

**PENGALAMAN GURU BK DALAM MENANGANI SISWA  
YANG MENGALAMI MASALAH PENERIMAAN DIRI  
DI SMPN 03 REJANG LEBONG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata-1 (S-1)**



**OLEH:**  
**HERLIN DARLENA**  
**NIM. 21641007**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP  
2025**

## PENGAJUAN SKRIPSI

Hai: Pengajuan Skripsi

Kepada

Yth. Ketua Program Studi

di-Curup

*Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Setelah diadakan pemeriksaan dan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat skripsi saudari Herlin Darlena (21641007) mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam IAIN Curup yang berjudul: "PENGALAMAN GURU BK DALAM MENANGANI SISWA YANG MENGALAMI MASALAH PENERIMAAN DIRI DI SMPN 03 REJANG LEBONG", sudah dapat diajukan dalam Munaqasyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Demikian permohonan ini kami ajukan. Terimakasih.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Curup, 8 Desember 2025

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Dr. Dewi Purnama Sari, M. Pd  
NIP. 197509192005012004

  
Hastha Purna Putra, M. Pd. Kons  
NIP. 197608272009031002

## **PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

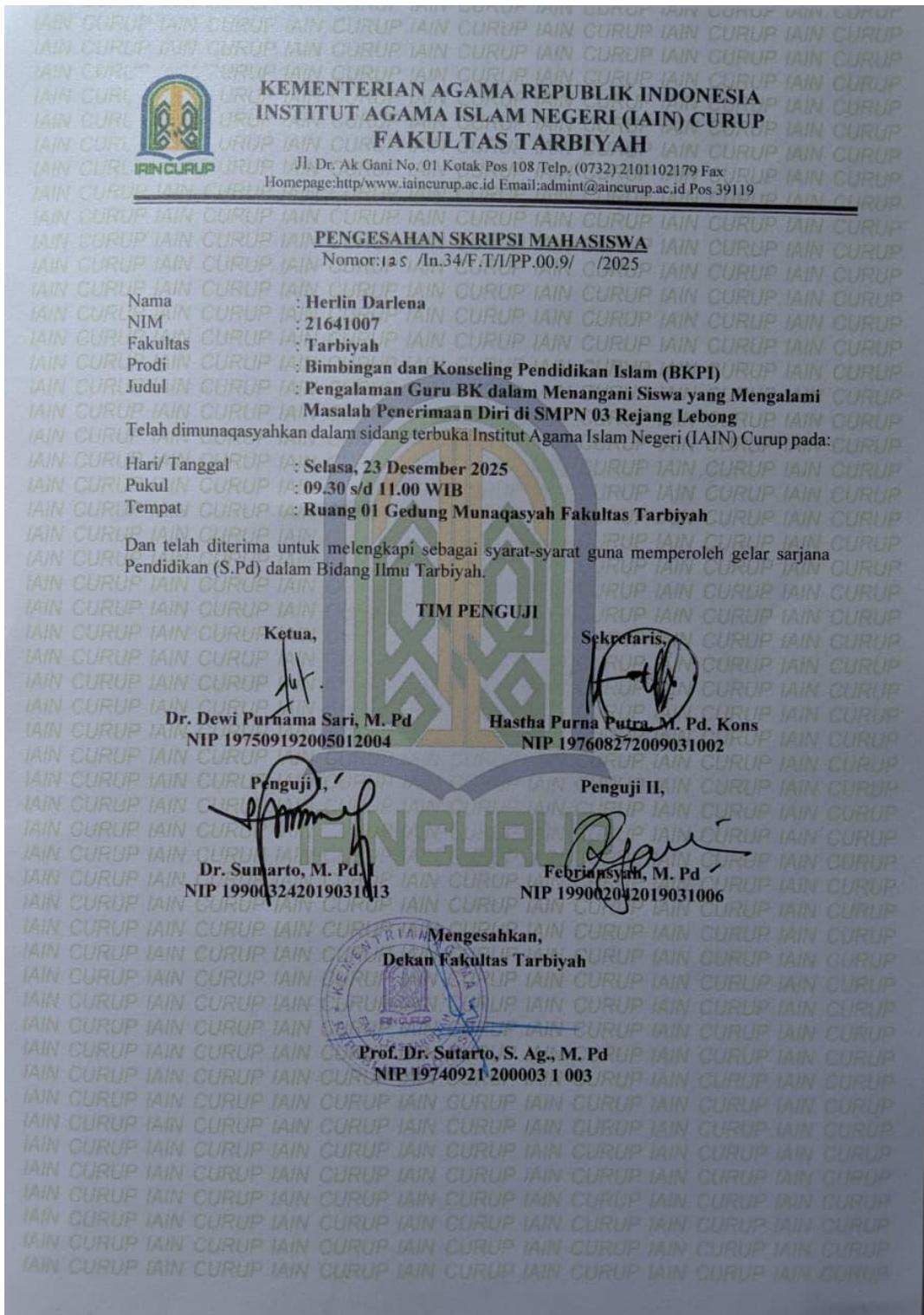
Nama : Herlin Darlena  
Nim : 21641007  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : Pengalaman Guru BK dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini bukan merupakan karya yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diajukan atau menjadi rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam referensi. Apabila kemudian terbukti pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima hukuman atau sanksi dengan peraturan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, semoga dapat dipergunakan sebagai semestinya.

Curup, 5 Desember 2025

Penulis,

Herlin Darlena  
NIM. 21641007



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **PENGALAMAN GURU BK DALAM MENANGANI SISWA YANG MENGALAMI MASALAH PENERIMAAN DIRI DI SMPN 03 REJANG LEBONG**. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad Saw, keluarga, dan sahabatnya hingga hari akhir.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini, terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr Idi Warsah, M. Pd.I., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.
2. Bapak Prof. Dr. Yusufri, M. Ag selaku Wakil Rektor I, Bapak Prof. Dr. M. Isti, M.E.I selaku Wakil Rektor II, Bapak Dr. Nelson, S.Ag., M.Pd.I selaku Wakil Rektor III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.
3. Bapak Dr. Sutarto, S. Ag., M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Curup
4. Bapak Febriansyah, M. Pd, selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

5. Ibu Dr. Dina Hajja Ristianti, M.Pd. Kons selaku Pembimbing Akademik.
6. Ibu Dr. Dewi Purnama Sari, M. Pd, selaku pembimbing I yang sudah banyak membimbing serta mengarahkan penulis, terimakasih atas dukungan, doa, waktu, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Hastha Purna Putra, M. Pd., Kons, selaku pembimbing II yang sudah banyak membimbing serta mengarahkan penulis, terimakasih atas dukungan, doa, waktu, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen IAIN Curup yang telah memberikan ilmunya selama berkuliah di IAIN Curup.
9. Kepala Sekolah beserta dewan guru dan siswa/i SMPN 03 Rejang Lebong yang telah memberikan izin dan membantunya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari, bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna. Penulis juga sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Demikian semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi penulis dan pembaca.

*Aamiin Ya Rabbal'alamin.*

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Curup, 4 Agustus 2025

Penulis,

**Herlin Darlena**  
**NIM. 21641007**

# MOTTO

**“Langkah perlahan tetap berharga, selama  
tak berhenti menapakinya.”**

**(Herlin Darlena)**

Katakanlah, “wahai hamba-hamba-ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri! Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya .

Sungguh, dialah yang Maha pengampun, Maha penyayang”

**(Q.S Az-zumar 39:53)**

## **PERSEMBAHAN**

*Bismillahirrahmanirrahim,*

Alhamdulillahi rabbil 'alamiin, segala puji bagi yang maha kuasa penulis ucapan atas semua nikmat yang diberikan Allah SWT. Penulis persembahkan karya sederhana ini sebagai bentuk perjuangan, penghargaan, cinta dan bukti tanggung jawab terhadap sosok-sosok istimewa yang senantiasa mendukung penulis dibalik layar. Beribu terimakasih dan rasa hormat kupersembahkan karya sederhanaku ini:

1. Untuk Allah Subhanahu wa Ta'ala,ya tuhanku. Kepada-Mu aku berserah dan bersyukur. Hanya dengan rahmat, pertolongan, dan kasih sayang-Mu aku mampu melalui setiap tantangan dan menyelesaikan skripsi ini. Segala yang baik berasal dari-Mu, dan kepada-Mu semua perjuangan ini aku kembalikan.
2. Untuk makku tersayang Rubia dan bakku Arpan Sisuandi yang senantiasa melimpahkan kasih sayang yang nyata dengan pembuktian. Terimakasih atas doa, dukungan dan untuk semua perjuangan yang kalian berikan dan kasih sayang yang tak terucap namun selalu ku rasakan lewat hal-hal yang kalian usahakan untuk terjaminnya kebahagiaan dihidupku. Semoga pencapaian ini menjadi hal terindah dan membanggakan untuk kalian rasakan.
3. Untuk diriku sendiri Herlin Darlena, terimakasih sudah bertahan, terimakasih karena tetap menyelesaikan tanggung jawab ini, terimakasih karena tetap berjuang meskipun sebenarnya kamu lelah. Mencapai ini tidaklah mudah meski harus tertatih dan semua keterbatasan yang kamu lalui, kamu telah

hebat sudah menyelesaikan semua ini. Semoga hal baik selalu menghampiri.

Aamiin.

4. Untuk ayukku Armaizah, Yunara, dan kakakku Wilyan sinetra terimakasih telah menjadi bagian pendukung dibalik layarku, maaf untuk hal yang belum bisa kamu banggakan dari adikmu mu ini semoga kita selalu menjadi orang baik, sehat dan berkah rezeki.
5. Untuk teman-temanku didunia perkuliahan, yang mewarnai hari-hari dalam perjalanan menyelesaikan studi ini. Teman-teman prodi BKPI, Girlfriend dan teman-teman masa KKN, PPL, PLK-LS, dan semua yang terlibat semasa penulis menjalankan perkuliahan. Terimakasih untuk hal baik, indah dan membahagiakan yang telah kalian lukis di kisah hidup penulis.
6. Untuk keluarga besar Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI), Yang telah menjadi rumah intelektual dan spiritual selama saya menempuh pendidikan. Terima kasih atas ilmu, ruang, dan semangat yang selalu menginspirasi.

## ABSTRAK

**Herlin Darlena (21641007)**, judul skripsi “**Pengalaman Guru BK dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong**”. Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam. Angkatan 2021 IAIN Curup.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh siswa yang mengalami masalah penerimaan diri yang kurang baik, seperti merasa minder, tidak percaya diri, menarik diri dari pergaulan, hingga penurunan motivasi belajar. Fenomena tersebut menuntut peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk membantu siswa memahami dan menerima diri secara lebih positif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di SMP Negeri 03 Rejang Lebong.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan guru Bimbingan dan Konseling, empat siswa kelas Sembilan, tiga siswa kelas delapan dan lima siswa kelas tujuh. Teknik analisis data dilakukan dengan pengumpulan data, mereduksi data, menyajikan data dan menarik kesimpulan. Validitas data diperoleh melalui triangulasi sumber. Teknik dan waktu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK menemukan berbagai bentuk masalah penerimaan diri pada siswa, seperti rasa minder terhadap fisik, kurang percaya diri, kesulitan bergaul, serta dampak akademik berupa penurunan nilai. Untuk menangani hal tersebut, guru BK memberikan konseling individual dengan pendekatan empatik, membantu siswa mengenali potensi dirinya, serta melaksanakan bimbingan kelompok jika perlu dan pemberian motivasi. Guru BK juga bekerja sama dengan wali kelas dan orang tua untuk memperkuat dukungan bagi siswa. Hambatan yang muncul antara lain, pengaruh keluarga, ejekan teman sebaya, dan keterbatasan waktu. Meski demikian, guru BK tetap melakukan pendampingan dan tindak lanjut agar siswa dapat mencapai penerimaan diri yang lebih baik.

