

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN *SELF ACCEPTANCE* SISWA KELAS XI MAN 2
YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

Oleh:

Ata Luthfa Af Idati

NIM 18102020022

Pembimbing

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.

NIP 19750427 200801 1 008

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2022

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1420/Un.02/DD/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN SELF ACCEPTANCE SISWA KELAS XI MAN 2 YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ATA LUTHFA AF IDATI
Nomor Induk Mahasiswa : 18102020022
Telah diujikan pada : Jumat, 26 Agustus 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 630d434043.7e



Penguji I

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 630e09c1e70d



Penguji II

Zaen Musyrifin, S.Sos.I.M.Pd.I.
SIGNED

Valid ID: 6309cc3ce4d1



Yogyakarta, 26 Agustus 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 630d5eb259726



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 589621.

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Ata Luthfa Af Idati

NIM : 18102020022

Judul Skripsi : Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI
MAN 2 Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 22 Agustus 2022

Mengetahui

Ketua Prodi BKI

Slamet, S.Ag., M.Si.

NIP. 196912121998031002

Pembimbing Skripsi

A. Saïd Hasan Basri, S.Psi., M.Si.

NIP. 19750427 200801 1 008

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Skripsi bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ata Luthfa Af Idati
NIM : 18102020022
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta” adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiat dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkan sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 15 Agustus 2022

Yang menyatakan,



Ata Luthfa Af Idati

NIM.18102020022

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk orang tua tercinta, Bapak Fadli dan Mamah Yanti yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan semangat, serta doa-doa yang selalu mengalir tak terhentikan.



MOTTO

فَارْفَعْ بِضَمِّمٍ وَأَنْصِبِنُ فَنَحَّا وَجُرْ # كَسْرًا كَذَكَرُ اللَّهِ عَبْدَهُ بِسُرْ

“Bercita-citalah setinggi langit, dan beretikalah yang mulia, serta rendahkanlah hatimu. Insya Allah akan mendapat kemudahan”.^{1*}



* Muhammad Nadjib Sadjak, *Tarjamah Al-Fiyah Ibni Malik Wa Syawahidiha Billughoh al-Indonesia* (Tuban: Kampoeng Kyai, 2015), hal. 7.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta”. Shalawat dan salam tetap turunkan kepada Rasulullah SAW yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala dan hambatan, namun berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak dan berkah dari Allah SWT sehingga kendala dan hambatan yang dihadapi tersebut dapat teratasi. Atas bantuan dan dukungan yang telah diberikan selama penelitian maupun dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Nailul Falah, S.Ag., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa telah memberikan dorongan dan motivasinya.

5. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan pengarahan dan membimbing dalam penulisan skripsi ini sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
6. Bapak Dr. H. Muhsin Kalida, S.Ag., M.A., M.Pd. selaku Dosen Penguji I dan Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Dosen Penguji II yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan pengarahan dalam melengkapi isi skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan kepada penulis selama proses perkuliahan.
8. Ibu Umi Sholikhatun, S.Pd. selaku guru bimbingan konseling di MAN 2 Yogyakarta yang telah membantu selama penelitian.
9. Keluarga tercinta, Dek Icha dan Dek Ayra yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan semangat, serta doa-doa yang selalu mengalir tak terhentikan.
10. Kalih Widyaningsih, Mbak Dina Aizah dan Mbak Tiwi yang selalu membantu dan memberikan semangat serta tidak bosan untuk berbagi keluh kesah dengan penulis.
11. Teman-teman seperjuangan di Pondok Pesantren Alluqmaniyyah Yogyakarta, khususnya seluruh anggota kamar 3 dan kelas Alfiyyah 2 yang senantiasa saling *support* memberikan dukungan dan semangat.
12. Teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2018 yang telah menemani selama perkuliahan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi penulis selanjutnya.

Yogyakarta, 21 Mei 2022

Penulis,



Ata Luthfa Af Idati

NIM 18102020022



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Ata Luthfa Af Idati (18102020022), Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2022.

Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa yang akan mengalami perubahan baik secara emosi, tubuh, minat dan perilaku. Dengan adanya perubahan yang dialami, membuat remaja mengalami banyak permasalahan. Peneliti menemukan fenomena tampak pada remaja zaman sekarang yang menunjukkan rendahnya *self acceptance* yang dimilikinya yaitu kurang percaya diri, kurang bersyukur, sering *insecure*, merasa tidak lebih dari yang lain dan merasa tidak berhasil serta putus asa ketika apa yang diperoleh tidak sesuai dengan harapannya. Fenomena tersebut tampak pada remaja ketika berada di lingkungan sosialnya. Dalam rangka meningkatkan *self acceptance* pada remaja khususnya siswa di sekolah, maka diberikan layanan bimbingan kelompok agar siswa memiliki nilai *self acceptance* lebih tinggi guna lebih sukses dalam menjalani kehidupannya untuk menggapai masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self acceptance* pada siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimen menggunakan *the one group pre-test post-test design*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala *self acceptance*. Analisis data menggunakan *paired sample T-test* dengan bantuan program *IBM SPSS 24.0 for Windows*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, menyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima yang dibuktikan dengan adanya perubahan dari skor rata-rata *pretest* 102,6333 dengan skor rata-rata *posttest* 104,4667 dan adanya nilai *paired T-test* sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self acceptance* pada siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta.

