

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tidak ada manusia yang diciptakan tanpa kekurangan. Karena pada dasarnya kesempurnaan ini hanya milik Allah SWT. Untuk mencapai keharmonisan dan menghadapi kekurangan yang diberikan dibutuhkan sikap penerimaan diri baik kelebihan maupun kekurangan dirinya. Kebutuhan dan kewajiban manusia agar dapat menjalani kehidupan salah satunya yaitu menerima dirinya, karena menerima diri berarti menerima keadaan dirinya dan mampu beradaptasi dengan lingkungannya.

Penerimaan diri bukan hanya menerima secara fisiologis namun juga secara psikologis. Ia harus mampu menerima keadaan yang dihadapinya, karena memang setiap manusia tidak akan lepas dari berbagai masalah. Dengan adanya penerimaan diri manusia akan mampu mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan lebih sempurna dan individu dapat mengembangkan segala potensi dan yang mereka miliki secara lebih optimal.

Suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani itu yang disebut penerimaan diri. Siswa yang bisa menerima dirinya akan merasa percaya diri, tidak menolak dirinya apabila memiliki kelemahan dan kekurangan, merasa dirinya berharga dan tidak merasa *insecure*.

Tidak adanya rasa penerimaan diri siswa cenderung tidak percaya atas kemampuan yang dimilikinya, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, dia tidak menganggap dirinya hebat bahkan merasa abnormal, selalu merasa tidak bertanggung jawab bahkan ingin menganiyaya diri sendiri. Tumbuh kembang siswa menjadi terhambat dan kurang optimal, dengan kata lain siswa menjadi pribadi yang tidak bisa bersyukur dan selalu merasa bahwa dia tidak pantas hidup.

Menurut Dariyo (2007: 205) Penerimaan diri (*Self – acceptance*) ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap diri sendiri. Hasil analisa atau penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri.

Sedangkan Chaplin (2005: 205) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, serta pengetahuan-pengetahuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.

Dari pendapat kedua ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah suatu kemampuan atau sikap yang dimana individu mampu menerima keberadaan dirinya sendiri serta merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, serta pengetahuan-pengetahuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Dan semua itu menjadikan suatu penilaian diri sendiri untuk mengambil suatu keputusan.

Berdasarkan hasil observasi peneliti yang dilaksanakan pada hari Rabu, 6 November 2019 terhadap siswa kelas X di SMKN 2 Kudus Tahun Pelajaran

2019/2020, hasilnya peneliti menemukan berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa, mulai dari masalah yang kecil sampe masalah yang terbilang cukup rumit, mulai dari masalah dalam bidang pribadi, sosial, belajar, maupun karir. Dari berbagai berbagai masalah yang ada tersebut, yang paling sering dijumpai oleh peneliti yaitu kurangnya rasa penerimaan diri pada siswa dengan ciri-ciri siswa belum bisa menghargai diri sendiri, belum bisa percaya diri, belum mampu menilai diri serta mengoreksi diri, belum mampu jujur pada diri sendiri dan orang lain, belum mandiri dan berpendirian, belum menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, belum bangga menjadi diri sendiri, belum memanfaatkan kemampuannya dengan efektif, belum bisa bertanggung jawab, dan juga masih mengikuti standart pola hidup orang lain.

Penerimaan diri yang masih kurang pada kelas X SMKN 2 Kudus disebabkan kurangnya rasa percaya diri, dan siswa juga masih dalam tahap penyesuaian diri terhadap sekolah baru mereka yang saat ini memasuki tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Siswa butuh penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya, mengenal situasi sekolah, memahami tanggung jawabnya di sekolah, menyesuaikan dengan peraturan sekolah, dan sebagainya. Jadi tingkat penerimaan diri siswa masih rendah dibanding kelas XI dan XII SMKN 2 Kudus yang sudah lebih menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.