**Kata Kunci:** Pengalaman Guru BK, Penerimaan Diri, Siswa SMP

## DAFTAR ISI

<b>PENGAJUAN SKIRIPSI .....</b>	i
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....</b>	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	iii
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	iv
<b>MOTTO .....</b>	vi
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	vii
<b>Abstak .....</b>	ix
<b>Daftar isi .....</b>	x
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Batasan Masalah .....	8
C. Rumusan Masalah .....	8
D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	11
A. <b>PENGALAMAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING.....</b>	11
1. Pengalaman .....	11
2. Kompetensi Pedagogik dan Profesional Guru BK .....	12
3. Sikap Ramah Guru BK .....	14
4. Peran dan Tugas Guru BK .....	15
5. Peran Guru BK terkait perkembangan penerimaan diri siswa.....	22
B. <b>PENERIMA DIRI .....</b>	25
a. Pengertian .....	25
b. Tujuan penerimaan diri .....	29
c. Ciri-ciri penerimaan diri.....	30
d. Aspek-aspek penerimaan diri.....	34

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penerimaan Diri .....	36
f. Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri.....	41
<b>C. PENELITIAN RELEVAN .....</b>	<b>45</b>
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN .....</b>	<b>49</b>
A. Jenis Penelitian.....	49
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	50
C. Jenis dan Sumber Data .....	50
D. Teknik Pengumpulan Data.....	51
E. Teknik Keabsahan Data .....	54
F. Teknik Analisis Data.....	55
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>58</b>
<b>A. . PROFIL SEKOLAH .....</b>	<b>58</b>
1. Sejarah berdirinya SMP Negeri 03 Rejang Lebong .....	58
2. Letak Geografis SMP Negeri 03 Rejang Lebong .....	58
3. Visi dan Misi SMPN 03 Rejang Lebong .....	59
4. Daftar Guru BK di SMP Negeri 03 Rejang Lebong .....	60
<b>B. HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>61</b>
1. Bagaimana pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.....	61
2. Masalah penerimaan diri yang dialami siswa .....	74
3. Bagaimana hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri tersebut. ....	91
<b>C. PEMBAHASAN .....</b>	<b>101</b>
1. Pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri. ....	101
2. Masalah penerimaan diri yang dialami siswa SMP	

Negeri 03 Rejang Lebong.....	104
3. Hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri. .....	107
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>110</b>
a. Kesimpulan .....	110
b. Saran .....	112
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>113</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Ketika usia anak beranjak ke jenjang sekolah menengah pertama (SMP) atau sederajat, maka pada masa ini ada perubahan perilaku yang dirasakan berbeda dibanding pada saat mereka masih duduk di sekolah dasar (SD). Masa setelah sekolah dasar dan menuju masa sekolah menengah (SMP) adalah masa siswa ini mulai menginjak masa awal remaja. Masa remaja mengandung beraneka ragam kesan, ada yang mengatakan masa remaja seperti layaknya masa perkembangan lainnya.<sup>1</sup>

Dalam banyak hal masa remaja merupakan masa yang selalu menyusahkan, tetapi ada yang lebih positif bahwa masa remaja harus dimanfaatkan sebagai salah satu sumber daya manusia. Hal ini dimaklumi karena masa ini energi yang mereka miliki masih dalam kondisi prima sehingga bila dikondisikan secara positif maka tentu akan berdampak positif pula. Demikian pula sebaliknya bila segala potensi, fitalitas, semangat patriotis, harapan bangsa sebagai penerus generasi tetapi bila pertumbuhan remaja tidak dikondisikan terutama oleh orang tua dan tumbuh dengan sendiri tentu harapan itu masih dalam tanda tanya. Kurangnya perhatian dari orang tua mengenai jiwa anak dapat menimbulkan perselisihan paham akhirnya timbul konflik antara remaja

---

<sup>1</sup> Erhansyah, "Mengatasi kenakalan remaja pada masa transisi", *Jurnal Tadrib*, Vol. 4 No. 2 (Desember 2018), hlm. 247

dengan orang tua dan selanjutnya terjadilah kesulitan remaja dalam menapak jalur hidupnya

Kesulitan dikarenakan mereka baru saja pada masa ini melepaskan status barunya yaitu lepas dari kanak-kanak menuju dewasa. Sejak kanak-kanak menjadi dewasa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sedangkan untuk memenuhi kebutuhan dari dalam dan dari luar anak perlu adanya kecakapan, kemampuan untuk dapat diterima di lingkungan. Dalam masa peralihan ini mereka seakan-akan tidak menentu, kadang-kadang masih terasa sebagai siswa sekolah dasar dan dianggap terlalu besar untuk anak-anak, tetapi sering disebut juga terlalu kecil untuk orang dewasa. Pemahaman mereka seperti ini tentu memerlukan penjelasan dan pemahaman agar mereka dapat melalui masa ini dengan kondisi yang terkendali. Status yang dilekatkan pada diri mereka yang belum permanen diakui keberadaannya menyebabkan mereka mendapatkan masalah baru dalam menentukan sikapnya sehari hari Senanda dengan ini menurut Zakiah Draijat remaja adalah masa peralihan di antara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang. Lebih jauh, remaja adalah saat dimana ia mencari penerimaan dari lingkungan, terutama dari teman sebaya atau sekelompok.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Zakiah Daradjat, “Ilmu Pendidikan Islam”, (Jakarta: Bumi aksara, 2000)

Masa remaja merupakan periode penting transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Ciri-cirinya banyak permasalahan yang dihadapi oleh anak remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Lilis Karlina mengungkapkan, masalah yang dihadapi oleh remaja antara lain pertumbuhan fisik yang cepat dan tantangan psikologis selama masa periode transisi, pencarian identitas diri dan gaya hidup yang sesuai, serta kenakalan remaja yang dianggap sebagai tindakan yang menyimpang. Selain itu, remaja juga menghadapi masalah seperti kesedihan, perlawanan, dan pertengkarannya dengan orang tua.<sup>3</sup> Para ahli biasanya mendefinisikan fase transisi masa remaja antara usia 12 hingga 21 tahun. Dalam rentang usia ini, masa remaja dapat dikategorikan lagi menjadi tiga tahap berbeda masa remaja awal, yang mencakup usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan, yang mencakup usia 15-18 tahun, dan remaja akhir yang mencakup usia 18-21 tahun.<sup>4</sup>

Dibalik banyaknya masalah yang terjadi pada masa transisi remaja, masa remaja juga harus memiliki tugas yang harus mereka kuasai yang dimana batasan usia remaja terdiri dari tiga fase yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-20 tahun). Pada periode ini individu telah mencapai kedewasaan secara seksual dan fisik, dengan perkembangan penalaran yang baik dan kemampuan membuat keputusan terkait pendidikan maupun okupasi. Pada masing-masing tahapan, terdapat berbagai macam perubahan yang berbeda antara

---

<sup>3</sup> Lilis Karlina, “Fenomena terjadinya kenakalan remaja,” *Jurnal pendidikan nonformal*, Vol. 1 No.1 4 Maret 2020, hlm. 149

<sup>4</sup> Desmita, “Psikologi Perkembangan”, (Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2012) Hlm. 190.

satu tahap dengan tahap lainnya.<sup>5</sup> Menurut Keliat, dkk tanda dan gejala dari remaja dari segi subjektif yaitu (1) remaja dapat menilai secara objektif kelebihan dan kekurangan, (2) memiliki sahabat, (3) merasa tertarik pada lawan jenis, (4) mengembangkan bakat yang disukai. Sedangkan dari segi objektif yaitu (1) bertanggung jawab pada tugas yang diberikan, (2) menemukan identitas diri yang objektif, (3) memiliki cita-cita masa depan, (4) mempunyai prestasi akademik, dan (5) mempunyai teman sebaya.<sup>6</sup>

Erik Erickson menyatakan tahap perkembangan remaja masuk kedalam tahap *identity vs. role confusion*, pencapaian tugas pada tahap ini adalah rasa percaya diri, stabilitas emosi dan pandangan tentang diri sebagai individu yang unik.<sup>7</sup> Erikson juga percaya bahwa kemampuan memotivasi sikap dan perbuatan dapat membantu perkembangan menjadi positif. Pada penelitian Indarjo mengatakan Kesehatan jiwa remaja merupakan hal yang penting dalam menentukan kualitas bangsa. Remaja yang tumbuh dalam lingkungan kondusif dan mendukung merupakan sumber daya manusia yang dapat menjadi aset bangsa yang tidak ternilai. Untuk menciptakan remaja berkualitas perlu dilakukan berbagai upaya tindakan nyata dengan cara mempersiapkan generasi muda yang kuat dan tahan dalam menghadapi berbagai macam tantangan hidup. Agar dapat

---

<sup>5</sup> Hockenberry, dkk., *Wongs nursing care of infants and children*. (Elsevier: St. Louis, 2019) , hal. 112

<sup>6</sup> Keliat, B. A, dkk., *Asuhan Keperawatan Jiwa*, (Jakarta: ECG, 2019) , op.cit. 112

<sup>7</sup> Townsend, M, “*Psychiatric Mental Health Nursing;concepst of care in evidence based practice*”(Davis company, 2014)

melalui masa remajanya dengan baik, sangat penting peran orang tua, guru, tokoh masyarakat dan masyarakat sekitarnya dalam memberikan bimbingan agar mereka dapat menerapkan penerimaan diri dengan baik, sehingga remaja dapat mengetahui serta menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya.

Individu yang mampu menerima dirinya akan melakukan evaluasi diri positif dengan menunjukkan rasa nyaman, peduli dan sadar akan karakteristiknya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan menganggap bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan. Dapat menggunakan kelebihan yang dimiliki dengan baik dan memandang kekurangan yang dimiliki sebagai hal yang normal dan menyadari bahwa setiap manusia pasti memiliki kekurangan. Remaja yang memiliki penerimaan diri akan mudah mendapatkan kebahagiaan karena remaja memiliki pandangan positif tentang kekurangan yang dimiliki, remaja yang memiliki penerimaan diri akan menampilkan keaslian dirinya sehingga akan terbentuk rasa percaya diri ketika berada di lingkungan dan saat berinteraksi dengan orang lain sedangkan remaja yang memiliki penerimaan diri rendah cenderung memiliki pandangan negatif tentang kekurangan yang dimiliki, hal tersebut menimbulkan dampak negatif seperti ketidakpercayaan diri, sulit bahagia dan rendah diri . Diperkuat dengan hasil penelitian, dampak yang terjadi apabila individu memiliki penerimaan diri rendah adalah individu menjadi rendah diri, memiliki ketidak percayaan diri, cenderung berprasangka negatif pada orang lain dan lingkungan sekitarnya, mengalami kesulitan dalam mengembangkan

potensi dalam diri serta menghadapi kendala dalam pencapaian tujuan dan kebahagiaan hidupnya.<sup>8</sup>

Alexandra Amanda Rizal, dkk dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa Hasil dari Tingkat Penerimaan diri pada siswa-siswi kelas VIII SMP Dapat diartikan bahwa terdapat 33% (16 item) yang capaian skor nya Sangat Tinggi, 54% (26 item) dengan capaian skor Tinggi, 13% (6 item) dengan capaian skor sedang serta Tidak ada capaian skor dalam kategori Rendah dan Sangat Rendah. Penulis dapat menarik kesimpulan bahwa Tingkat Penerimaan Diri pada siwa-siswi ini masuk dalam kategori Tinggi. Hasil ini menunjukan bahwa siswa-siswi di SMP Pangudi Luhur Wedi Klaten khususnya kelas VIII sudah mampu menerapkan aspek-aspek penerimaan diri dengan baik sehingga hasilnya adalah penerimaan diri siswa-siswi ini tinggi. Ditemukan faktor-faktor lain menurut Hurlock dalam Harum: a) memiliki pemahaman tentang diri sendiri, b) harapan yang realistik, c) Tidak adanya hambatan dilingkungannya, d) sikap-sikap anggota mayarakat yang menyenangkan, e) Tidak memiliki gangguan emosional yang berat, f) Adanya pengaruh dari kebersihan yang dialami, g) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, h) Adanya perspektif diri yang luas, i) Konsep diri yang stabil.

Rendahnya penerimaan diri terjadi pada setiap individu tidak terkecuali peserta didik. Tingkat penerimaan diri peserta didik di Indonesia

---

<sup>8</sup> Widiantoro, W, “*Meningkatkan pemahaman penerimaan diri melalui permainan menggambar jari sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada warga binaan*” (Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta, 2015), hlm. 131-135.

dengan persentase 18.3% berada pada kondisi penerimaan diri tinggi, 36.6% berada pada kondisi penerimaan diri sedang, dan 45.4% berada pada kondisi penerimaan diri rendah.<sup>9</sup> Rendahnya penerimaan diri merupakan permasalahan psikologis yang dapat dialami oleh siapa saja, termasuk peserta didik pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penerimaan diri yang rendah dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan siswa, mulai dari kepercayaan diri, interaksi sosial, hingga pencapaian akademik.

Fenomena ini juga tampak di SMP Negeri 03 Rejang Lebong. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) pada tanggal 23 mei 2025, diketahui bahwa masih terdapat beberapa siswa, khususnya di kelas VII E dan VII D, yang menunjukkan gejala penerimaan diri yang rendah. Guru BK menyampaikan bahwa siswa-siswa tersebut sering merasa kurang percaya diri terhadap kondisi fisik mereka, seperti merasa terlalu gemuk atau memiliki warna kulit yang gelap. Selain itu, terdapat pula siswa yang cenderung menutup diri dan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan teman sekelas.