Kata Kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, *Self Acceptance*.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	9
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian	10
F. Kajian Pustaka	10
BAB II KERANGKA TEORI	19
A. Tinjauan tentang Layanan Bimbingan Kelompok	19
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	19
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	21
3. Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	22
4. Tahap-Tahap Layanan Bimbingan Kelompok	24
5. Metode Layanan Bimbingan Kelompok	32

6. Materi Umum Layanan Bimbingan Kelompok	37
7. Layanan Bimbingan Kelompok yang Efektif	38
B. Tinjauan tentang <i>Self Acceptance</i>	39
1. Pengertian tentang <i>Self Acceptance</i>	39
2. Ciri-Ciri <i>Self Acceptance</i>	40
3. Aspek-Aspek <i>Self Acceptance</i>	45
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Acceptance</i>	47
5. <i>Self Acceptance</i> dalam Perspektif Islam	50
C. Dinamika Hubungan antara Layanan Bimbingan Kelompok dengan <i>Self Acceptance</i>	51
D. Hipotesis	55
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Jenis Penelitian.....	56
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	57
C. Definisi Operasional	58
D. Populasi dan Sampel.....	60
E. Instrumen Penelitian	61
F. Metode Pengumpulan Data.....	63
G. Validitas dan Reliabilitas	65
H. Pelaksanaan dan Hasil Uji Coba.....	66
I. Metode Analisis Data.....	72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	74
A. Persiapan Penelitian (Proses Perizinan).....	74
B. Gambaran Umum MAN 2 Yogyakarta.....	74
C. Analisis Data.....	83

D. Pembahasan.....	88
BAB V PENUTUP.....	93
A. Kesimpulan	93
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Populasi Penelitian.....	61
Tabel 2	Kisi-kisi Skala <i>Self Acceptance</i>	62
Tabel 3	Kriteria Koefisien Reliabilitas	66
Tabel 4	Hasil Validitas Tiap Aitem Skala <i>Self Acceptance</i>	68
Tabel 5	Kisi-kisi Skala <i>Self Acceptance</i> yang Shahih dan Gugur Setelah Uji Coba	70
Tabel 6	Hasil Uji Reliabilitas.....	71
Tabel 7	Hasil Uji Normalitas	84
Tabel 8	Hasil Uji Mean <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	85
Tabel 9	Hasil Uji Korelasi dan Signifikansi	85
Tabel 10	Hasil Uji T.....	86
Tabel 11	Peningkatan Nilai <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	87

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri tanpa bantuan orang lain dan tak lepas dari kegiatan interaksi sosial di lingkungan, baik lingkungan dengan lingkup kecil seperti keluarga atau di lingkungan masyarakat luas. Dengan adanya interaksi sosial di lingkungan, sudah pasti terdapat banyak fenomena-fenomena sosial yang ditemukan. Hal ini ditandai dengan timbulnya permasalahan sosial yang mempengaruhi dan dipengaruhi oleh perilaku serta karakteristik setiap individu atau kelompok sosial di lingkungan kehidupannya. Permasalahan sosial dapat dialami oleh semua kalangan baik orang dewasa ataupun remaja.

Remaja yang dimaksud yaitu individu yang sedang berada di masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap dan perubahan fisik. Santrock mengemukakan bahwa masa remaja ialah periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional.¹ Pada saat remaja, individu akan banyak mengalami perubahan baik perubahan secara emosi, tubuh, minat, perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah. Dengan adanya perubahan-perubahan yang dialami, biasanya membuat individu mengalami banyak

¹ Jhon W. Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 23.

permasalahan baik itu permasalahan dari dalam diri individu atau permasalahan sosial dari lingkungan sekitar.

Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Nur Hidayah at'al mengatakan bahwa banyak remaja sekolah yang mengalami permasalahan yang berkaitan dengan penerimaan diri yaitu kurangnya rasa percaya diri, ketidaknyamanan dalam bersosialisasi, kurangnya bersyukur, merasa tidak lebih baik dari yang lain, merasa tidak ada yang bisa dibanggakan, merasa lebih rendah diri ketika bersama orang lain, tidak percaya diri mengungkapkan pendapat karena takut orang lain mengkritiknya dan yang paling sering dialami oleh remaja sekolah yaitu merasa tidak berhasil dan putus asa ketika apa yang diperoleh tidak sesuai dengan harapannya.² Hal tersebut diduga karena remaja memiliki konsep diri yang kurang positif sehingga mengakibatkan nilai penerimaan dirinya juga rendah.