Namun tidak semua kelas X SMKN 2 Kudus memiliki rasa penerimaan diri yang kurang, ada beberapa siswa yang sudah menerima dirinya dengan baik dari segi kelebihan maupun kekurangannya dan juga menyesuaikan diri dengan baik. Rasa penerimaan diri yang rendah dan tidak diberikan treatment untuk

mengatasi rasa tersebut, maka rasa itu bisa jadi berlanjut ke tingkatan kelas bahkan ke jenjang selanjutnya. Untuk mencegah hal yang tidak diinginkan atau untuk meminimalisir masalah yang nantinya dijumpai siswa terkait dengan penerimaan diri mereka, maka perlu adanya penanganan khusus dari guru bimbingan dan konseling di sekolah agar perkembangan siswa optimal.

Selain hasil observasi peneliti, penelitian ini didukung juga dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada hari Rabu tanggal 6 November 2019 terhadap guru bimbingan dan konseling kelas X yaitu Bapak Adi yang bertempat di ruang bimbingan konseling SMKN 2 Kudus. Berdasarkan wawancara tersebut hasilnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama merupakan metode bimbingan kelompok yang sudah pernah dilaksanakan kepada siswa kelas X SMKN 2 Kudus namun belum optimal hasilnya. Teknik sosiodrama ini merupakan salah satu teknik dari sekian banyak teknik bimbingan kelompok yang digunakan peneliti dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa.

Berdasarkan hasil observasi dengan siswa dan wawancara dengan guru BK kelas X, peneliti berkeinginan untuk membantu siswa kelas X SMKN 2 Kudus dalam meningkatkan rasa penerimaan diri agar siswa menjadi lebih percaya diri dan bisa menyesuaikan diri di lingkungan sekitarnya. Diantara beberapa layanan yang bisa membantu dalam meningkatkan rasa penerimaan diri siswa yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama.

Menurut Wibowo (2005: 17) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Berdasarkan pendapat tersebut penerapan layanan bimbingan dan kelompok merupakan usaha yang diberikan oleh peneliti untuk membantu siswa kelas X SMKN 2 Kudus agar bisa meningkatkan rasa penerimaan diri siswa. Dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut siswa dibangun hubungan hangat dengan teman, dibangun keberaniannya dalam mengutarakan sebuah argumen, dilatih menjadi pribadi yang aktif, kritis serta *open mind*, membiasakan diri menghargai dan menghormati sesama, jujur terhadap diri sendiri, mampu memanfaatkan kemampuan dengan efektif, bertanggung jawab, mengikuti standart pola hidup serta tidak ikut-ikutan dan dengan meningkatkan rasa percaya diri siswa maka akan meningkatnya juga rasa penerimaan dirinya. Hasil dari pembahasan, pemahaman dan pengalaman baru kegiatan kelompok tersebut bisa diterapkan dilingkungan sosialnya.

Sedangkan teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok adalah teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama ini merupakan teknik yang digunakan peneliti dalam memberikan bekal pengalaman belajar yang menarik kepada siswa kelas X SMKN 2 Kudus untuk mengenali permasalahan siswa sendiri terkait dengan rasa penerimaan diri yang mereka miliki, serta menemukan jalan keluar dari permasalahan penerimaan diri tersebut.

Menurut Djumhur & Muh Surya (2001: 109) sosiodrama dipergunakan sebagai salah satu teknik untuk memecahkan masalah-masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama ini seseorang akan memerankan suatu peran tertentu dari situasi masalah sosial.