Meskipun demikian, tidak semua siswa di SMP Negeri 03 Rejang Lebong mengalami permasalahan yang sama. Guru BK juga mengungkapkan bahwa siswa di kelas VII A secara umum menunjukkan sikap penerimaan diri yang lebih baik. Mereka dinilai mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka, serta memiliki

---

<sup>9</sup>Refnadi, “*Self-Acceptance of High School Students in Indonesia*,” Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Vol. 6 , no. 1 (2021): hlm. 3.

kemauan untuk memperbaiki diri tanpa terpuruk dalam perasaan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat penerimaan diri siswa di sekolah ini bersifat bervariasi dan tidak merata di semua kelas.<sup>10</sup> Temuan ini menjadi indikasi awal bahwa penerimaan diri masih menjadi persoalan penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam layanan bimbingan dan konseling. Peran guru BK sangat dibutuhkan untuk membantu siswa mengenali, memahami, dan menerima dirinya secara positif agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, baik secara pribadi maupun sosial.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan mengenai penerimaan diri siswa. Oleh karena itu, peneliti memilih judul skripsi "**Pengalaman Guru Bk dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong**"

## **B. Batasan Masalah**

Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak meluas, maka ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada murid kelas VII, kelas VIII dan kelas IX SMP Negeri 03 Rejang Lebong.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas, maka permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri

---

<sup>10</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr (salah satu guru bimbingan dan konseling) di SMP Negeri 03 Rejang Lebong

2. Apa saja masalah penerimaan diri yang dialami siswa
3. Bagaimana hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri tersebut

## **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang diinginkan penulis adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengalaman guru BK di SMPN 03 Rejang Lebong dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri
2. Untuk Mengetahui apa saja masalah penerimaan diri yang dialami oleh siswa di SMPN 03 Rejang Lebong
3. Untuk Mengetahui hasil bantuan yang diberikan guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri

### **2. Manfaat Penelitian**

#### a. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengetahuan dan menjadi referensi dalam pengembangan teori terkait penerimaan diri siswa dan peran guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkannya.

#### b. Secara Metodologis

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penerimaan diri siswa dan intervensi guru Bimbingan dan Konseling.

c. Secara Praktis

1) Bagi Siswa

Memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai penerimaan diri sehingga siswa dapat mengenali dan menerima kelebihan serta kekurangan dirinya.

2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Memberikan informasi yang berguna dalam merancang dan melaksanakan program atau strategi untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

3) Bagi Sekolah

Memberikan masukan yang bermanfaat dalam pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling serta peningkatan kualitas pendidikan di SMP Negeri 03 Rejang Lebong.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Pengalaman Guru Bimbingan dan Konseling**

##### **1. Pengalaman**

Pengalaman merupakan salah satu faktor yang menunjang bagi setiap individu maupun kelompok dalam bidang pekerjaan yang digeluti. Semakin banyak seseorang memperoleh pengalaman, maka semakin meningkat pula keahlian yang dimiliki seseorang.<sup>11</sup>

Nurmansyah menyatakan bahwa pengalaman adalah segala kejadian yang telah dialami dalam peristiwa hidup. Selain itu pengalaman juga dipahami sebagai proses untuk memperoleh suatu pengetahuan, wawasan maupun sikap dan keterampilan. Hal ini mengindikasikan bahwa pengalaman berkaitan dengan waktu dan kondisi yang dialami seseorang dalam menekuni suatu bidang, dari berlangsungnya dan banyaknya proses pengalaman maka seseorang akan mendapatkan pembelajaran mengenai kondisi, situasi dan permasalahan beserta jalan keluar dari setiap permasalahan yang dihadapi.<sup>12</sup> Pengalaman merupakan suatu proses pembelajaran dan penambahan perkembangan potensi bertingkah laku baik dari pendidikan formal maupun non formal atau bisa juga diartikan sebagai suatu proses yang membawa seseorang kepada suatu pola tingkah laku

---

<sup>11</sup> Dina Purnamasari dan Era Hernawati, “Pengaruh Etika Auditor, Pengalaman, Pengetahuan dan Perilaku Disfungsional Terhadap Kualitas Audit”, Jurnal Neo-Bis Vol.7 No.2 (2013), hlm. 4

<sup>12</sup> Nurmansyah, “Pengaruh Pelatihan dan Pengalaman Mengajar Terhadap Peningkatan Profesionalitas Guri di MTs Ummul Quro Al-Islami Bogor”, tesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, hlm. 32

yang lebih tinggi. Pengalaman akan membentuk seorang individu yang lebih bijaksana dalam berpikir maupun bertindak dikarenakan apa yang telah mereka lalui dan mereka akan lebih berhati-hati dalam bertindak ketika merasakan fatalnya melakukan kesalahan serta senang etika menemukan pemecahan masalah dan akan melakukan hal yang sama ketika terjadi permasalahan yang serupa.<sup>13</sup>

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pengalaman merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia sehari-harinya dan sangat berharga yang dapat dijadikan pedoman serta pembelajaran hidup pada setiap individu.

## **2. Kompetensi Pedagogik Dan Profesional Guru BK**

Kompetensi merupakan seperangkat pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang harus dimiliki oleh seorang guru dalam melaksanakan tugas profesionalnya. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen menyebutkan bahwa guru wajib memiliki empat kompetensi, yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional. Kompetensi pedagogik berkaitan dengan kemampuan guru dalam memahami karakteristik peserta didik, merancang dan melaksanakan pembelajaran atau layanan, serta melakukan evaluasi dan pengembangan potensi peserta didik (UU No.14 Tahun 2005).<sup>14</sup>

Dalam konteks guru Bimbingan dan Konseling, kompetensi pedagogik diartikan sebagai kemampuan konselor sekolah dalam memahami

---

<sup>13</sup> Elisha Muliani S. Dan Icuq Rangga B., “Pengaruh Independensi, Pengalaman, Due Professional Care dan Akuntabilitas Terhadap Kualitas Audit” Simposium Nasional Akuntansi XIII Purwokerto 2010, hlm.6-9

<sup>14</sup> Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen.

kondisi psikologis, perkembangan, serta kebutuhan peserta didik sebagai dasar dalam merancang dan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling. Menurut Permendiknas Nomor 27 Tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor, kompetensi pedagogik guru BK mencakup kemampuan memahami konseli secara mendalam, menguasai landasan teoretik pendidikan, serta mengaplikasikan prinsip perkembangan peserta didik dalam pemberian layanan.<sup>15</sup>

Sementara itu, kompetensi profesional merupakan kemampuan penguasaan materi keilmuan bimbingan dan konseling secara luas dan mendalam, termasuk penguasaan teori, teknik, dan prosedur layanan konseling. Menurut Prayitno dan Amti, kompetensi profesional guru BK tercermin dalam kemampuan mengintegrasikan teori konseling dengan praktik layanan di sekolah secara tepat, sistematis, dan beretika.<sup>3</sup> Dengan kompetensi profesional yang baik, guru BK mampu memberikan layanan yang sesuai dengan permasalahan siswa, termasuk masalah penerimaan diri.<sup>16</sup>

Dapat disimpulkan bahwa Kompetensi pedagogik guru BK berkaitan dengan kemampuan memahami karakteristik, kondisi psikologis, perkembangan, serta kebutuhan peserta didik sebagai dasar dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi layanan bimbingan dan konseling sesuai landasan teoretik dan prinsip

---

<sup>15</sup> Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 27 Tahun 2008 tentang *Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor*.

<sup>16</sup> Prayitno & Erman Amti. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

perkembangan. Sementara itu, kompetensi profesional berkaitan dengan penguasaan keilmuan, teori, teknik, dan prosedur konseling serta kemampuan mengintegrasikannya dalam praktik layanan secara sistematis dan beretika, sehingga guru BK mampu memberikan layanan yang tepat sesuai dengan permasalahan siswa, termasuk masalah penerimaan diri

### **3. Sikap Ramah Guru BK**

Sikap ramah merupakan bagian dari sikap dasar konselor yang berperan penting dalam membangun hubungan konseling yang efektif. Rogers menjelaskan bahwa hubungan konseling yang efektif ditandai oleh adanya empati, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan keaslian (*genuineness*).<sup>17</sup> Ketiga sikap ini tercermin dalam perilaku ramah, hangat, terbuka, serta tidak menghakimi konseli. Sikap ramah guru BK ditunjukkan melalui cara berkomunikasi yang santun, ekspresi wajah yang menenangkan, kesiapan mendengarkan, serta sikap menghargai perasaan dan pendapat siswa. Menurut Corey, sikap hangat dan empatik konselor dapat menciptakan rasa aman psikologis sehingga konseli merasa diterima dan berani mengungkapkan masalah yang dialaminya.<sup>18</sup>

Dalam lingkungan sekolah, sikap ramah guru BK sangat penting karena dapat mengurangi kecemasan siswa terhadap layanan konseling serta membangun kepercayaan. Yusuf dan Nurihsan menyatakan

---

<sup>17</sup> Rogers, C. R. (1957). *The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change*. Journal of Consulting Psychology.

<sup>18</sup> Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont: Brooks/Cole.

bahwa hubungan konselor dan konseli yang dilandasi sikap ramah, empatik, dan menghargai akan mendorong keterbukaan siswa dan meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling.<sup>19</sup> Dengan demikian, sikap ramah guru BK berperan sebagai faktor pendukung utama dalam membantu siswa, khususnya dalam mengatasi masalah penerimaan diri.

Dapat disimpulkan Sikap ramah merupakan salah satu sikap dasar konselor yang ditandai oleh adanya empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian, yang tercermin dalam perilaku hangat, terbuka, santun, serta tidak menghakimi konseli. Sikap ini mampu menciptakan rasa aman dan kepercayaan sehingga siswa merasa diterima dan berani mengungkapkan permasalahan yang dialaminya.

#### 4. Peran dan Tugas Guru BK

Secara teoritik, BK memiliki peran strategis dalam penguatan pendidikan karakter disekolah. Peran tersebut dapat diwujudkan melalui makna hakikat layanan dan realisasi program dan layanan BK. Hakikat layanan BK adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu siswa secara sistematis dan berkelanjutan oleh seorang ahli yang telah mendapatkan pelatihan khusus, agar individu yang dibantu dapat memahami diri dan lingkungannya, mengarahkan diri, menyesuaikan diri dan mengembangkan potensi yang dimilikinya

---

<sup>19</sup> Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2014). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

secara optimal, sesuai dengan nilai-nilai yang dianut, untuk mewujudkan kesejahteraan diri dan masyarakat.<sup>20</sup>

Menurut Desje Lattu membimbing dan mendidik tidak lepas dari tugas dan tanggung jawab guru termasuk guru BK. Sebagai tenaga pendidik guru BK mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah peserta didik. Kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan kegiatan untuk membantu peserta didik dalam upaya menemukan jati dirinya, penyesuaian terhadap lingkungan serta dapat merencanakan masa depannya sehingga, dapat berkembang secara optimal.<sup>21</sup>

Pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah menjadi tanggung jawab bersama antara personel sekolah, yaitu kepala sekolah, guru-guru, wali kelas, dan petugas lainnya. Kegiatan bimbingan konseling mencakup banyak aspek dari sistem pendidikan moral dan saling berkaitan, sehingga tidak memungkinkan jika layanan bimbingan dan konseling hanya menjadi tanggung jawab konselor saja, misalnya ada seseorang siswa yang memperoleh belajar rendah, maka semua pihak berperan untuk mendidik dan mengarahkan siswa tersebut untuk lebih sungguh-sungguh belajar sehingga dapat memperoleh hasil belajar yang baik.

---

<sup>20</sup> Suroso dan Salehudin, “Optimalisasi peran guru bimbingan dan konseling dalam pembentukan karakter siswa...hlm. 46.”

<sup>21</sup> Desje Lattu, “Peran guru bimbingan dan konseling pada sekolah penyelenggara pendidikan inklusi,” Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan vol. 2, no. 1 (13 Februari 2018): 63.

Peranan guru bimbingan dan konseling dalam pembentukan karakter disiplin siswa pada proses belajar mengajar di sekolah sangat diharapkan, karena bimbingan konseling memiliki andil yang penting dalam dunia pendidikan untuk mewujudkan cita-cita siswa, bimbingan konseling ikut mencerdaskan kehidupan bangsa melalui berbagai pelayanan kepadasiswa untuk pengembangan pribadi dan potensi mereka seoptimal mungkin serta peningkatan motivasi belajar siswa dalam meraih prestasi belajar yang lebih optimal.

Guru bimbingan konseling diharapkan memiliki kemampuan untuk melaksanakan tugasnya dengan baik dan benar sesuai dengan tuntutan dari dunia pendidikan itu sendiri. Guru sebagai pembimbing (konselor), dituntut untuk mengadakan pendekatan bukan saja melalui pendekatan instruksional akan tetapi diikuti dengan pendekatan yang bersifat pribadi dalam setiap proses belajar mengajar berlangsung. Dengan pendekatan pribadi semacam ini guru akan secara langsung mengenal dan memahami siswanya lebih mendalam sehingga dapat membantu dalam keseluruhan proses belajarnya.

Sesuai dengan peran guru sebagai pembimbing (konselor) maka dari seorang guru diharapkan akan dapat merespon segala tingkah laku siswa yang terjadi dalam proses pembelajaran yang berlangsung di dalam kelas dan membiasakan siswa untuk memiliki tingkah laku yang baik. Tercapainya peranan guru bimbingan konseling tersebut di atas, maka guru harus dipersiapkan agar dapat menolong siswa memecahkan masalahmasalah yang timbul antara siswa dengan orang

tuanya, dapat memperoleh keahlian dalam membina hubungan yang manusiawi, dapat mempersiapkan diri untuk berkomunikasi dan bekerjasama dengan bermacam-macam manusia.