Panut Panuju dan Ida Umami dalam bukunya menjelaskan bahwa remaja membutuhkan rasa diterima oleh orang-orang dalam lingkungannya, baik di rumah, di sekolah, maupun di lingkungan di mana individu hidup. Merasa diterima oleh orang tua dan keluarga merupakan faktor yang sangat penting untuk mencapai rasa diterima oleh masyarakat, karena individu merasa ada dukungan dan perhatian dari mereka.³ Hal tersebut merupakan motivasi yang sangat baik baginya untuk lebih sukses dan berhasil dalam kehidupannya.

² Nur Hidayah, Muhammad Arifin Ahmad, Kulasse Kanto, *The Development Of Personal Guidance Media Using The Challenge Card Game To Improve Students' Self Acceptance*, Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, Vol. 7 No. 2, 2021, hal. 41-50.

³ Panut Panuju & Ida Umami, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya, 1999), hal. 40.

Namun ketika ingin diterima oleh orang lain, dalam hal ini harus memiliki rasa penerimaan terhadap diri sendiri terlebih dahulu. Seperti yang dikemukakan oleh Hurlock bahwa jika individu hanya melihat dari satu sisi saja maka tidak mustahil akan muncul kepribadian yang timpang, semakin individu menyukai dirinya sendiri maka individu akan mampu menerima dirinya sendiri pula dan individu akan semakin diterima oleh orang lain.⁴

Penelitian yang dilakukan oleh Husniyati yang menggambarkan rendahnya penerimaan diri pada anak jalanan, mengatakan bahwa anak jalanan pada umumnya kurang dapat menerima orang lain yang masuk dalam lingkungan dirinya. Hal tersebut terlihat dari ketidaktertarikan anak jalanan untuk mengenal orang lain di luar lingkungan atau komunitasnya, karena ketika anak jalanan diajak berkenalan kemudian dirinya langsung menunjukkan sikap seperti tidak membutuhkan dan sulit menerima orang lain. Anak jalanan lebih memiliki sikap yang berbanding terbalik dengan seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik.⁵

Berdasarkan uraian di atas, artinya bahwa *self acceptance* memiliki nilai urgensi yang tinggi. *Self acceptance* sangat berpengaruh terhadap diri seseorang dan kehidupan yang dijalannya. Dengan adanya *self acceptance* positif yang melekat pada diri seseorang maka bisa secara optimal dalam mengaktualisasikan dan mengembangkan kemampuan serta potensi yang

⁴ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, ed 5, ter. Istiwidayanti dan Soedjarwo (Jakarta: Erlangga, 2011), hal. 434.

⁵ Dyah Naila Husniyati, *Pengaruh Konsep Diri terhadap Penerimaan Diri Anak Jalanan (Street Children) di RPSA Kota Semarang*, Skripsi (Semarang: Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNNES, 2009), hal. 9.

dimilikinya. Selain itu, seseorang yang memiliki *self acceptance* tinggi juga akan mempengaruhi kebahagiaan dalam hidupnya dan mampu untuk melestarikan hubungan baik dengan orang lain.

Tanpa adanya *self acceptance*, seseorang akan cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi di lingkungannya dan bisa membentuk kepribadian yang kurang baik pada dirinya. Hal ini senada dengan pendapat Husniyati di dalam penelitiannya mengatakan bahwa individu yang memiliki *self acceptance* rendah maka akan mudah putus asa, selalu menyalahkan dirinya, malu, rendah diri akan keadaannya, merasa tidak berarti dan merasa iri terhadap orang lain.⁶ Selain itu, dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Larisa A. Golovey *at'al* mengatakan bahwa remaja yang memiliki *self acceptance* rendah cenderung akan mengalami konflik intrapersonal.⁷

Plummer dalam Lany Fitri menjelaskan bahwa *self acceptance* merupakan aspek psikologis yang penting dalam membentuk kepribadian seseorang yang sehat.⁸ *Self acceptance* bukan merupakan aspek psikologis yang sudah ada sejak lahir, akan tetapi merupakan aspek yang dibentuk melalui interaksi sosial yang individu lakukan. Pada dasarnya dapat dilihat bahwa *self acceptance* mulai bisa terbentuk pada diri seseorang dari lingkungan keluarga, karena lingkungan keluarga merupakan lingkungan terdekat dengan individu

⁶ *Ibid.*, hal. 4.

⁷ Golovey, L.A., Danilova, M.V., Gruzdeva, I.A., Rykman, L.V., *Psychological Well-Being and Intra-personal Conflicts in Adolescence*, *Psychology in Russia: State of the Art*, 14(3), 2021, 132–146. DOI: 10.11621/pir.2021.0309.

⁸ Lany Fitri, Sunaryo Kartadinata, & Nanang Rusmana, *Efektivitas Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa*, *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, Vol. 2 No. 2, 2015, hal. 157.

tersebut. Kemudian hal itu akan berkembang dengan adanya interaksi individu dengan lingkungan yang lebih luas, seperti dengan guru dan teman-temannya di sekolah, lingkungan masyarakat sekitar, dan lain sebagainya. Dalam hal ini, sekolah juga berperan penting dalam meningkatkan *self acceptance* siswa.

