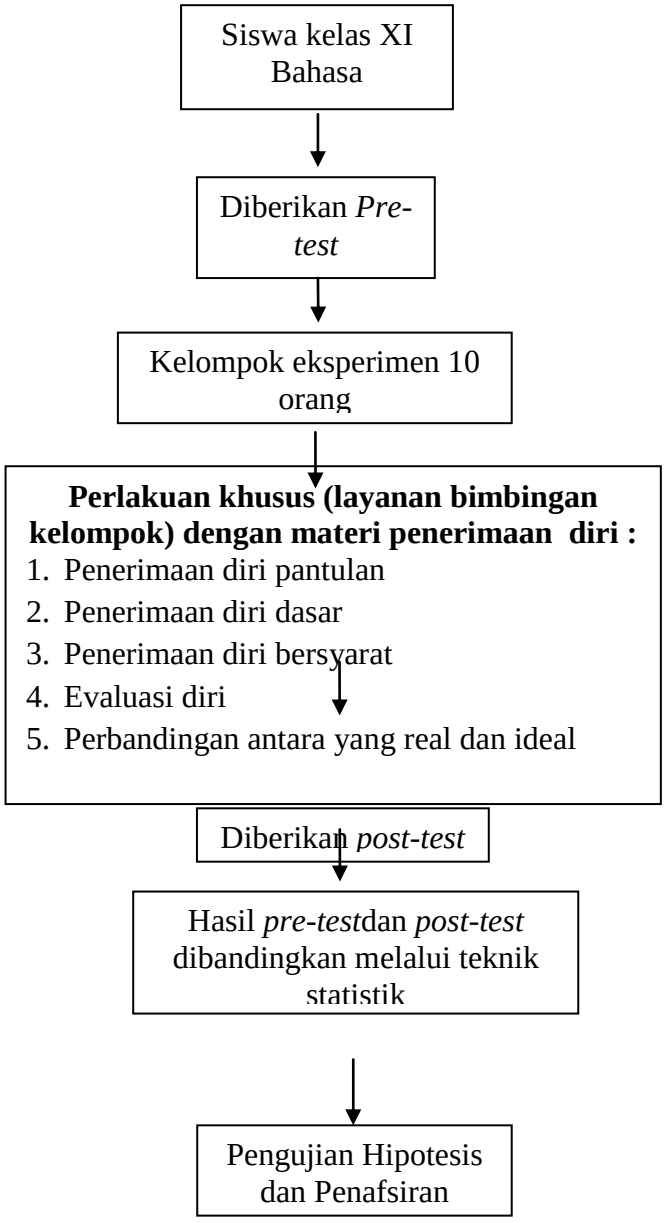
5. Efektifitas layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan penerimaan diri siswa

Penerimaan diri melihat bagaimana seseorang menerima dirinya sendiri sebagaimana adanya,tidak menolak bagian dari dirinya sendiri. Melalui bimbingan kolompok memberi kesempatan untuk seseorang menampilkan dirinya dan menerima dirinya sebagai mana mestinya. Bimbingan kelompok berperan dalam pengembangan keterampilan sosial, kemampuan mengatasi/memecahkan berbagai masalah, serta penerimaan diri (Prayitno, 1995:187) mengatakan melalui layanan bimbingan kelompok dapat dibahas berbagai hal yang sangat beragam (dan tidak terbatas) yang berguna bagi siswa (dalam keempat bidang bimbingan, yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir). Materi yang dibahas mengenai penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial dan budaya, serta permasalahannya)

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, bahwa melalui layanan bimbingan kelompok dapat membantu penerimaan diri siswa kearah positif. Sehingga siswa dapat menerima dirinya sebagaimana mestinya

C. Kerangka Konseptual

Penelitian ini dibangun dengan kerangka konseptual sebagai berikut:



Gambar 1 : Kerangka konseptual tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penerimaan diri siswa

Berdasarkan kerangka konseptual dijelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana penerimaan diri siswa kelas XI Bahasa SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Apakah terdapat perbedaan perolehan skor penerimaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini adalahterdapat perbedaan tentang peningkatan penerimaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok *(pretest)* dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok *(posttest).*

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data atau hasil penelitian yang diperoleh setelah melakukan analisis statistik dan uji hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Penerimaan Diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dilihat dari hasil *Pre-Test* yang diberikan berada pada kategori rendah dengan persentase 63,13% hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok subjek berada pada kategori rendah.
2. Penerimaan Diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dilihat dari hasil *Post-Test* yang diberikan berada pada kategori sedang dengan persentase 85,8%, hal ini menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara penerimaan diri siswa sebelum (*Pre-test*) dan sesudah (*Post-test*). Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penerimaan diri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Guru BK/Konselor, untuk terus meningkatkan dan mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok untuk membantu siswa dalam meningkatkan penerimaan diri kearah yang positif.