Guru bimbingan konseling sangat berperan penting dalam memecahkan masalah siswa terutama pada saat berlangsungnya kegiatan pembelajaran dan pembentukan karakter disiplin siswa menjadi lebih baik sehingga keberhasilan belajar siswa dapat tercapai dengan baik. Peranan guru bimbingan dan konseling tersebut sangat penting dalam membantu siswa untuk mengenal dirinya terutama dalam meningkatkan kemampuan dan keyakinannya untuk meraih prestasi belajar yang lebih baik.

Bimbingan konseling harus diwujudkan sebagai tanggung jawab yang tidak dapat terlepas didalam kehidupan setiap sekolah khusus dalam membimbing dan menyelesaikan masalah siswa. Oleh karena itu, menjadi guru pembimbing dan konselor tidak mudah karena menjadi guru pembimbing dan konselor yang berkelayakan dituntut persyaratan formal, dan persyaratan kepribadian. Seorang guru bimbingan konseling dalam memberhasilkan tujuan bimbingan konseling terlebih dahulu harus menyadari bahwa dia seorang teladan yang patut dicontoh oleh siswa sehingga mampu membentuk karakter disiplin siswa tersebut. Disiplin menjadi latihan batin dan watak dengan maksud supaya segala perbuatannya selalu mentaati tata tertib.

Disiplin adalah suatu keadaan tertib, ketika orang-orang yang bergabung dalam suatu sistem tunduk pada peraturan-peraturan yang

ada dengan senang hati”. Sikap disiplin pada diri siswa yang berusia remaja berupa kesadaran dan kesediaan menaati semua peraturan dan norma-norma sosial yang berlaku. Sikap siswa yang secara sukarela menaati semua peraturan, sadar akan tugas dan tanggungjawab yang dapat memberikan dampak dan pangaruh pada kepribadiannya.

Bimbingan yang diberikan oleh guru kepada para siswa, dapat membantu individu untuk mencapai perkembangan diri secara optimal sebagai makhluk sosial. Menurut Surya dalam Tohirin “Bimbingan ialah bantuan yang diberikan oleh seseorang baik laki-laki maupun perempuan yang mempunyai pribadi baik dan pendidikan yang memadai kepada seseorang (individu) dari setiap umur untuk membantunya dalam mengembangkan aktivitas-aktivitas hidupnya sendiri, mengembangkan arah pandangannya sendiri, membuat pilihan sendiri dan memikul bebananya sendiri”. Dengan demikian, siswa akan dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberi sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat pada umumnya.

Pelaksanaan bimbingan bagi siswa di sekolah, menjadi salah satu pemberian bantuan berupa pengarahan kepada siswa agar semakin baik dalam bertingkah laku. Hikmawati mengatakan “Bimbingan adalah salah satu bidang dan program dari pendidikan, yang ditujukan untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa”. Bimbingan menjadi seluruh program atau semua kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan yang diarahkan untuk membantu individu dalam hal ini adalah siswa dengan tujuan agar mereka dapat menyusun

dan melaksanakan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya serta melakukan penyesuaian diri dalam semua aspek kehidupannya sehari-hari.

Konseling yang dilakukan menunjukkan hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor dan klien, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya membantu kliennya mengatasi masalah-masalahnya.

Tugas konselor yang salah satunya menciptakan kondisi-kondisi yang diperlukan bagi pertumbuhan dan perkembangan klien.<sup>22</sup> Salahudin mengatakan bahwa tugas guru bimbingan dan konseling/konselor terkait dengan pengembangan diri siswa yang sesuai dengan kebutuhan, potensi bakat, minat dan kepribadian siswa disekolah. Adapun tugas-tugas yang dimiliki oleh seorang guru bimbingan dan konseling atau konselor antara lain:

- a. Mengadakan penelitian ataupun observasi terhadap situasi atau keadaan sekolah, baik mengenai peralatan, tenaga, penyelengara maupun aktivitas-aktivitas lainnya.
- b. Kegiatan penyusunan program dalam bidang bimbingan pribadi sosial, bimbingan belajar, bimbingan karirserta semua jenis layanan termasuk kegiatan pendukung yang dihargai sebanyak 12 jam.

---

<sup>22</sup> Netrawati Netrawati, Khairani Khairani, dan Yeni Karneli, “Upaya guru bk untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional,” Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 2, No. 1 (21 Juli 2018): 79.

- c. Kegiatan melaksanakan dalam pelayanan bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan termasuk kegiatan pendukung yang dihargai sebanyak 18 jam.
- d. Kegiatan evalusai pelaksanaan layanan dalam bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan termasuk kegiatan pendukung yang dihargai sebanyak 6 jam.
- e. Menyelenggarakan bimbingan terhadap siswa, baik yang bersifat preventif, perservatif maupun yang bersifat korektif atau kuratif.
- f. Sebagaimana guru mata pelajaran, guru pembimbing atau konselor yang membimbing 150 orang siswa dihargai sebanyak 18 jam, sebaliknya dihargai sebagai bonus.<sup>23</sup>

Dapat disimpulkan bahwa peranan guru bimbingan dan konseling sangat diperlukan sebagai penopang proses belajar dan termasuk penyesuaian diri siswa, tugas guru BK merupakan tugas yang sangat berat, oleh karena itu dalam melaksanakannya diperlukan adanya sikap profesional dari guru BK. Tugas guru bimbingan dan konseling /konselor terkait dengan pengembangan diri siswa yang sesuai dengan kebutuhan, potensi bakat, minat dan kepribadian siswa disekolah.

---

<sup>23</sup> Hayati, “*Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecenderungan perilaku agresif peserta didik di ma*, Jurnal Manajer Pendidikan, Vol. 10, No 6, November 2016, hlm. 604

## 5. Peran Guru BK terkait perkembangan penerimaan diri siswa

Peran yaitu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam suatu peristiwa.<sup>24</sup> Dalam bimbingan belajar guru pembimbing mempunyai peranan sangat penting. Menurut Sudirman bahwa peran guru pembimbing adalah:

- a. Motivator, guru harus mampu merangsang dan memberikan dorongan serta reinforcement untuk mendinamisasikan potensi siswa, menumbuhkan swadaya (aktivitas) dan daya cipta (krativitas) sehingga terjadi dinamika didalam proses belajar mengajar
- b. Director, guru dapat membimbing dan mengarahkan kegiatan belajar siswa sesuai dengan tujuan yang dicita-citakan.
- c. Inisiator, guru sebagai pencetus ide dalam proses belajar mengajar.
- d. Fasilitator, guru akan memberikan fasilitas dan kemudahan dalam proses pembelajaran
- e. Mediator, guru sebagai penengah dalam kegiatan belajar siswa.
- f. Evaluator, guru mempunyai otoritas untuk memilih prestasi anak didik dalam bidang akademik maupun tingkah laku sosialnya, sehingga dapat menentukan bagaimana anak didik berhasil atau tidak.

---

<sup>24</sup> Dewa ketut sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. ( Jakarta: Rineka Cipta. 2002) hlm. 56

- g. Informator, guru diharapkan sebagai pelaksana cara mengajar informative, laboratorium, study lapangan, dan sumber informasi kegiatan akademik maupun umum.
- h. Organisator, guru sebagai pengelola kegiatan akademik, silabus, jadwal pelajaran dan lain-lain.<sup>25</sup>

Selain itu juga ditemukan dari hasil riset peran Guru BK (Bimbingan dan Konseling) dalam mendukung perkembangan penerimaan diri siswa sebagai berikut<sup>26</sup> :

#### 1) Pemahaman & Diagnostik Diri

Guru BK membantu siswa menyadari kekuatan dan kelemahan dirinya melalui asesmen, wawancara, dan observasi. Tujuan utamanya agar siswa mengenal diri dan mulai menerimanya.

#### 2) Layanan Konseling Individu & Kelompok

Melalui sesi konseling, baik individu maupun kelompok, Guru BK memberikan dukungan emosional, pemahaman masalah, serta strategi penanganan.

#### 3) Intervensi Berbasis Psikologis

Guru BK bisa menggunakan teknik seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT), self-concept guidance, serta gestalt untuk mengubah pola pikir negatif siswa.

---

<sup>25</sup> Sardiman. *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2003) hlm. 23

<sup>26</sup> Richo Surya Pradana. *Analisis Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pendekatan Gestalt*. Seminar Nasional Sistem Informasi 2023, 7 September 2023 Fakultas Teknologi Informasi – UNMER Malang. Jurusan Psikologi, Universitas Merdeka Malang. Jl. Terusan Dieng No 62-64 Klojen Malang

4) Kolaborasi dengan Guru & Orang Tua

Untuk mendukung penerimaan diri siswa, guru BK perlu berkoordinasi dengan guru mapel dan orang tua agar dukungan konsisten.

5) Pengembangan Program & Modul Penerimaan Diri

Guru BK aktif menyusun modul atau program seperti: training asertif, psikoedukasi, diskusi, dan intrakurikuler yang mendukung penerimaan diri siswa. Modul penerimaan diri dinilai bermanfaat oleh guru BK dan siswa . Selain modul, layanan seperti psikoedukasi dan diskusi kelompok direkomendasikan untuk memperkuat self-acceptance siswa

6) Monitoring, Evaluasi & Tindak Lanjut

Guru BK bertanggung jawab untuk terus memantau perkembangan siswa, mengevaluasi efektivitas intervensi, dan memberikan tindak lanjut jika diperlukan

**Tabel 2.2****Ringkasan Peran Guru BK Terhadap Penerimaan Diri Siswa**

<b>Peran Guru BK</b>	<b>Tujuan terhadap Penerimaan Diri Siswa</b>
Pemahaman diri	Membantu siswa mengenal dan menerima aspek positif & negatif diri
Konseling (individu/kelompok)	Memberi ruang aman untuk berbicara dan belajar dari interaksi
Intervensi psikologis	Mengubah keyakinan negatif & meningkatkan self-concept
Kolaborasi pendukung	Menyatukan peran guru & orang tua dalam mendukung siswa
Program edukatif	Menyusun modul, psikoedukasi, dan program pengembangan diri
Evaluasi berkelanjutan	Menjamin intervensi efektif dan dapat disesuaikan

**B. Penerimaan Diri****a. pengertian**

Penerimaan diri (*Self-acceptance*) ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan 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.

Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara tidak realistik. Sikap penerimaan realistik dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya penerimaan diri tidak realistik ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu.<sup>27</sup>

Hurlock dalam Oktaviani menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Penerimaan diri menjadi salah satu faktor penting yang berperan terhadap kebahagiaan individu sehingga ia memiliki penyesuaian diri yang baik, selanjutnya Santrock menyatakan bahwa penerimaan diri sebagai salah satu kesadaran untuk menerima diri sendiri dengan apa adanya.<sup>28</sup>

Penerimaan diri dapat diartikan sebagai suatu sikap memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan memperlakukannya secara baik disertai rasa senang serta bangga sambil terus

---

<sup>27</sup> Dariyo Agoes, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama* (Jakarta: PT. Renika Cipta, 2007). 27-35.

<sup>28</sup> Mentari Aulia Oktaviani, “*Hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna instagram*”. Jurnal Psikoborneo Vol. 7. No. 04. 2019, hlm: 549-556

mengusahakan kemajuannya. Selanjutnya, dijelaskan bahwa menerima diri sendiri perlu kesadaran dan kemauan melihat fakta yang ada pada diri, baik fisik maupun psikis, sekaligus kekurangan dan ketidak sempurnaan, tanpa ada kekecawaan. Tujuannya, untuk merubah diri lebih baik.

Bernard mengemukakan Penerimaan Diri (*self acceptance*) merupakan suatu bentuk menerima segala kelebihan dan kekurangan, mengetahui kemampuan dan kelemahan, tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain dan berusaha sebaik mungkin agar dapat berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya. Penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya.<sup>29</sup>

Hurlock menambahkan bila individu hanya melihat dari satu sisi saja maka tidak mustahil akan timbul kepribadian yang timpang. Semakin individu menyukai dirinya maka individu akan semakin diterima oleh orang lain yang mengatakan bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu menerima karakter-karakter alamiah dan tidak mengkritik sesuatu yang tidak bisa diubah lagi.<sup>30</sup> Dijelaskan pula oleh Handyani, Ratnawati, dan Helmi, penerimaan diri adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani

---

<sup>29</sup> M. E. Bernard, “*The Strength of Selfacceptance. In the Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research.*,” in Springer Science Business Media., 2013, 24.

<sup>30</sup> Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014). 35.

kelangsungan hidupnya. Penerimaan diri ini ditunjukkan oleh pengakuan seorang terhadap kelebihan-kelebihannya sekaligus menerima segala kekurangannya tanpa menyalahkan orang lain, serta mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri. Penerimaan diri mengacu pada kepuasan individu atau kebahagiaan terhadap diri, dan dianggap perlu untuk kesehatan mental.