Peran sekolah dianggap sangat komprehensif dalam mendidik anak. Siswa di sekolah pada umumnya tidak hanya belajar untuk mencapai prestasi akademiknya, tetapi juga perlu belajar bagaimana bersikap dalam menerima diri mereka sendiri, baik kelebihan atau kekurangan yang ada pada dirinya agar memiliki nilai *self acceptance* (penerimaan diri) yang tinggi dan lebih sukses dalam menjalani kehidupannya untuk mencapai masa depan. Peningkatan nilai *self acceptance* pada siswa akan sangat mampu dilakukan di sekolah. Sesuai dengan penelitian terdahulu mengenai peningkatan nilai *self acceptance* yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kotabumi dengan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa kelas XI yang mendapatkan hasil meningkatnya nilai penerimaan diri pada siswa dan terdapat perubahan perilaku yang signifikan setelah diberikan perlakuan.⁹ Sekolah sangat perlu mengupayakan agar nilai *self acceptance* dapat dimiliki oleh setiap siswa, sehingga siswa dapat bersikap dan berperilaku yang positif serta terhindar dari perilaku dan tindakan yang merugikan bagi dirinya. Perlu adanya teknik yang tepat yang dilakukan di sekolah, antara lain dengan menggunakan layanan bimbingan dan konseling

⁹ Ratu Zhafira Fajri, Yusmansyah, & Shinta Mayasari, *Peningkatan Penerimaan Diri Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa SMA Kelas XI* (Lampung: Universitas Lampung, 2019), hal. 14.

seperti layanan dasar dan layanan responsif yang di dalamnya terdapat layanan bimbingan kelompok.

Penyelenggaraan layanan bimbingan konseling di sekolah berpedoman pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, sehingga guru bimbingan dan konseling mempunyai arah penyelenggaraan kegiatan layanan bimbingan konseling dalam implementasi kurikulum 2013.¹⁰ Tatiek Romlah mengatakan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah serangkaian tindakan pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok yang ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.¹¹ Layanan bimbingan kelompok dinilai efektif untuk diberikan kepada siswa yang memiliki nilai *self acceptance* rendah. Melalui layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa secara optimal dapat mendapatkan pemahaman terkait *self acceptance* pada dirinya, sehingga nilai *self acceptance*-nya dapat meningkat. Hal tersebut juga sesuai dengan salah satu tujuan layanan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Binnet dalam Sri Narti yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik agar belajar hal-hal yang penting dan berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial agar peserta didik dapat

¹⁰ Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Kebudayaan Republik Indonesia.

¹¹ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok* (Malang: UNM, 2001), hal. 3.

mengembangkan dirinya terutama dalam memahami dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya.¹²

Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu untuk meningkatkan beberapa aspek kemampuan pada diri siswa. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Sofwan Adi Putra, Daharnis, dan Syahniar yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam upaya meningkatkan *self efficacy* siswa, dengan adanya perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok kondisi *self efficacy* siswa mengalami perubahan secara signifikan.¹³ Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Riska Nur Anisa, Yusmansyah, dan Diah Utamingsih mengemukakan juga bahwa layanan bimbingan kelompok juga dapat meningkatkan penyesuaian diri pada siswa dengan cara berinteraksi dengan anggota kelompok, mengelola emosi ketika berdiskusi secara terbuka dengan anggota kelompok, memotivasi diri dan berempati melalui cerita yang disampaikan oleh anggota kelompok.¹⁴ Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Erwin Erlangga yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok terhadap ketrampilan berkomunikasi yang ditandai dengan siswa dapat saling memahami dan saling mengerti, siswa dapat menghargai pendapat orang lain, siswa dapat berbicara

¹² Sri Narti, *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam* (Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2014).

¹³ Sofwan Adi Putra, Daharnis, & Syahniar, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa*, Jurnal Ilmiah Konseling, Vol. 2 No. 2, 2013, hal. 5.

¹⁴ Riska Nur Anisa, Yusmansyah, & Diah Utamingsih, *Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI* (Lampung: Universitas Lampung, 2018), hal. 12.

dengan sopan pada guru, tidak menyela pembicaraan, jika berbicara tidak menyinggung dan menyakiti hati orang lain baik disengaja maupun tidak disengaja, siswa aktif dalam kegiatan belajar mengajar, ketika berbicara di depan kelas siswa lebih percaya diri, dan tidak malu bertanya tentang materi yang disampaikan.¹⁵ Dengan melihat adanya beberapa penelitian yang terdahulu, peneliti memilih menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dinilai mampu untuk meningkatkan beberapa aspek dan kemampuan siswa.