2. Kepala Sekolah, untuk lebih memperhatikan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, terutama dalam penyediaan dan pengadaan sarana dan prasarana belajar umumnya seperti alat-alat yang dibutuhkan Guru BK/Konselor dalam membantu mengembangkan kompetensi siswa dan mendorong Guru BK/Konselor untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok.
3. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, sebagai bahan evaluasi dan mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok.
4. Bagi siswa yang telah mengikuti layanan bimbingan kelompok yang memperoleh informasi dan wawasan tentang perencanaan arah karir supaya dapat berbagi ilmu dengan siswa lainnya. Sedangkan bagi siswa yang belum mendapatkan layanan bimbingan kelompok untuk dapat mengikuti layanan yang diberikan Guru BK dengan baik untuk membantu mengarahkan penerimaan diri kearah yang lebih baik.
5. Bagi peneliti lainnya untuk bisa meneliti aspek lain untuk penelitian yang serupa akan tetapi dilatar belakangi oleh konteks yang berbeda agar dapat membandingkan temuan dari hasil penelitian ini yaitu mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

KEPUSTAKAAN

A Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.

_____. 2013. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.

Anas Sudijono. 1998.*Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Achmad Juntika Nurihsan. 2005. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling.* Bandung: Refika Aditama.

Bimo Walgito. 2010. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier)*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Burn. 1993. *Konsep Diri: teori, pengukuran, perkembangan, dan perilaku.*Alih bahasa Eddy. Jakarta: Arcan.

Cholid Narbuko dan Abu Achmadi. 2003. *Metodologi Penelitian.* Jakarta: Bumi Aksara.

Cox, Gill & Dainow, Sheila. 1996. *Kembangkan Diri Anda Sepenuhnya*. Jakarta:Arcan.

Dewa Ketut Sukardi & Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Dewa Ketut Sukardi. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta:Rineka Cipta.

Diah Sri Wulandari. (2003). "Hubungan antara penerimaan diri dengan daya tahan stres pada penyandang cacat tubuh". *Jurnal Indigeneous*. 7(2). Hlm. 1-13.

Dini Pramitha Susanti, Siti Mufattahah, & Anita Zulkaida. (2008). "Penerimaan Diri Pada Istri Pertama Dalam Keluarga Poligami Yang Tinggal Dalam Satu Rumah". *Jurnal.* Diakses pada tanggal 7 Juni 2010 dari Http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Arti_kel10502073.pdf.

Davies, Martin F. (2008). "Irrational Beliefs And Unconditional Self- Acceptance, The Relative Importance OF Different Types Of Irrational Belief." *Journal Of Rational- Emotive & Cognitive- Behavior Therapy*. 26 (2). Hlm .102-118.

Djaali. (2009). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.

Eki Vina Nurvina, Siswati, Kartika Sari Dewi. (2008). Penerimaan diri pada penderita Epilepsi. *Jurnal.* http://eprints.undip.ac.id/10783/1/jurnal/pdf diakses 16 juni 2010.

Elida Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.

Gunarsa, S.D. & Gunarsa, Y.S. 1995. *Psikologi Perawatan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hurlock, Elizabeth. 1996. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Jhonson, David W. 1993. Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self Actualization, Fith edition, USA, Allyn and Bacon. *Journal psychology*. Vol

Kartika Novvida. 2007. "Penerimaan Diri dan Stress Pada Penderita Diabetes

Koswara. 1991. *Teori-teori Kepribadian*.Bandung: Ersco.

Muryantinah Mulyo Handayani, Sofia Ratnawati, & Avin Fadilia Helmi. 1998. "*Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri*." Jurnal psikologi, 2. Hlm. 47-55.

Nurul Zuriah. 2009. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Padang: Ghalia Indonesia

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2012. *Jenis layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling.* Padang:UNP.

Prayitno. 2006. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: UNP.

_____, 2004, *Layanan L1*

_____, 1997. *Buku II Peyanan Bimbingan dan Konseling Sekolah. Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP).* Jakarta: PT. Bina Sumber Daya MIPA.

Robert.L.Gibson dan Marianne H. Mithchell.2011.*bimbingan dan konseling*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.

Riduwan.2010. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*.Bandung: Alfabeta

Santrock, John W. 2003. *Adolescene Perkembangan Remaja*. Diterjemahkan olehSherly Saragih. Jakarta: Erlangga.

Suardiman. 1988. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Studing

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Administrasi.* Bandung: Alfabeta

Suharsimi Arikunto. 1996. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
_____. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
_____. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan dan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

Sukardi. 2011. *Metodologi Penelitian: Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara
Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
Sumadi Suryabrata. 2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Syaifuddin Azwar. 2011. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Taufik. 2013. "Pengembangan Kemampuan Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Kelompok." *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* (Volume XIII No 1). Hlm. 96-97.

Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: Rajawali Pers.

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah.* Jakarta: RajaGrafindo Persada.
Tulus Winarsunu. 2012. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan.* Malang: UMM Press.
Theo, Riyanto. 2006. *jadikan Dirimu Bahagia*. Yogyakarta : Bandung

Ulfa Riskiana. (2008). *Penerimaan Diri Pada Remaja Penderita Leukimia Gunadarma*."Jurnal. Diakses pada tanggal 7 juni 2010 dari

http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/arti kel 10504186.pdf.

Wahid Sulaiman. 2003. *Statistik Non-Parametrik: contoh kasus dan pemecahannya dengan SPSS.* Yogyakarta: Andi.

Winkel. 1991. *Psikologi Pengajaran.* Jakarta: Grasindo.

Wahyu Pertiwi. 2010. *Pengaruh Dukungan Sosial Pegawai Lapas Sebagai Wali Terhadap Penerimaan Diri Anak Didik di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Anak Blitar*. Jurnal