

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan zaman, banyaknya perubahan yang terjadi di seluruh dunia, baik secara positif begitu pula sebaliknya. Perubahan juga berdampak pada bidang pendidikan dimana seiring berjalannya waktu dengan teknologi yang semakin canggih terdapat inovasi-inovasi baru dan tidak harus melakukan proses belajar mengajar secara tatap muka di kelas. Perubahan ini juga terjadi pada peserta didik jenjang SMA yang dimana termasuk dalam masa remaja yang dimana pada periode ini terjadinya transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada proses transisi tersebut banyak terjadinya perubahan dan pembentukan dalam diri individu baik segi fisik maupun psikis. Pembentukan kepribadian seseorang juga termasuk di dalam proses tersebut, sehingga pada siswa SMA memerlukan adanya penerimaan diri (*Self Acceptance*) yang baik agar dapat berkembang secara optimal.

Siswa yang kurang dalam penerimaan diri yang baik akan sangat rentan merasa tertekan dan merasa sulit untuk bisa berkonsentrasi dalam berpikir, dapat melemahkan motivasi dan daya juang diri. Pada akhirnya siswa tidak mampu mengaktualisasikan kemampuannya dalam mengembangkan dirinya dengan baik. Beberapa sikap siswa yang kerap kali terjadi ketika memiliki penerimaan yang rendah yaitu minder dalam pergaulan, sikap menghindar dari teman sekelas dan ragu akan bagaimana dirinya menghadapi masa depan khususnya siswa sekolah menengah atas. Perkembangan belajar siswa akan terganggu jika dibiarkan begitu saja, siswa juga merasa sulit untuk mengaktualisasikan dirinya. Oleh karena

penerimaan diri yang rendah harus segera diatasi agar tidak menimbulkan hambatan pada perkembangan berikutnya. Hal ini juga diperkuat dengan hasil penyebaran angket yang dilakukan peneliti dengan Guru BK di SMAN 2 Kuta, Bali selama 2 Minggu dari Tanggal 5 September 2022 sampai dengan 19 September 2022, ditemukan (1) rasa kurang percaya diri dengan penampilan, (2) kurang percaya diri dengan keterampilan akademis maupun non akademis, (3) merasa kurang bisa bergaul dan cenderung menutup diri.

Menurut (APA *Dictionary of Psychology*, 2020) *self-acceptance* berarti mengakui, menerima, dan menghargai pencapaian maupun keterbatasan diri. *Self-acceptance* juga disebut sebagai komponen utama kesehatan mental suatu individu. Penerimaan diri (*Self-acceptance*) adalah kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Dalam menerima diri sendiri perlu adanya kesadaran bahwa mampu melihat fakta yang terjadi baik fisik maupun psikis, sekaligus kekurangan dan ketidak sempurnaan, tanpa ada kekecewaan. Tujuannya untuk merubah diri menjadi lebih baik. Penerimaan diri adalah “salah satu aspek yang penting pada seseorang. Dengan adanya penerimaan diri seseorang akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimilikinya. Adanya penerimaan diri akan membantu individu untuk dapat berfungsi secara ideal sehingga individu dapat mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan optimal.” Al-Mighwar dalam (Usman, I., Puluhalawa, M., & Smith, M. Bin. 2017) menyebutkan bahwa: “penerimaan adalah faktor yang penting dalam kebahagiaan, baik penerimaan diri sendiri maupun penerimaan sosial”. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa dalam mencapai kebahagiaan, individu harus memiliki penerimaan diri (*self acceptance*). Menurut

Husniyati dalam (Usman, I., Puluhulawa, M., & Smith, M. Bin. 2017) “Individu yang mempunyai penerimaan diri 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 tidak bahagia”.

Dari perubahan-perubahan yang terjadi, tenaga pendidik pun dituntut untuk mengembangkan diri dalam melaksanakan pembelajaran dan layanan yang akan diberikan kepada peserta didik di kelas. Hal ini berlaku pula kepada Layanan Bimbingan dan Konseling dimana layanan yang dilakukan oleh seorang yang mahir di bidangnya (guru bimbingan konseling, konselor) untuk membantu siswa agar dapat mengentaskan permasalahan yang dihadapinya. Pemberian layanan konseling berjalan secara spontan belum adanya panduan dalam pelaksanaannya, sehingga guru bimbingan konseling dituntut untuk memberikan inovasi-inovasi terbaru dalam proses pemberian layanan kepada peserta didik.