Berdasarkan pra penelitian ditemukan bahwa masalah siswa yang berkaitan dengan nilai *self acceptance* selama satu semester memiliki prosentase rata-rata 5,2%. Apabila dilihat dari kehidupan sosial siswa di sekolah, terdapat siswa yang masih memiliki nilai *self acceptance* rendah dikarenakan siswa masih belum bisa menerima adanya perbedaan dengan siswa lainnya mengenai jam belajar harus lebih banyak, adanya tuntutan bahwa secara akademik harus lebih baik dari yang lainnya, latar belakang masing-masing siswa yang berbeda, terutama kelas XI yang sedang berada di masa transisi cenderung mengalami permasalahan *self acceptance*. Akibatnya siswa mengalami tekanan dalam dirinya. Hal tersebut menjadi alasan peneliti memilih MAN 2 Yogyakarta sebagai lokasi penelitian, selain alasan tersebut peneliti juga ingin menerapkan layanan bimbingan kelompok yang berbasis islam di MAN 2 Yogyakarta yang mana siswa-siswinya juga mendapatkan

¹⁵ Erwin Erlangga, *Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa*, Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 4 No. 1, 2018, hal. 155.

mata pelajaran mengenai agama islam yang lebih banyak dibandingkan sekolah-sekolah selain madrasah. Peneliti ingin mencoba menerapkan layanan bimbingan kelompok untuk menyelesaikan permasalahan siswa di sekolah tersebut. Dengan informasi tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta”.

B. Batasan Masalah

Batasan masalah digunakan agar penelitian lebih terarah dan tidak meluas dari pembahasan yang dimaksudkan. Dalam hal ini, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu meningkatkan *self acceptance* melalui perlakuan layanan bimbingan kelompok di MAN 2 Yogyakarta. Sampel yang diberikan layanan bimbingan kelompok yaitu siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta yang dipilih dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*, kemudian melakukan *pretest* untuk mengetahui nilai *self acceptance* dan *posttest* untuk melihat hasil akhir setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang masalah tersebut, maka peneliti membuat rumusan masalah yaitu bagaimana keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self acceptance* pada siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini dapat dilihat dari rumusan masalah yang sudah tertulis di atas, bahwa tujuannya adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self acceptance* pada siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran dan keilmuan bagi ilmu pengetahuan di bidang Bimbingan Konseling Islam, khususnya bagi pengembangan teori layanan bimbingan kelompok dalam pelaksanaan program bimbingan konseling.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini sebagai bahan masukan untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok dalam pengembangan program layanan bimbingan dan konseling dan memberikan layanan yang tepat untuk siswa-siswa yang memiliki *self acceptance* yang rendah.

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka dalam penelitian ini berisi beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian ini dan menjadi acuan sebagai gabungan keotentikan penelitian. Selain itu, kajian pustaka berguna untuk

menghindari terjadinya *plagiarism* dan mengisi celah-celah dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Adapun beberapa penelitian yang menjadi acuan pustaka sebagai komparasi keotentikan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pertama, penelitian karya Akbar Heriyadi yang berjudul “Meningkatkan Penerimaan Diri (*Self Acceptance*) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013”. Lokasi penelitian di SMP Negeri 1 Bantarbolang dengan populasi siswa seluruh kelas VIII. Alasan pemilihan kelas VIII sebagai populasi penelitian karena terdapat fenomena siswa yang memiliki *self acceptance* rendah yang ditunjukkan dengan beberapa sikap seperti suka menyendiri, kurang percaya diri atau minder, tidak bisa menerima kritik dan tidak memiliki keyakinan untuk mampu menjalani kehidupan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test design*. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kerendahan *self acceptance* siswa sebelum mendapatkan konseling individu realita termasuk dalam kriteria rendah dengan persentase 48%, kemudian setelah mendapatkan konseling individu realita siswa mengalami peningkatan menjadi 64% dengan kriteria sedang. Dengan demikian terjadi perubahan positif sebesar 16%. Dengan kata lain bahwa konseling individu realita dapat mengubah *self acceptance* rendah pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bantarbolang.¹⁶

¹⁶ Akbar Heriyadi, *Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013*, Skripsi (Semarang: Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNNES, 2013).

Terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbar Heriyadi yaitu pada variabel X, Akbar Heriyadi mengambil variabel X berupa konseling individu realita, sedangkan peneliti mengambil variabel X berupa bimbingan kelompok. Perbedaan juga terdapat pada populasi yang digunakan, Akbar Heriyadi mengambil kelas VIII SMP sebagai populasi penelitian sedangkan peneliti mengambil kelas X dan XI MA.

Kedua, penelitian karya Muhammad Walimsyah Sitorus yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri”. Lokasi penelitian di SMA N 1 Babelan dengan populasi yang diambil adalah seluruh siswa/siswi kelas X yang berjumlah 355 orang, kemudian diambil sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berjumlah 20 orang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment*. Pada penelitian ini diperoleh hasil *pretest* penerimaan diri rendah yang dimiliki oleh 20 siswa yang kemudian dibagi ke dalam 2 kelompok, yaitu 10 orang pada kelompok eksperimen dengan metode permainan dan 10 orang pada kelompok kontrol. Skor capaian rata-rata sebelum diberikannya perlakuan pada kelompok eksperimen 90,9, setelah diberikan perlakuan skor capaian rata-rata siswa meningkat menjadi 138. Hal ini mengindikasikan adanya pengaruh metode permainan dalam meningkatkan penerimaan diri siswa/siswi. Sedangkan pada kelompok kontrol, terjadi peningkatan dari 94 menjadi 99. Peningkatan yang terjadi pada kelompok kontrol lebih kecil. Secara keseluruhan dapat diambil kesimpulan bahwa kelompok eksperimen dengan metode permainan mengalami pengaruh yang

lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang tidak menggunakan metode permainan.¹⁷

Perbedaan dengan penelitian ini adalah terdapat pada desain penelitian yang digunakan. Peneliti menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest* sedangkan penelitian Walimsyah Sitorus menggunakan *quasi eksperimen* dengan desain *pretest dan posttest control group design*.