Penerimaan diri melibatkan pemahaman diri, kesadaran yang realistik memahami kekuatan dan kelemahan seseorang. Sehingga menghasilkan perasaan individu tentang dirinya, bahwa individu tersebut bernilai unik. Calhoun dan Acocella menjelaskan bahwa penerimaan diri berhubungan dengan konsep diri yang positif, dimana dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya. Bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, serta memiliki kesadaran penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, selain itu dapat pula menghargai diri dan orang lain. Serta dapat menerima keadaan emosionalnya (depresi, marah, sedih, cemas, dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain.<sup>31</sup> Dalam kamus filsafat psikologi, penerimaan diri (*self acceptance*) adalah dukungan atau sambutan diri. Penerimaan dari seseorang dalam mencapai kebahagiaan dan kesuksesan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, mampu

---

<sup>31</sup> James F. Calhoun dan Emily J. Acocella, *Psikologi Penyesuaian dan Hubungan Antar Manusia*, edisi kelima (New York: McGraw-Hill, 1990), halaman 67.

dan mau menerima keadaan diri baik kelebihan atau kekurangan, sehingga dapat memandang masa depan lebih positif. Tanpa penerimaan diri, seseorang hanya dapat membuat sedikit atau tidak ada kemajuan sama sekali dalam suatu hubungan yang efektif. Menurut Carl Rogers mengatakan bahwa, biasanya individu yang merasa bahwa disukai, ingin diterima, mampu atau layak menerima. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membentuk dan menjaga hubungan baik dengan orang lain.<sup>32</sup>

### **b. Tujuan penerimaan diri**

Penerimaan diri merupakan suatu sikap positif individu terhadap dirinya sendiri, yang mencerminkan kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangan secara realistik. Tujuan utama dari penerimaan diri adalah agar individu dapat hidup dengan lebih damai, seimbang, dan bermakna. Hurlock mengatakan, penerimaan diri merupakan bagian penting dari perkembangan kepribadian individu, khususnya dalam masa remaja. Penerimaan diri didefinisikan sebagai sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri, yang ditandai dengan kemampuan untuk mengakui, menghargai, dan menyesuaikan diri terhadap segala aspek yang ada dalam dirinya, baik kelebihan maupun kekurangannya.<sup>33</sup> Penerimaan diri juga mencakup kemampuan untuk tidak menolak atau menyangkal kenyataan tentang diri sendiri. Individu yang mampu menerima dirinya tidak akan terus-menerus

---

<sup>32</sup> D. Mathers, *Penerimaan terhadap Diri Sendiri dan Orang Lain* (Layanan Penyuluhan, 1993), hlm. 24–27.

<sup>33</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), hlm. 234.

merasa tidak puas atau membandingkan diri secara negatif dengan orang lain, tetapi justru memiliki penerimaan realistik terhadap siapa dirinya, serta berupaya untuk mengembangkan potensi secara positif.<sup>34</sup>

Selain itu, Menurut Calhoun dan Acocella, tujuan dari penerimaan diri adalah agar individu mampu memahami dan menerima dirinya secara utuh, sehingga ia dapat menjalani hidup tanpa terus-menerus terjebak pada penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Dengan adanya penerimaan diri, individu diharapkan mampu mengembangkan konsep diri yang positif, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan menjalin hubungan sosial yang sehat.<sup>35</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan utama dari penerimaan diri adalah agar individu dapat hidup dengan lebih damai, seimbang, dan bermakna. Selain itu tujuan lain dari penerimaan diri adalah agar individu dapat memahami dan menerima dirinya secara utuh, sehingga ia dapat menjalani hidup tanpa terus-menerus terjebak pada penilaian negative terhadap dirinya sendiri. Dengan adanya penerimaan diri individu dapat mengembangkan konsep diri yang positif, meningkatkan kesejahteraan positif, dan menjalin hubungan sosial yang sehat.

### c. Ciri-ciri penerimaan diri

Terdapat beberapa ciri-ciri penerimaan diri (*self-acceptance*) menurut Hurlock dalam Baiq Hardianti dan Ahmad munjirin, yaitu: 1) individu yang menerima dirinya memiliki harapan

<sup>34</sup> Ibid., hlm. 235.

<sup>35</sup> Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. *Psychology of Adjustment and Human Relationships*, (New York: McGraw-Hill, 1990), hlm. 97.

yang realistik terhadap situasi dan memiliki harga diri, dengan kata lain individu tersebut memiliki ekspektasi yang sesuai kemampuan. 2) keyakinan dalam standar diri sendiri tanpa tergantung pendapat individu lain. 3) mempertimbangkan batasan diri sendiri dan tidak melihat diri yang tidak rasional. Terakhir, 4) mengenali kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.<sup>36</sup> Adapun ciri-ciri individu yang memiliki penerimaan diri yang baik menurut Jersild dalam Ghaffar, Y. A & Muryono, S. yaitu: pertama, memiliki penilaian realistik terhadap potensi-potensi yang dimilikinya, kedua, menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. Ketiga, memiliki spontanitas dan tanggung jawab terhadap perilakunya. Keempat, menerima kualitas-kualitas kemanusiaan mereka tanpa menyalahkan diri mereka terhadap keadaan yang berada diluar kendali mereka.<sup>37</sup>

Penerimaan pada setiap individu terhadap dirinya sendiri cenderung tidak sama antara yang satu dengan yang lainnya. Menurut Johnson David ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah sebagai berikut:

- a) Menerima diri sendiri apa adanya

Memahami diri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Kemampuan seseorang untuk memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya dan kesempatan

<sup>36</sup> Baiq Hardianti dan Ahmad Munjirin, *Pengaruh Positive Thinking dalam Meningkatkan Self Acceptance pada Siswa*, Psychological Journal: Science and Practice, Vol. 4, No. 1 (2024), hlm. 228.

<sup>37</sup> Yugo Al Ghaffar dan Sigit Muryono, "Efektivitas Terapi Shalat Bahagia untuk Meningkatkan Self Acceptance pada Siswa Sekolah Menengah Atas," *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, Vol. 9, No. 1 (2023), hlm. 404

menemukan dirinya. Individu tidak hanya mengenal dirinya tapi juga menyadari kenyataan dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya. Jika seorang individu mau menerima dirinya apa adanya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri, dan memberitahu orang lain bahwa mereka seharusnya mau menerima dan menghormati dirinya apa adanya.

- b) Tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan

Sikap atau respon dari lingkungan membentuk sikap terhadap diri seseorang. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya. Tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri, Dr Paul Gunadi mengatakan bahwa Kelebihan adalah suatu kemampuan karakteristik atau ciri tentang diri kita yang kita anggap lebih baik dari pada kemampuan-kemampuan atau aspek-aspek lain dalam diri kita. Kekurangan adalah kemampuan yang sebenarnya kita harapkan untuk lebih baik dari kondisi sesungguhnya namun ternyata tidak. Jadi yang kita anggap kurang, biasanya adalah hal yang kita inginkan lebih baik. Kekurangan ini biasanya melahirkan rasa malu dan rasa minder.

- c) Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain

Yakni seseorang yang dapat mengidentifikasi dirinya sendiri atau pun dengan orang lain serta memiliki penyesuaian diri yang baik, maka cenderung dapat menerima dirinya dan dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Individu tersebut cenderung memahami diri dan menerima dirinya, karena sesungguhnya seorang individu membutuhkan dirinya sendiri untuk dicintai. Mencintai diri sendiri dengan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri, memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat, dan menghargai setiap apa yang ada dan telah dicapai, adalah merupakan sebuah kekuatan besar untuk membangun diri dan berarti memiliki penghormatan tertinggi bagi pikiran, tubuh, dan jiwa. Menghargai diri sebagai ciptaan Tuhan membuat kita tetap rendah hati walaupun telah diberi kesempatan menikmati banyak kesuksesan.<sup>38</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang dapat menerima dirinya memiliki ciri-ciri tertentu seperti individu yang menerima dirinya dan memiliki harapan yang realistik terhadap situasi dan memiliki harga diri, kemudian individu tersebut tidak menolak dirinya sendiri apabila ia memiliki kekurangan dia juga memiliki spontanitas dan tanggung jawab

---

<sup>38</sup> Riwayati, Alin. 2010. *Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memasuki Masa Lansia*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

terhadap perlakunya dan menerima kualitas-kualitas kemanusiaan mereka tanpa menyalahkan diri mereka terhadap keadaan yang berada diluar kendali.

**d. Aspek-aspek penerimaan diri**

Menurut Hurlock ada beberapa aspek dalam penerimaan diri yang diantaranya sebagai berikut:

a. Perasaan sederajat

Individu menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, sehingga individu tidak merasa sebagai manusia yang istimewa atau menyimpang dari orang lain. Individu merasa dirinya mempunyai kelemahan dan kelebihan seperti halnya orang lain.

b. Percaya kemampuan diri Individu yang mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan, tampak dari sikap individu yang percaya diri, lebih suka mengembangkan sikap baiknya dan mengeliminasi keburukannya daripada ingin menjadi orang lain oleh karena itu individu puas menjadi diri sendiri.

c. Bertanggung jawab

Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perlakunya, tampak dari perilaku individu menerima kritik dan menjadikannya sebagai suatu masukan yang berharga untuk mengembangkan diri.

d. Orientasi keluar diri

Individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dari pada kedalam diri, tidak malu yang menyebabkan individu lebih suka

memperhatikan dan toleran terhadap orang lain, sehingga akan mendapatkan penerimaan sosial dari lingkungannya.

e. Berpendirian

Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap sesuai terhadap tekanan sosial. Individu yang mampu menerima diri, mempunyai sikap dan kepercayaan diri yang menurut pada tindakannya sendiri daripada mengikuti konvensi dan standar dari orang lain serta mempunyai ide aspirasi dan pengharapan sendiri.

f. Menyadari keterbatasan

Individu tidak menyalahkan diri akan keterbatasannya dan mengingkari kelebihannya, cenderung mempunyai penilaian yang realistic tentang kelebihan dan kekuragannya.

g. Menerima sifat kemanusiaan

Individu tidak menyangkal impuls dan emosinya atau merasa bersalah karenanya. Individu mengenali perasaan marah, takut dan cemas tanpa menganggapnya sebagai sesuatu yang harus diingkari atau ditutupi.

Selain itu aspek-aspek penerimaan diri menurut Bernard terbagi menjadi dua yaitu<sup>39</sup>: 1) Terdapat kesadaran diri untuk menghargai sikap positif pada diri, seperti terdapat adanya keyakinan pada kemampuan yang dimiliki dalam menghadapai kehidupan, mengetahui kelebihan diri dan mengembangkannya secara positif serta

---

<sup>39</sup> Michael E. Bernard, *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research* (New York: Springer Science & Business Media, 2013).

menerima puji dari orang lain secara positif. 2) Menanggapi kejadian negatif dengan sikap dapat menerima dirinya tanpa syarat dan memperlakukan dengan baik serta berusaha memperbaiki untuk kemajuan diri, bertanggung jawab terhadap perilaku, tidak rendah diri.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek penerimaan diri mencakup individu yang menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, kemudian percaya kemampuan diri serta bertanggung jawab dan berpendirian. Kemudian individu menyadari akan keterbatasan diri serta menerima sifat kemanusiaan yang ada pada dirinya serta terdapat kesadaran dalam diri untuk menghargai sikap positif dalam diri dan menanggapi kejadian negatif dengan sikap menerima tanpa syarat dan berusaha memperbaiki guna adanya kemajuan dalam diri.

#### e. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penerimaan Diri

Hurlock mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri adalah :

- a) Adanya pemahaman tentang diri sendiri

Hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Individu yang dapat memahami dirinya sendiri tidak akan hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga pada kesempatannya untuk penemuan diri sendiri, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin ia dapat menerima dirinya.

- b) Adanya hal yang realistic

Hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan disesuaikan dengan pemahaman dengan kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya. Harapan akan menjadi realistik jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.

- c) Tidak adanya hambatan dalam lingkungan

Walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai

- d) Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan

Tidak menimbulkan prasangka, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan.

- e) Tidak adanya gangguan emosional yang berat

Akan terciptanya individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.

- f) Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Keberhasilan yang dialami individu akan dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya jika kegagalan yang dialami individu akan dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.

- g) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik.

Individu yang mengidentifikasikan dengan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat membangun sikap-sikap

yang positif terhadap diri sendiri, dan bertingkah laku dengan baik yang menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik.

h) Adanya perspektif diri yang luas

Yaitu memperhatikan pandangan orang lain tentang diri perspektif yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Dalam hal ini usia dan tingkat pendidikan memegang peranan penting bagi seseorang untuk mengembangkan perspektif dirinya.

i) Pola asuh di masa kecil yang baik seorang anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai individu yang dapat menghargai dirinya sendiri.

j) Konsep diri yang stabil

Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil, akan sulit menunjukkan pada orang lain, siapa ia yang sebenarnya, sebab ia sendiri ambivalen terhadap dirinya.<sup>40</sup>

Ada faktor lain yang dapat menghambat penerimaan diri yaitu, konsep diri yang negatif, kurang terbuka dan kurang menyadari perasaan-perasaan yang sesungguhnya, kurang adanya keyakinan terhadap diri sendiri, merasa rendah diri.

---

<sup>40</sup> Hurlock, Elizabeth , 1993. Psikologi perkembangan anak jilid 1, Jakarta :Erlangga.