Salah satu strategi penanganan permasalahan tentang *Self Acceptance* yaitu dengan melaksanakan layanan konseling individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling. Pelaksanaan layanan konseling individu dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah saat ini perlu diadakannya pembaharuan serta modifikasi selama proses kegiatan, mengingat masih terdapat pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang masih belum optimal. Menurut Shaleh (2004) Teknik modeling adalah “teknik konseling dalam pendekatan behavioral yang berakar dari teori Albert Bandura dalam teori belajar sosial, yaitu teknik untuk merubah, menambah maupun mengurangi tingkah laku individu dengan belajar melalui observasi langsung (*observational learning*) untuk meniru perilaku orang

maupun tokoh yang ditiru (model) sehingga individu memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan.” Menurut Modeling simbolis disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video, film atau slide. dengan pendekatan Behavior teknik Modeling ini guru bk/konselor dapat membantu siswa mengentaskan masalah tentang penerimaan diri dan siswa dapat dengan nyaman menyampaikan permasalahannya. Dengan demikian pengentasan permasalahan siswa terkait *Self Acceptance* dapat teratasi dengan lebih efektif dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling khususnya konseling individu. Hal ini sejalan dengan penelitian penerapan teknik modeling untuk meningkatkan *self acceptance* peserta didik yaitu : penelitian yang dilakukan oleh (Sarmarianih Saragih, 2017) yang dilakukan di SMP Negeri 12 Pekanbaru yang mendapatkan hasil penerapan teknik modeling simbolik dapat meningkatkan *self acceptance* siswa di SMP Negeri 12 Pekanbaru.

Berdasarkan paparan diatas, maka peneliti ingin mengembangkan **“Pengembangan Panduan Konseling Individu Pendekatan Behavior Teknik Modeling untuk meningkatkan *Self Acceptance* siswa”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Terdapat permasalahan prestasi akademik siswa yang menurun akibat *self acceptance* siswa yang masih rendah
2. Belum terdapat panduan pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling berupa buku panduan di SMAN 2 KUTA
3. Perasaan negatif siswa yang timbul karena kurangnya penerimaan diri akibat kesalahan di masa lalu sehingga mempengaruhi prestasi belajar di sekolah

4. Selalu merasa gagal akibat prestasi yang dicapai lebih rendah dari siswa yang lain

1.3 Pembatasan Masalah

Pada penelitian ini permasalahan terbatas pada, yaitu :

1. Belum terdapat panduan pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling berupa buku panduan di SMAN 2 Kuta
2. Validitas internal dari buku panduan Konseling Individu pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *self acceptance* siswa
3. Efektivitas dari buku panduan Konseling Individu pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *self acceptance* siswa

1.4 Rumusan Masalah

1. Bagaimana rancang bangun buku panduan Konseling Individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *Self-Acceptance* siswa?
2. Bagaimana validitas isi dari buku panduan Konseling Individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *Self-Acceptance* siswa?
3. Bagaimana efektivitas dari buku panduan Konseling Individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *Self-Acceptance* siswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam pelaksanaan penelitian sesuai dengan latar belakang diatas sebagai berikut :

1. Untuk mendeskripsikan rancang bangun buku Panduan Konseling Individu

dengan Pendekatan Behavior teknik Modeling Terhadap *Self Acceptance* siswa

2. Untuk mengetahui validitas isi dari buku panduan Konseling Individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *Self-Acceptance* siswa
3. Untuk mengetahui efektivitas dari buku panduan Konseling Individu dengan pendekatan Behavior teknik Modeling untuk meningkatkan *Self-Acceptance* siswa

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan mampu menambah temuan terkait pengembangan panduan konseling individu dengan pendekatan behavior teknik modeling untuk meningkatkan self acceptance siswa

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah wawasan serta pengalaman melaksanakan penelitian berbasis pengembangan khususnya terkait pengembangan panduan konseling individu dengan pendekatan *Behavior* teknik *Modeling* untuk meningkatkan *self acceptance* siswa sekolah menengah atas

2. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru BK dalam

menerapkan layanan konseling individu dengan pendekatan *Behavior teknik Modeling* untuk meningkatkan *self acceptance* siswa sekolah menengah atas

1.7 Spesifikasi Produk

Produk penelitian ini adalah buku panduan konseling individu pendekatan behaviour teknik modeling untuk meningkatkan *self acceptance siswa*. Tujuan dibuatnya buku panduan ini adalah “membantu guru BK dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling di sekolah terutama pada siswa yang mengalami penerimaan diri yang rendah. Buku panduan ini menyajikan penjelasan terkait indikator *Self Acceptance*, teknik *Modeling* yang dapat diaplikasikan oleh guru BK dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling individu.”