Ketiga, penelitian karya Gea Rahmalia Putri, yang berjudul “Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Santri”. Lokasi penelitian bertempat di Pondok Pesantren Islam 76 Garut. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif analisis dengan pendekatan kualitatif. Pada penelitian ini diperoleh hasil metode bimbingan untuk meningkatkan *self acceptance* yaitu dengan metode latihan, permainan, diskusi dan sosiodrama. Materi dalam kegiatan bimbingan kelompok merupakan isi yang akan disampaikan kepada santri agar mampu meningkatkan *self acceptance* yang ada pada diri santri dan mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi tentunya disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan santri yaitu menyelipkan mengenai *self acceptance* santri dengan lingkungan pesantren. Dengan dilaksanakannya program bimbingan kelompok di pondok Pesantren Persatuan Islam 76 Garut dinilai tepat dan sesuai untuk meningkatkan *self acceptance* pada santri sehingga santri mengalami peningkatan dalam kepercayaan diri, mampu menerima kekurangan pada

¹⁷ Muhammad Walimsyah Sitorus, *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri*, Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Vol. 8, No. 2, 2019, hal. 85.

dirinya, bertanggung jawab atas apa yang dimilikinya, serta memiliki sikap rendah hati.¹⁸

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada metode penelitian yang digunakan. Peneliti menggunakan metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif, sedangkan pada penelitian Gea Rahmalia Putri menggunakan metode penelitian dengan pendekatan kualitatif.

Keempat, penelitian karya Addahri Hafidz Awlawi, yang berjudul “Teknik Bermain Peran pada Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Esteem*”. Lokasi penelitian bertempat di SMA Negeri 8 Kota Padang dengan populasi seluruh siswa kelas X yang berjumlah 295 orang. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan menggunakan *pretest dan posttest control group design*. Pada penelitian ini diperoleh hasil *pre test* bahwa kondisi *self esteem* siswa SMA Negeri 8 Kota Padang tergolong kategori rendah, namun setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik *role playing* kepada kelompok eksperimen, tingkat *self esteem* menjadi meningkat dimana siswa yang semula memiliki *self esteem* rendah (60%) dan sangat rendah (40%) *self esteem*nya meningkat menjadi sangat tinggi (20%), tinggi (50%), dan sedang (30%). Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*, meskipun mengalami peningkatan *self esteem*, namun peningkatan yang terjadi tidak sebaik peningkatan yang terjadi

¹⁸ Gea Rahmalia Putri, *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self Acceptance Santri*, Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol. 6, No. 2, 2018, 185-202.

pada kelompok eksperimen.¹⁹ Dalam hal ini, berdasarkan pengaruh *role playing* terhadap *self esteem* membuktikan bahwa kelompok eksperimen mengalami pengaruh yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing*.

Penelitian ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self esteem* dengan menggunakan metode penelitian *quasi experiment* sedangkan peneliti membuktikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self acceptance* dengan metode penelitian *pre experiment*, sehingga kedua penelitian ini sangat berbeda.

Kelima, penelitian karya Noor Jannah yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Rantau”. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yang dilakukan terhadap guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Rantau. Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dinilai tepat untuk membantu peserta didik dalam pemilihan ekstrakurikuler peserta didik di SMP Negeri 1 Rantau. Layanan bimbingan kelompok juga dilaksanakan sesuai program yang telah dibuat dan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan, layanan bimbingan kelompok diberikan untuk seluruh peserta didik dan dilaksanakan di ruang bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini

¹⁹ Addahri Hafidz Awlawi, *Teknik Bermain Peran pada Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self Esteem*, Jurnal Ilmiah Konseling, Vol. 2, No. 1, 2013, 182-190

adalah bentuk layanan bimbingan yang diberikan kepada kelompok-kelompok kecil yang beranggotakan 5 sampai 12 peserta didik yang dimaksudkan untuk membantu peserta didik merespons kebutuhan dan minatnya.²⁰

Terdapat perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada metode penelitian. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian Noor Jannah dengan menggunakan pendekatan kualitatif, sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Perbedaan juga terdapat pada variabel Y, Noor Jannah memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dalam pemilihan ekstrakurikuler pada peserta didik SMP, sedangkan peneliti memanfaatkan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self acceptance* pada peserta didik.