Sedangkan menurut Sheerer menyebutkan faktor-faktor yang menghambat penerimaan diri, antara lain:

- a. Sikap anggota masyarakat yang tidak menyenangkan atau kurang terbuka
- b. Adanya hambatan dalam lingkungan.
- c. Memiliki hambatan emosional yang berat.
- d. Selalu berfikir negatif tentang masa depan.

Pendapat lain dikemukakan oleh Bastaman mengenai beberapa komponen yang menentukan keberhasilan seseorang dalam melakukan perubahan dari penghayatan hidup tak bermakna menjadi hidup bermakna.

Komponen-komponen tersebut adalah<sup>41</sup>:

1) Pemahaman diri (*Self Insight*)

Yakni meningkatnya kesadaran atas buruknya kondisi diri pada saat ini dan keinginan kuat untuk melakukan perubahan kearah kondisi yang lebih baik.

2) Makna hidup (*The meaning of life*)

Nilai-nilai penting yang bermakna bagi kehidupan pribadi seseorang yang berfungsi sebagai tujuan hidup yang harus dipenuhi dan pengarah kegiatan-kegiatannya.

3) Pengubahan sikap (*Changing attitude*)

Merubah diri yang bersikap negatif menjadi positif dan lebih tepat dalam menghadapi masalah.

---

<sup>41</sup> Bastaman. H. D. 2007. *Logoterapi, Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. (Jakarat. Raja Grafindo Prasada)

4) Keikatan diri (*Self commitment*)

Merupakan komitmen individu terhadap makna hidup yang ditetapkan. Komitmen yang kuat akan membawa diri pada hidup yang lebih bermakna dan mendalam.

5) Kegiatan terarah (*Directed activities*)

Suatu upaya-upaya yang dilakukan secara sadar dan sengaja, berupa pengembangan potensi pribadi yang positif serta pemanfaatan relasi antar pribadi untuk mencapai tujuan hidup.

6) Dukungan sosial (*Social support*)

Yaitu hadirnya seseorang atau sejumlah orang yang akrab, dapat dipercaya, dan selalu sedia memberi bantuan pada saat-saat diperlukan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor utama yang memengaruhi penerimaan diri adalah pemahaman individu terhadap kemampuan dan keterbatasannya sendiri, serta kemampuannya menetapkan harapan yang realistik sesuai dengan kemampuannya. Selain itu, lingkungan yang suportif tanpa adanya hambatan dan prasangka negatif sangat berperan penting dalam menunjang penerimaan diri. Kondisi emosional yang stabil dan sikap positif terhadap diri sendiri turut mendukung terbentuknya penerimaan diri yang sehat. Sebaliknya, penerimaan diri dapat terhambat oleh adanya konsep diri negatif, hambatan emosional, pola pikir yang pesimis, serta kurangnya dukungan sosial.

## **f. Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri**

Penerimaan diri dapat ditingkatkan dengan pelatihan berpikir positif. Individu yang berpikir positif cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal positif dari berbagai permasalahan yang sedang dihadapinya, sehingga individu mulai mendapatkan pemahaman mendalam mengenai aktivitas positif yang dapat dijadikan sebagai pengalih agar tidak berfokus pada hal-hal yang bersifat negatif.<sup>42</sup> Upaya untuk meningkatkan penerimaan diri tidak hanya berkontribusi pada berpikir positif, tetapi juga dari beberapa bidang seperti dukungan keluarga maupun lingkungan sosial dan memiliki kecerdasan emosi. Berikut beberapa upaya dalam meningkatkan penerimaan diri:

### a) Dukungan keluarga

Somantri menyatakan lingkungan keluarga adalah lingkungan sosial pertama bagi anak sehingga memberikan pengaruh besar bagi perkembangan anaknya. Sikap orang tua yang baik untuk perkembangan anaknya adalah sikap mengerti, mencintai, dan menaruh perhatian pada anak. Orang tua yang kurang hangat atau menolak anak akan sangat berpengaruh pada perkembangan anak.<sup>43</sup> Perasaan dicintai dan diperhatikan oleh orang tua ini menjadi dasar bagi terbentuknya penerimaan diri pada anak. Ketika anak tumbuh dalam suasana keluarga yang hangat, anak belajar

---

<sup>42</sup> N. C. Waney, W. Kristinawati, dan A. Setiawan, “Mindfulness dan penerimaan diri pada remaja di era digital,” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 22, No. 2 (2020): 73.

<sup>43</sup> Somantri, Sutjihati, *Psikologi Anak Luar Biasa* (Bandung: Refika Aditama, 2006), hlm. 25.

bahwa dirinya berharga meskipun memiliki kekurangan. Hal ini membantu anak mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri, seperti berani mengenali kelebihan dan kekurangan tanpa merasa rendah diri.

b) Dukungan sosial

Hurlock mengemukakan bahwa tingkah laku sosial yang mendukung adalah peranan lingkungan sosial terhadap seseorang dapat membentuk tingkah laku orang. Seseorang yang mengalami perlakuan lingkungan sosial yang mendukung akan dapat menerima dirinya dengan lebih baik.<sup>44</sup> Dalam suasana sosial yang penuh dukungan tersebut, seseorang merasa dirinya diterima, dihargai, dan pantas untuk dicintai. Perasaan diterima inilah yang kemudian menjadi landasan penting bagi terbentuknya penerimaan diri, yaitu kemampuan untuk mengakui dan menyadari kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki secara realistik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh He et al. menunjukkan bahwa semakin besar rasa dukungan sosial yang diterima seseorang, semakin tinggi pula tingkat penerimaan dirinya.<sup>45</sup>

c) Kecerdasan emosi

Hurlock menjelaskan bahwa tidak adanya tekanan emosi membuat seseorang dapat melakukan yang terbaik dan dapat berpandangan keluar dan tidak memiliki pandangan hanya ke dalam diri saja.

<sup>44</sup> Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima (Jakarta: Erlangga, 2013), hlm. 16-25.

<sup>45</sup> He, Jianfeng., Chen, Jian., Xue, Yu., & Chen, Ying. (2024). *Hubungan antara Penerimaan Diri, Dukungan Sosial, dan Makna Hidup pada Mahasiswa di Tiongkok: Analisis Jaringan*. Frontiers in Psychology

Tanpa tekanan emosi juga dapat membuat seseorang santai dan bahagia. Kondisi-kondisi ini memberikan sumbangan positif bagi penilaian terhadap lingkungan sosial yang menjadi dasar terhadap penilaian diri sendiri dan terhadap penerimaan diri.<sup>46</sup> Disamping itu, Salovey dan Mayer (Goleman, 2000) berpendapat bahwa orang yang cerdas secara emosi lebih mampu mengenali perasaan dan sadar akan suasana hati maupun pikiran tentang suasana hatinya sendiri. Dengan demikian, individu tidak mudah larut dan dikuasai emosinya. Individu juga mampu mengendalikan kestabilan emosinya, bebas dari perasaan cemas, kemurungan, ketersinggungan akibat adanya tekanan emosi berat yang muncul dari luar dirinya maupun diri sendiri. Sehingga sangatlah penting individu memiliki kecerdasan emosi, karena dengan kecerdasan emosi, individu dapat menerima dirinya sendiri. Salovey dan Mayer dalam Goleman berpendapat bahwa orang yang cerdas emosinya lebih mampu mengenali perasaan dan sadar akan suasana hati maupun pikiran tentang suasana hatinya sendiri. Dengan demikian, individu tidak mudah larut dan dikuasai emosinya. Individu juga mampu mengendalikan kestabilan emosinya, bebas dari perasaan cemas, kemurungan, ketersinggungan akibat adanya tekanan emosi berat yang muncul dari luar dirinya maupun diri

---

<sup>46</sup> Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima (Jakarta: Erlangga, 2013), hlm. 16-25.

sendiri.<sup>47</sup> Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Mirza menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan penerimaan diri pada santri Pondok Pesantren Al-Islam Genengan Mojokerto Maknanya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri santri. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah pula tingkat penerimaan diri santri.<sup>48</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam upaya meningkatkan penerimaan diri bisa dilakukan diantaranya seperti latihan berpikir positif karena individu yang berpikir positif cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal positif dari berbagai permasalahan yang sedang dihadapinya, kemudian tidak lupa pentingnya dukungan keluarga sebagai lingkungan sosial pertama yang berpengaruh besar untuk perkembangan anak kemudian kecerdasan emosi pada individu, dengan kecerdasan emosi individu lebih mampu mengenali perasaan dan sadar akan suasana hati maupun pikiran tentang suasana hatinya sendiri yg menjadi dasar terhadap penilaian diri sendiri dan terhadap penerimaan diri.

---

<sup>47</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: Pt. Gramedia Pustaka Utama, 2000), hlm. 24.

<sup>48</sup> A. M. Mirza, *Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Penerimaan Diri Santri Pondok Pesantren Al-Islam Genengan Mojokerto*, undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2016, diakses 30 Januari 2017, <http://etheses.uin-malang.ac.id/4045/>.

### C. Penelitian relevan

Untuk menghindari duplikasi, peneliti melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu. Dari hasil penelusuran penelitian terdahulu, hasil penelitian yang relevan sebelumnya yang sesuai dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh :

1. Skripsi yang disusun oleh **Sarmila Sari**, Mahasiswi UIN Suska Riau Pada Tahun 2017 Dengan Judul Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 40 Pekanbaru. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang penerimaan diri siswa. Adapun perbedaannya adalah skripsi yang disusun oleh Sarmila Sari yaitu berfokus pada Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 40 Pekanbaru. Sedangkan peneliti menulis tentang Pengalaman Guru BK dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong.
2. Skripsi yang disusun oleh **A. Rakhirman** (2019), mahasiswa IAIN CURUP dengan judul “Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMK Negeri 03 Rejang Lebong”. Penelitian ini merupakan skripsi yang menggunakan metode penelitian lapangan (field research) dengan subjek penelitian yaitu guru BK, dan dilaksanakan di SMK Negeri 03 Rejang Lebong. Fokus penelitian ini adalah peran guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK memiliki

peran penting dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling. Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian penulis, yaitu sama-sama membahas keterlibatan guru BK serta aspek pengembangan diri siswa. Adapun perbedaannya terletak pada fokus penelitian, di mana penelitian terdahulu menitikberatkan pada peran guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di jenjang SMK, sedangkan penelitian penulis lebih memfokuskan pada pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di jenjang SMP.

3. Skripsi yang disusun oleh **Alif Hidayatul Lail**, mahasiswa STAIN Kediri (Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kediri) pada tahun 2015 dengan judul Penerimaan Diri (self-acceptance) pada Remaja yang berasal dari Orang Tua Tunggal. Penelitian ini berfokus pada penerimaan diri (self-acceptance) pada remaja yang berasal dari keluarga orang tua tunggal dengan menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus. Penelitian tersebut mengkaji kondisi penerimaan diri remaja serta faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti pengalaman hidup dan lingkungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri merupakan proses psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman individu dalam kehidupannya. Persamaan antara penelitian Alif Hidayatul Lail (2015) dengan penelitian ini terletak pada fokus kajian, yaitu sama-sama membahas penerimaan diri (self-acceptance) pada remaja, serta menggunakan pendekatan kualitatif

untuk memahami fenomena secara mendalam. Keduanya juga menempatkan penerimaan diri sebagai aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Alif Hidayatul Lail (2015) terletak pada subjek, konteks, dan fokus penelitian. Penelitian terdahulu memusatkan perhatian pada remaja dari keluarga orang tua tunggal dan lebih menekankan pada kondisi serta faktor penyebab penerimaan diri. Sementara itu, penelitian ini memfokuskan pada pengalaman guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di lingkungan sekolah, khususnya di SMP Negeri 03 Rejang Lebong, dengan melibatkan guru BK dan siswa sebagai subjek penelitian.

4. Jurnal yang disusun oleh **Alexandra Amanda Rizal, Bernardinus Agus Arswimba, M. Pd**, Universitas Sanata Dharma pada tahun 2022 dengan judul Penerimaan Diri pada Siswa-Siswi Sekolah Menengah Pertama. Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang penerimaan diri siswa-siswi di sekolah menengah pertama. Adapun perbedaannya adalah jurnal yang disusun oleh oleh Alexandra Amanda Rizal, Bernardinus Agus Arswimba, M. Pd adalah penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif guna mengetahui seberapa tinggi tingkat penerimaan siswa siswi kelas VIII SMP Pangudiluhur Wedi serta apa saja yang mereka butuhkan dan bisa dibantu pendampingan guru BK. Sedangkan peneliti Menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan

fenomenologi yang dimana pada penelitian ini menekankan deskripsi pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.

5. Jurnal yang disusun oleh **Fella Hannah Naisyah, Armis Syukur, Dina Sukma**, Mahasiswa Universitas Negeri Padang pada tahun 2024 dengan judul Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang penerimaan diri. Dan adapun perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh fellah naisyah, armis syukur, dina sukma ini berfokus pada layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri sedangkan fokus masalah peneliti ialah pengalaman guru BK dalam menyelesaikan masalah pada penerimaan diri siswa. Kemudian perbedaan lainnya yaitu terletak pada metode penelitian yang digunakan yang dimana peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan model fenomenologi sedangkan fellah naisyah, armis syukur, dina sukma menggunakan metode studi literature dengan pendekatan kualitatif.