Penerimaan diri adalah masalah yang muncul pada diri sendiri dan bisa berdampak pada masalah sosialnya, ciri-cirinya yaitu siswa belum menerima kritikan orang lain, menganggap dirinya tidak sederajat dengan orang lain, tidak menghargai orang dan tidak mempunyai standart pola hidup. Maka dari itu, peneliti memilih sosiodrama sebagai teknik yang tepat untuk masalah penerimaan diri, dikarenakan ini ada kaitannya dengan masalah sosial dan fungsi sosiodrama adalah memecahkan masalah-masalah sosial dengan cara mendramatisir dan dalam kelompok anak bisa belajar berinteraksi sosial. Diharapkan siswa bisa mengatasi masalah tersebut, jika belum maksimal siswa akan diberikan layanan lanjutan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti bermaksud melakukan suatu penelitian yang berjudul “Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas X SMKN 2 Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas X SMKN 2 Kudus tahun pelajaran 2019/2020?
2. Bagaimana peningkatan penerimaan diri siswa kelas X SMKN 2 Kudus tahun pelajaran 2019/2020 setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Mendeskripsikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan penerimaan diri siswa kelas X SMKN 2 Kudus tahun pelajaran 2019/2020.
2. Diperolehnya peningkatan penerimaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X SMKN 2 Kudus tahun pelajaran 2019/2020.

1.4 Manfaat Penelitian

Melalui penelitian diharapkan hasilnya dapat bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, baik manfaat teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam pengembangan teknik dan pelayanan bimbingan dan konseling, khususnya bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar penentuan kebijakan pemberian fasilitasi layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok.

1.4.2.2 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling SMKN 2 Kudus dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk mengembangkan berbagai strategi layanan bimbingan kelompok dalam rangka meningkatkan rasa penerimaan diri siswa.

1.4.2.3 Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan kemampuan dan kreativitas yang dimiliki dalam meningkatkan kualitas pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah, dan memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan teori-teori tentang layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa penerimaan diri siswa.

1.4.2.4 Bagi Siswa

Siswa dapat menyelesaikan permasalahannya terutama yang berkaitan dengan rasa penerimaan diri siswa serta siswa bisa berkembang dengan optimal.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judulnya ini yaitu “Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama” maka variabel dalam penelitian ini yaitu bimbingan kelompok teknik sociodrama sebagai variabel bebas (X) dan meningkatkan penerimaan diri siswa sebagai variabel terikat (Y). Subjek yang digunakan adalah siswa kelas X SMKN 2 Kudus tahun pelajaran 2019/2020 yang berjumlah 8 siswa yang memiliki masalah kurangnya rasa penerimaan diri.

1.6 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami/menafsirkan definisi operasional variabel yang ada dalam judul penelitian yaitu “Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama”, maka definisi operasional penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

1.6.1 Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan konselor kepada sekelompok orang dengan menggunakan dinamika kelompok yang bertujuan agar individu mampu berkomunikasi dengan orang lain dengan tujuan tertentu. Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok dilaksanakan untuk meningkatkan

penerimaan diri siswa SMKN 2 Kudus dengan memberikan topik dan pemahaman yang berkaitan dengan pemahaman diri.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, ada seorang pemimpin kelompok yang akan membangun kedinamisan anggota kelompok melalui interaksi anggota kelompok tersebut untuk menerapkan teknik sosiodrama. Sosiodrama adalah teknik bermain peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal yang dilakukan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Melalui teknik sosiodrama diharapkan anak mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangannya.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan melalui empat tahap kegiatan, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Pada tahap kegiatan, peneliti menggunakan teknik sosiodrama yang nantinya diharapkan anak bisa mengontrol dan mengolah dirinya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan melalui dua siklus. Setiap siklusnya dilaksanakan tiga kali pertemuan sehingga dalam penelitian ini peneliti melaksanakan enam kali pertemuan dengan materi yang telah ditentukan.

1.6.2 Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima dirinya sendiri secara tenang, dengan segala kelebihan maupun kekurangan. Melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan penerimaan diri siswa X SMKN 2 Kudus. Individu yang mempunyai kurangnya penerimaan diri di SMKN 2 Kudus ini ditunjukkan dengan beberapa karakteristik

yaitu dengan belum percaya sendiri dan menghargai diri sendiri, diri siswa cenderung tidak percaya atas kemampuan yang dimilikinya, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, dia tidak menganggap dirinya hebat bahkan merasa abnormal, selalu merasa tidak bertanggung jawab bahkan ingin menganiyaya diri sendiri dan belum mengikuti standard pola hidupnya selalu ikut-ikutan.