Keenam, penelitian karya Sofwan Adi Putra, Daharnis, dan Syahniar, yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa”. Lokasi penelitian ini bertempat di SMA Yasmida Ambarawa dengan populasi seluruh siswa kelas XI kemudian diambil sampel dengan teknik *non random sampling* yaitu dengan metode *purposive sampling* yang menghasilkan hasil jumlah sampel menjadi 13 siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian *quasi experiment*. Hasil dari penelitian ini adalah diperoleh hasil bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam upaya meningkatkan *self efficacy* siswa. Hal ini dapat dibuktikan dengan melihat hasil pretest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang mana kelompok eksperimen memiliki

²⁰ Noor Jannah, *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Rantau*, Jurnal Mahasiswa BK An-Nur, Vol. 1 No. 1, 2015.

nilai tingkat *self efficacy* rata-rata adalah 152,84 sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tingkat *self efficacy* sebesar 152,23. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok kepada kelompok eksperimen, tingkat *self efficacy* siswa menjadi meningkat menjadi berada pada rata-rata 199,23. Terjadi peningkatan *self efficacy* siswa sebanyak 30,35% setelah diberikan perlakuan. Sedangkan untuk kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan kondisi *self efficacy* siswa kelompok kontrol yang tanpa diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Siswa yang pada saat *pretest* berada pada rata-rata 152,23 setelah perlakuan menjadi berada pada rata-rata 155,76. Terjadi peningkatan *self efficacy* siswa sebanyak 2,31% setelah diberikan perlakuan. Dapat disimpulkan bahwa kondisi *self efficacy* kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok mengalami perubahan secara signifikan dan lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan bimbingan kelompok.²¹

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada metode penelitian yang digunakan. Peneliti menggunakan metode penelitian *pre experiment* sedangkan penelitian Sofwan Adi Putra, Daharnis, dan Syahniar menggunakan *quasi experiment*. Perbedaan juga terdapat pada aspek psikologis yang ingin ditingkatkan. Penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan aspek psikologis berupa *self efficacy* sedangkan peneliti

²¹ Sofwan Adi Putra, dkk, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa*, Jurnal Ilmiah Konseling, Vol. 2 No. 2, 2013.

menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self acceptance*.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian pada kajian pustaka di atas yang membahas tentang teori layanan bimbingan kelompok dan meningkatkan *self acceptance*, peneliti menemukan bahwa adanya perbedaan satu sama lain pada masing-masing penelitian di atas, sehingga penelitian terdahulu tidak ada yang sama persis dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa penelitian berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Acceptance* Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta” belum pernah diteliti, dan peneliti berusaha lebih memfokuskan penelitian ini pada keefektifan pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa dalam rangka meningkatkan *self acceptance*.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dinilai efektif untuk meningkatkan *self acceptance* siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta karena adanya peningkatan antara nilai rata-rata hasil *pretest* dan *posttest*, yang menunjukkan rata-rata *pretest* sebesar 102,6333 dan rata-rata *posttest* sebesar 104,4667. Hal ini dipengaruhi oleh keberhasilan layanan bimbingan kelompok yang diberikan, karena dalam pelaksanaannya siswa sangat responsif terhadap kegiatan tersebut yang dimulai dari kegiatan pemahaman materi tentang *self acceptance*, ciri-ciri *self acceptance* yang baik, mencari tahu bagaimana cara menerapkan *self acceptance*, bermain tentang afirmasi positif pada diri sendiri, serta siswa diminta untuk bebas mengungkapkan berbagai perasaan dan pengalamannya yang sempat tidak bisa tersampaikan dengan cara menuliskannya di kertas. Dari berbagai kegiatan tersebut, artinya layanan bimbingan kelompok yang diberikan berdampak positif karena dapat meningkatkan *self acceptance* siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan mulai dari penelitian sampai penutup, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi MAN 2 Yogyakarta

Peneliti berharap MAN 2 Yogyakarta terus untuk meningkatkan fasilitas madrasah agar dapat membantu untuk meningkatkan berbagai aspek dan

kemampuan siswa dalam perkembangan pada diri siswa sehingga siswa dapat lebih sukses dalam menjalani kehidupannya untuk menggapai masa depannya.

2. Bagi Guru Bimbingan Konseling MAN 2 Yogyakarta

Peneliti berharap guru bimbingan konseling MAN 2 Yogyakarta dapat meningkatkan berbagai pelayanan bimbingan konseling bagi siswa MAN 2 Yogyakarta dengan menggunakan metode-metode dan media lainnya yang lebih efektif untuk membantu siswa dalam meningkatkan aspek *self acceptance* pada dirinya atau meningkatkan aspek-aspek dan kemampuan siswa lainnya.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk bisa menyempurnakan penelitian ini dan meneliti lebih jauh tentang *self acceptance* dengan memperhatikan variabel lain yang mempengaruhi *self acceptance* siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ghazali , Imam. *Ihya 'Ulumuddin* . Semarang: Asy Syifa, 1994.
- Anisa, Riska Nur, Yusmansyah dan Diah Utaminingsih. *Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI*. Lampung: Universitas Lampung, 2018.
- Ardilla, Fauziya dan Ike Herdiana. “Penerimaan Diri pada Narapidana Wanita.” *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol. 2 No.1 (2013).
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2019.
- Arikunto, Suharsimi. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- Awlawi, Addahri Hafidz. “Teknik Bermain Peran pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self Esteem.” *Jurnal Ilmiah Konseling*, Vol.2 No.1 (2013).
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2002.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian* . Yogyakarta: Pustaka Belajar , 2014.
- Basri, Said Hasan. *Variabel Psikologis dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2021
- Chaplin, J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Dariyo, Agoes. *Psikologi Perkembangan* . Bandung: Refika Aditama, 2007.
- Erlangga, Erwin. “Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa.” *Jurnal Ilmiah Psikolog*, Vol. 4 No. 1 (2018).