## **BAB III**

### **METODELOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Metode kualitatif deskriptif adalah data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka. Hal ini disebabkan oleh adanya penerapan metode kualitatif, sehingga apa yang dikumpulkan mungkin menjadi kunci apa yang telah diteliti.<sup>49</sup> Metode penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada tempat yang alamiah dan penelitian tidak membuat perlakuan karena peneliti dalam mengumpulkan data bersifat emic, yakni berdasarkan pandangan dari sumber data bukan pandangan peneliti.<sup>50</sup> Adapun pendekatan penelitian ini adalah menggunakan studi fenomenologi. Penelitian fenomenologi mencoba menjelaskan atau mengungkap makna konsep atau fenomena yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada beberapa individu. Fenomenologi merupakan pandangan berpikir yang menekankan pada fokus kepada pengalaman-pengalaman subjektif manusia dan interpretasi-interpretasi dunia.<sup>51</sup>

Dalam penelitian langkah awal yang dilakukan peneliti yaitu dengan melakukan pendekatan mendalam terkait dengan topik yang akan diteliti guna diperoleh data yang berkaitan dengan pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di SMPN 03

---

<sup>49</sup> M. Djunaidi Ghony & Fauzan Almanshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media), 2012, hal. 34.

<sup>50</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 6.

<sup>51</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015),hal. 14.

Rejang Lebong. Selain untuk mencari data, langkah awal juga untuk mencari informasi mengenai orang-orang yang akan dijadikan subjek penelitian.

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

### 1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian yaitu tempat atau objek untuk dilakukannya suatu penelitian. Adapun lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu di SMPN 03 Rejang Lebong yang berada di Talang Ulu, Kec. Curup Timur, Kab. Rejang Lebong, Bengkulu.

### 2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilakukan terhitung dari tanggal 17 mei 2025 sampai dengan 24 mei 2025.

## **C. Jenis dan Sumber Data**

Penelitian ini menggunakan dua jenis sumber data yang memperkuat hasil penelitian penulis pada skripsi ini yaitu:

### 1. Data primer

Data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, yang dikumpulkan sendiri oleh peneliti untuk keperluan penelitian secara langsung.<sup>52</sup> Pada penelitian ini, data primer merupakan data yang diperoleh dari informan secara langsung melalui wawancara untuk menunjang keakuratan data, dimana informan utamanya adalah Guru BK SMPN 03 Rejang Lebong.

---

<sup>52</sup> Sugiyono. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2018, hlm. 456

## 2. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti melalui media perantara seperti dokumen, laporan, atau pihak lain yang memberikan data yang dibutuhkan untuk penelitian<sup>53</sup>. Sumber data sekunder meliputi bahan-bahan kepustakaan seperti teori yang berkaitan dengan masalah yang diteliti, termasuk buku, skripsi, dan jurnal yang mengenai pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.

## D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang sangat strategis dalam penelitian karena membantu dalam memperoleh data yang diperlukan. Tanpa pengetahuan tentang teknik-teknik ini, peneliti mungkin tidak akan dapat mengumpulkan data yang memenuhi standar yang telah ditetapkan.<sup>54</sup> Untuk mendapatkan informasi atau data di lapangan, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data diantaranya:

### a. Observasi

Observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan.<sup>55</sup> Observasi di sebut pula pengamatan, meliputi kegiatan pemutuan perhatian terhadap sesuatu obyek dengan menggunakan seluruh alat indra. Dari pengertian tersebut dapat dipahami bawah yang

<sup>53</sup> Sugiyono. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019, hlm. 195

<sup>54</sup> Lexy. J Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung; Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 4

<sup>55</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), hlm. 143

di maksud dengan observasi adalah cara untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian melalui pengamatan terhadap aspek-aspek yang ingin diteliti.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu percakapan yang diarahkan pada suatu masalah tertentu; merupakan proses tanya jawab lisan, dimana dua orang atau lebih berhadap-hadapan secara fisik.<sup>56</sup> Percakapan dengan maksud tertentu oleh dua pihak, yaitu pewancara (interviewer) sebagai pengaju pemberi pertanyaan yang baik dan buruk dan diwawancarai (interviewee) sebagai pemberi jawaban atau pertanyaan itu.<sup>57</sup> Peneliti memberikan pertanyaan sesuai dengan pedoman wawancara yang sebelumnya sudah dipersiapkan oleh peneliti, hal ini dimaksudkan untuk efisiensi waktu karena sudah mengetahui hal-hal apa saja yang akan ditanyakan dan pertanyaan spontanitas diberikan kepada informan guna mempertegas jawabannya.

---

<sup>56</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), hlm. 160

<sup>57</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 127.

**Table 3. 1 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara**

No.	Rumusan Masalah	Aspek wawancara	Informan
1	Bagaimana pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan Diri	1. Respon guru BK dalam menyikapi masalah 2. Rencana penanganan 3. Proses penanganan 4. Penilaian terhadap masalah yang ditangani	Guru BK Siswa
2.	Apa saja masalah penerimaan diri yang dialami siswa	1. Bentuk masalah penerimaan diri yang dialami 2. Faktor penyebab munculnya masalah penerimaan diri 3. Dampak dari masalah penerimaan diri pada siswa	Guru BK Siswa
3.	Bagaimana hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri tersebut	1. Perubahan yang terlihat pada siswa 2. Tingkat keberhasilan 3. Harapan kedepan	Guru BK Siswa

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang.<sup>58</sup>

Teknik dokumentasi merupakan sesuatu cara pengumpulan data yang menghasilkan catatan-catatan penting yang berhubungan dengan masalah yang diteliti, sehingga akan diperoleh data yang lengkap, sah, dan bukan berdasarkan perkiraan. Metode dokumentasi dalam penelitian ini juga digunakan untuk memperoleh berbagai data atau informasi yang ada kaitannya dengan permasalahan yang diteliti.

## E. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan ukuran kebenaran suatu data yang diperoleh dari hasil penelitian. Dalam penelitian kualitatif, data dianggap valid jika apa yang dilaporkan oleh peneliti sesuai dengan realitas yang terjadi pada objek penelitian. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>59</sup>

Dalam penelitian ini untuk mendapatkan keabsahan data dapat diperoleh dari trianggulasi. Peneliti menggunakan trianggulasi sebagai berikut :

---

<sup>58</sup> Basrowi dan Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 175

<sup>59</sup> Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabet, 2020

a. Trianggulasi sumber

Triangulasi Sumber pengujian kredibilitas data di lakukan dengan cara mengecek data yang telah di peroleh melalui beberapa sumber. Data yang di peroleh di analisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (member check) dengan tiga sumber data tersebut.<sup>60</sup> Sumber utama dalam penelitian ini yang diwawancara adalah guru BK SMPN 03 Rejang Lebong.

b. Trianggulasi teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Data diperoleh dengan wawancara, dan dokumentasi.

## F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses penyederhanaan data menjadi proses yang lebih sederhana lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Oleh karena itu digunakan analisis data. Sifat analisis dalam penelitian kualitatif adalah penjabaran apa adanya fenomena yang terjadi disertai dengan penafsiran makna yang terkandung didalamnya.<sup>61</sup> Data-data diuraikan secara sistematis, rasional dan faktual sesuai dengan kenyataan yang ada. Selain itu, penulis membuat interpretasi cukup untuk memahami realitas permasalahan yang ada.

---

<sup>60</sup> Sumasno Hadi, „*Pemeriksaan Keabsahan Data Penelitian Kualitatif Pada Skripsi*”, Jurnal IlmuPendidikan, 22.1 (2017).

<sup>61</sup> Lexy. J Moelong, Metodologi Penelitian Kualitatif.(Bandung; Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 4

Menurut Miles dan Huberman dalam Sugiyono menyebut analisis data kualitatif dilakukan melalui 3 langkah, yaitu:<sup>62</sup>

### 1. Pengumpulan Data (*Data collection*)

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dengan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi atau gabungan ketiganya (triangulasi). Pengumpulan data dilakukan berhari-hari, mungkin berbulan-bulan, sehingga data yang diperoleh akan banyak. Pada tahap awal peneliti melakukan penjelajahan secara umum terhadap situasi sosial/obyek yang diteliti, semua yang dilihat dan didengar direkam semua. Dengan demikian peneliti akan memperoleh data yang sangat banyak dan sangat bervariasi.

### 2. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data, Mereduksi data berarti merangkum, memilih dan memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

---

<sup>62</sup> Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabet, 2020

### 3.Penyajian Data ( *Data Display* )

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menampilkan data. Dalam penelitian kualitatif, data yang disajikan dalam bentuk teks yang bersifat naratif.

### 4.Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (*conclusion drawing/verification*)

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Profil sekolah**

##### **1. Sejarah berdirinya SMP Negeri 03 Rejang Lebong**

SMP Negeri 03 Rejang Lebong merupakan salah satu sekolah yang berada di Kecamatan Curup Timur yang berdiri pada tahun 1980 dan merupakan leburan dari SMEP (Sekolah Menengah Ekonomi Pertama) dan diubah pada tahun 1980 menjadi Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 03 Curup menjadi SMP Negeri Curup Timur karena sekolah ini berada diwilayah Kecamatan Curup Timur Kabupaten Rejang Lebong Kemudian dengan peraturan dan berdasarkan keputusan pemerintah sekolah ni berubah menjadi SMP Negeri 03 Rejang Lebong.

SMP Negeri 03 Rejang Lebong beralamat di jalan Ahmad Yani, Talang Ulu, Kec. Curup Timur, Kab. Rejang Lebong Provinsi Bengkulu Telepon/HP/Fax 073221525, status sekolah Negeri NPSN 10700633 dibawah pimpinan seorang kepala sekolah yaitu Arniweli, S. Pd, NIP 196704291998012002 pangkat/ gol Pembina/IV A.

##### **2. Letak Geografis SMP Negeri 03 Rejang Lebong**

Letak Geografis SMP Negeri 03 Rejang Lebong berdasarkan letak geografisnya, terletak di jalan raya tepatnya di Jalan Ahmad Yani Talang Ulu Kecamatan Curup Timur, Kabupaten Rejang Lebong Batas-batas geografis SMP Negeri 03 Rejang Lebong sebagai berikut: Sebelah Utara berbatasan dengan rumah penduduk, sebelah Selatan berbatasan dengan

perkebunan penduduk. Sebelah timur berbatasan dengan perkebunan penduduk, dan sebelah barat berbatasan dengan perkebunan penduduk.

Berikut adalah profil sekolah SMP Negeri 03 Rejang lebong:

**Tabel 4.1 Profil Sekolah SMP Negeri 03 Rejang Lebong**

No.	<b>Identitas Sekolah</b>	
1	Nama Sekolah	SMP Negeri 03 Rejang Lebong
2	Nomor Statistik	201260203001
3	Provinsi	Bengkulu
4	Kabupaten	Rejang Lebong
5	Kecamatan	Curup Utara
6	Desa	Talang Ulu
7	Tahun Berdiri	1979
8	Tahun Penegrian	1979

### **3. Visi dan Misi SMPN 03 Rejang Lebong**

#### a. Visi SMPN 03 Rejang lebong

“Terwujudnya peserta didik yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa. Berakhlak mulia, mandiri, kreatif, berkompetesi, berprestasi, dan berwawasan lingkungan.”

#### b. Misi SMPN 03 Rejang Lebong

- 1) Menjalankan ajaran agama dan berperilaku akhlakul karimah dalam kehidupan sehari hari

- 2) Melaksanakan pembelajaran aktif, kreatif, efektif menyenangkan untuk mengembangkan potensi keilmuan peserta didik
- 3) Menumbuhkembangkan kompetensi peserta didik untuk meningkatkan prestasi akademik dan non akademik
- 4) Melestarikan kearifan lokal sebagai bagian dari kekayaan budaya bangsa.
- 5) Membudayakan sikap jujur, disiplin, dan bertanggung jawab.

#### **4. Daftar Guru BK di SMP Negeri 03 Rejang Lebong**

Berikut merupakan daftar guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 03 Rejang Lebong yang masing-masing bertanggung jawab membina satu angkatan sebagai siswa asuh.

**Tabel 4.2 Nama Guru BK SMP Negeri 03 Rejang Lebong**

No.	Nama informan	Jabatan	Keterangan
1.	Sri Mulyati, M.Pd., Kons	Guru BK	Memegang Siswa asuh kelas VII
2.	Isabela Ramadani, S.Pd., Gr	Guru BK	Memegang Siswa asuh kelas IX
3.	Dewi Susanti, S.Pd., Gr	Guru BK	Memegang Siswa asuh kelas VIII

## B. HASIL PENELITIAN

Pada bab ini, peneliti akan menguraikan hasil dari penelitian yang peneliti dapatkan di SMP Negeri 03 Rejang Lebong. Berdasarkan dengan hasil Observasi dan wawancara di dapatkan bahwa di SMP Negeri 03 Rejang Lebong ada tiga guru BK, masing-masing kelas memiliki satu guru BK. Ibu Isabela Ramadani, S.Pd., Gr memegang kelas IX yang keseluruhan siswa asuhnya berjumlah 195 dan. ibu Dewi Susanti, S.Pd., Gr memegang kelas VIII yang keseluruhan siswa asuhnya berjumlah 179. Sedangkan ibu Sri Mulyati, M.Pd., Kons memegang kelas VII yang dimana jumlah siswa asuhnya ada 168.