- Fajri , Ratu Zhafira, Yasmansyah dan Shinta Mayasari . *Peningkatan Penerimaan Diri dengan Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI* . Lampung: Universitas Lampung, 2019.
- Fitri, Lany, Sunaryo Kartadinata dan Nanang Rusmana . “Efektivitas Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa .” *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran, Vol. 2 No. 2* (2015).
- Florentina, R.S. “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas VIII SMP Santa Maria Fatima.” *Jurnal Psiko-Edukasi Vol.6 No. 1* (2008).
- Furqon. *Statistika Terapan Untuk Penelitian* . Bandung: Alfabeta, 2009.
- Golovey, L.A, et al. “Psychological Well-Being and Intrapersonal Conflicts in Adolescence.” *Psychology in Russia: State of the Art, 14(3)* (2021): 132-146.
- Hartinah, Sitti. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama, 2009.
- Hasan, Iqbal. *Analisis Data dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2004.
- Heriyadi , Akbar . “Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013.” *Skripsi* . Semarang: Jurusan Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNNES, 2013.
- Hidayah, Nur, Muhammad Arifin Ahmad dan Kulasse Kanto. “The Development Of Personal Guidance Media USing The Challenge Card To IMprove Students Self Acceptance .” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, Vol. 7 No. 2* (2021): 41-50.
- Hurlock, ELizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan ed 5, ter.Istiwidayanti dan Soedjarwo*. Jakarta: Erlangga, 2011.
- Husniyati, Dyah Naila. “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Penerimaan Diri Anak Jalanan (Street Children) di RSPA Kota Semarang .” *Skripsi*. Semarang: Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNNES, 2009.

- Jannah, Noor. "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP N 1 Rantau." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, Vol. 1 No.1 (2015).
- Kalida, Muhsin. *Langkah-Langkah Bimbingan Konseling Islam bagi Anak dan Remaja*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2022.
- Karim, Imam Abi Qasim 'Abdul. *Ar-Risalah Qusyairiyah*. Mesir: Maktabah Matbaah Musthofa Albaby Alhalby, 1999.
- Luddin, Abu Bakar M. *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*. Medan: Perdana Mulya Sarana, 2010.
- Machdan. "Self Acceptance, Anxiety, Individual With Disability ." *Jurnal Psikologi Klinik dan Kesehatan Mental*, Vol. 1 No. 2 (2012).
- Melinda, Endah. "Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Konformitas Terhadap Intensi Merokok pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda ." *Jurnal Psikologi*, Vol. 1 No. 1 (2013).
- Narti, Sri. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2014.
- Noor, Marzuki, Nurul Atieka dan Iin Yunisa. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penerimaan Diri pada Remaja di Desa Mataram Baru Sukadana Lampung Timur." *Counseling Millennial Journal*, Vol. 1 No. 2 (2020).
- Nurgiyantoro, Burhan. *Statistik Terapan Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2012.
- Panuju, Panut dan Ida Umami. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya, 1999.

- Pranoto, Hadi . “Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMAN 1 Sungkai Utama Lampung Utara .” *Jurnal Lentera Pendidikan, Vol. 1 No. 1* (2016).
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2017.
- Putra, Sofwan Adi , Daharnis dan Syahniar. “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa .” *Jurnal Ilmiah Konseling, Vol. 2 No. 2* (2013).
- Putri, Gea Rahmalia. “Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self Acceptance Santri .” *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, Vol. 6 No. 2* (2018).
- Rasimin dan Muhammad Hamdi. *Bimbingan dan Konseling Kelompok* . Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2018.
- Romlah, Tatiek. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: UNM, 2001.
- Ryff, C.D. *Psychology Well Being: Ensyclopedia of Gerontology (Vol.2)*. Madison: Academia Press, 2004.
- Santrock, Jhon W. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2002.
- . *Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, 2012.
- Sitorus, Muhammad Walimsyah . “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri .” *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Vol. 8 No. 2* (2019).

Sitorus, Muhammad Walimsyah. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri." *Jurnal Penelitian* (2019): vol 8:2.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, 2018.

—. *Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2018.

—. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2019.

Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Supratiknya. *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius, 1995.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.

Warni, Eka Septia dan Firman. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Peningkatan Self Regulated Learning Siswa Pengguna Game Online ." *Jurnal Neo Konseling, Vol. 2 No. 3* (2020).

Yusuf, Muri. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenamedia Group, 2014.