### **1. Bagaimana pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.**

#### a. Respon guru BK dalam menyikapi masalah

Berdasarkan hasil observasi terkait respon guru BK dalam menyikapi masalah didapat bahwa guru BK tidak langsung melabeli siswa memiliki masalah namun mereka melakukan pemantauan terlebih dahulu kemudian juga menanyakan kepada wali kelas maupun teman sebaya kemudian melakukan pendekatan personal. Siswa yang terlihat memiliki masalah kemudian diajak ke ruang BK dan diajak berbicara secara santai agar menimbulkan rasa nyaman pada siswa saat menyampaikan perasaannya.<sup>63</sup>

---

<sup>63</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara pada Guru BK berikut pernyataan dari informan:

Ibu Isabela Ramadani mengatakan:

“Kita kan tidak bisa langsung mengecap anak ini bermasalah, otomatis seperti yang ibuk sampaikan tadi kita buatkan jadwal khusus, di SMP ini kan ada 3 guru BK nya ada kelas 7, 8, 9. Nah disitu kita membuat jadwal khusus dan seperti yang ibuk katakan tadi dalam sebulan itu minimal satu kali saja kita masuk ke kelas”<sup>64</sup>

Begini jelas ibu Isabela Ramadani, kemudian ia melanjutkan:

“Setelah kita mendapatkan izin dari guru mata pelajaran untuk masuk ke kelas kemudian kita masuk, kita memberikan bimbingan klasikal, kita absen anak akhirnya nanti kita bisa memantau dan melihat mana anak-anak yang sedang mengalami masalah.”<sup>65</sup>

Ibu Dewi Susanti menyampaikan:

“Kalau biasanya sih dapat info langsung dipanggil anaknya, konseling pribadi, terus ditelusuri tinggal sama siapa, terus kita tanya-tanya terkait permasalahannya.”<sup>66</sup>

Kemudian bu Dewi Susanti Menambahkan:

“Nahh terus misalnya kalau kita melihat ada anak yang berbeda gitu pasti dipanggil. Kita ajak ngobrol rumah kamu dimana, orang tua kamu dimana kayak gitu.”<sup>67</sup>

Ibu Sri Mulyati menyampaikan:

---

<sup>64</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>65</sup> *Ibid.*

<sup>66</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>67</sup> *Ibid.*

“Biasanya saya coba deketin dulu, ngobrol santai. Nggak langsung masuk ke inti masalahnya. Saya ajak cerita, tanya-tanya ringan dulu. Kalau udah nyaman, baru pelan-pelan saya gali apa yang dia rasain. Yang penting anaknya ngerasa didengerin dulu.”<sup>68</sup>

Berdasarkan hasil wawancara, respon guru BK dalam menyikapi masalah penerimaan diri siswa umumnya diawali dengan pendekatan personal. Guru BK tidak serta-merta menilai siswa bermasalah, melainkan melakukan pemantauan melalui bimbingan klasikal di kelas maupun interaksi sehari-hari. Jika terlihat adanya tanda-tanda kesulitan, siswa dipanggil untuk konseling pribadi, ditelusuri kondisi keluarganya, dan diajak berbicara secara santai agar merasa nyaman. Dengan cara ini, guru BK berupaya membangun kedekatan dan menciptakan suasana yang mendukung, sehingga siswa lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahannya.

b. Rencanan penanganan

Berdasarkan hasil observasi, guru BK menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) sebelum memberikan layanan, materi yang diberikan disesuaikan dengan SKKPD (Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik). Sedangkan konseling individual sering bersifat insidental. Di ruang BK, guru mencatat data siswa dan menentukan jenis layanan yang sesuai berdasarkan permasalahan

---

<sup>68</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons (guru Bk kelas VII) pada tanggal 06 Agustus 2025

yang dialami. Perencanaan ini dilakukan agar penanganan terhadap siswa lebih terarah.<sup>69</sup>

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK, Guru BK menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dan memilih jenis layanan sesuai kebutuhan siswa. Berdasarkan hasil wawancara Berikut pernyataan guru BK:

Ibu Isabela Ramadani menyatakan:

“Jadi, sebagai guru BK itu kita buat dulu rencana pelaksanaan layanan yang mau kita kasih ke siswa. Pertama kita masuk ke kelas, lihat dulu kondisinya, lalu tentukan pendampingan apa yang cocok. Bisa jadi konseling individual, atau juga bimbingan kelompok. Nah, kalau bimbingan kelompok itu biasanya nggak cuma dari satu kelas aja. Kita ambil dari kelas A, kelas B, atau kelas C, terus kita gabung jadi satu kelompok sesuai sama masalah yang mereka hadapi.”<sup>70</sup>

Buk Dewi Susanti menyatakan:

“Kalau konseling individual itu kan sifatnya insidental ya, jadi nggak terlalu banyak persiapannya.”<sup>71</sup>

Begini jelas buk Dewi Susanti Kemudian ia melanjutkan:

“Tapi kalau untuk konseling kelompok, bimbingan kelompok, atau layanan klasikal, itu memang nggak ada jadwal tetap. Biasanya kita minta izin dulu ke guru mata pelajaran untuk bisa masuk ke kelas. Nah, untuk itu kita siapkan RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan), dan materinya kita sesuaikan dengan SKKPD (Standar

<sup>69</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

<sup>70</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>71</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

Kompetensi Kemandirian Peserta Didik), jadi nggak bisa sembarang.”<sup>72</sup>

Buk Sri Mulyati menyampaikan:

“Biasanya saya lihat dulu dari perilaku anak, terus ngobrol juga sama wali kelas atau teman-temannya buat cari tahu lebih jauh. Kalau memang kelihatan butuh bantuan, saya langsung jadwalkan untuk konseling pribadi. Jadi sifatnya nggak terlalu formal, lebih ke respon cepat sesuai situasi di lapangan.”<sup>73</sup>

Berdasarkan hasil wawancara diatas, guru BK dalam merencanakan penanganan masalah penerimaan diri siswa menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dan menyesuaikan bentuk layanan dengan kebutuhan, baik melalui konseling individual, bimbingan kelompok, maupun layanan klasikal. Konseling individual bersifat insidental, sedangkan bimbingan kelompok atau klasikal disusun dengan materi sesuai standar. Dalam praktiknya, guru BK melihat kondisi siswa, berkoordinasi dengan wali kelas atau teman sebaya, lalu menentukan langkah yang tepat. Dengan demikian, perencanaan layanan tetap fleksibel namun terarah sesuai kebutuhan siswa.

---

<sup>72</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>73</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII) pada tanggal 06 Agustus 2025

c. Proses Penanganan dan pendampingan

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di lapangan, terlihat bahwa proses penanganan siswa yang mengalami masalah penerimaan diri oleh guru BK dilakukan secara bertahap dan bersifat hangat. Guru BK memulai layanan dengan membangun hubungan yang akrab melalui percakapan santai agar siswa merasa nyaman dan mau terbuka. Setelah kepercayaan terjalin, guru BK secara perlahan menggali perasaan siswa terkait rasa minder, kurang percaya diri, dan cara siswa memandang dirinya. bahkan mengarahkan siswa untuk melihat potensi dari hal-hal yang sebelumnya dianggap sebagai kelemahan. Dalam proses ini, guru BK juga memberikan pendampingan berkelanjutan serta, jika diperlukan, bekerja sama dengan guru lain dan orang tua.<sup>74</sup>

Hal ini terkait dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK di dapatkan bahwa pendekatan dilakukan secara bertahap untuk membangun rasa percaya diri siswa berikut pernyataan dari Guru BK.

Ibu Isabela Ramadani menyatakan:

“Biasanya saya mulai dengan ngajak siswa ngobrol santai dulu supaya dia nyaman dan mau terbuka. Setelah itu baru saya pelan-pelan gali masalahnya, terutama soal bagaimana dia melihat dirinya sendiri misalnya ngerasa minder, nggak percaya diri, atau suka bandingin diri sama orang lain.”<sup>75</sup>

---

<sup>74</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

<sup>75</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

Kemudian buk Isabela Ramadani melanjutkan pernyataannya:

“Kalau udah ketemu akar masalahnya, saya bantu dia buat mulai kenal dan nerima dirinya sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangannya. Saya juga arahkan dia ikut kegiatan yang bisa bantu naikin rasa percaya dirinya. Kalau perlu, saya ajak kerja sama juga sama guru lain atau orang tua. Prosesnya bertahap, tapi saya dampingi terus sampai dia mulai bisa nerima dirinya dengan lebih baik.”<sup>76</sup>

Ibu Dewi Susanti menyatakan:

“Contoh kasus ya, waktu itu ada siswa yang badannya gendut, tinggi, dan dari gerak-geriknya kelihatan banget kalau dia minder. Saya pun memanggilnya untuk ngobrol santai. Pelan-pelan saya tanya dan gali ceritanya. Dari situ, saya jelaskan kalau tubuhnya yang tinggi dan besar justru bisa jadi kelebihan, misalnya cocok banget ikut paskibra. Saya bangun rasa percaya dirinya dengan menekankan kalau itu bukan kekurangan, tapi potensi yang bisa dibanggakan. Jadi, siswa yang awalnya menganggap kelemahan, saya arahkan supaya dia bisa lihat sisi positifnya dan lebih percaya diri.”<sup>77</sup>

Ibuk Sri Mulyati menyatakan:

“Ya, awalnya bangun dulu kepercayaan anak tersebut. Kalau anak udah percaya, dia lebih gampang cerita. Terus saya bantu dia lihat sisi positif dalam dirinya, biar dia sadar bahwa dia tuh punya kelebihan juga. Saya juga ajarin dia untuk nggak terus-terusan mikir negatif. Saya yakinkan dia kalau menurutnya ada kekurangan dalam dirinya tapi saya tunjukkan kelebihan agar dia sadar kalau dirinya itu juga berarti dan nggak seburuk yang ada dipikiran nya.”<sup>78</sup>

---

<sup>76</sup> Ibid.

<sup>77</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>78</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

Dari hasil wawancara terlihat bahwa guru BK lebih banyak menggunakan pendekatan yang hangat dan bertahap. Mereka biasanya memulai dengan ngobrol santai agar siswa merasa nyaman, lalu perlahan mengajak siswa memahami masalah yang membuatnya minder atau kurang percaya diri. Setelah itu, guru berusaha menunjukkan sisi positif dari diri siswa, bahkan mengubah hal yang dianggap kekurangan menjadi potensi. Guru BK mendampingi siswa secara terus-menerus sampai mereka mampu menerima diri sendiri dengan lebih baik.

Selain itu untuk memperkuat hasil temuan peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa siswa yang mengalami masalah penerimaan diri, berikut pernyataan dari siswa:

Siswa berinisial AP menyatakan:

“Pas pertama dipanggil ke ruang BK saya takutnya dimarahin, tapi ternyata nggak, buk isabela ngajak saya ngobrol terkait dengan masalah saya supaya bisa dibantu katanya. Jadi saya berani ngomong apa adanya.”<sup>79</sup>

Siswa berinisial CA menyatakan:

“kalau saya waktu itu nggak dipanggil ke ruang BK, tapi ditanya sama buk iis kenapa murung sambil bergurau terus akhirnya saya cerita sedikit, kemudian bu iis bilang untuk datang ke ruang BK supaya bisa cerita lebih banyak dan ibu usaha bantu. Terus saya datang ke ruang BK cerita dan dikasih saran dan semangat sama bu isabela”<sup>80</sup>

---

<sup>79</sup> Hasil wawancara dengan AP siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>80</sup> Hasil wawancara dengan CA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial SB menyatakan:

“Jadi waktu itu saya dipanggil ke ruang BK oleh bu iis setelah selesai mengajar di kelas, saat itu bu iis tanya kok tiap di tanya dan si suruh maju saya diam aja nggk jawab tapi dengan nada yang lembut yang membuat saya berani bercerita, terus saya cerita kalau nggk percaya diri maju didepan kelas apalag diliatinn banyak orang jadi mulut saya diam aja membeku, kemudian beliau nyaranin ikut kegiatan yang membuat saya berani tampil mulai dari hal kecil sehingga saya berani tampil maju depan banyak orang.”<sup>81</sup>

Siswa berinisial SA menyatakan:

“Jadi waktu itu saya sering diejek karena badan saya besar. Bu Dewi nggak langsung nyalahin saya, tapi beliau jelaskan kalau bentuk tubuh itu juga bisa jadi kelebihan. Beliau contohnin kalau saya bisa cocok ikut paskibra. Beliau bantu saya lihat potensi itu, jadi saya perlahan mulai bangga dengan diri saya.”<sup>82</sup>

Siswa berinisial ZB menyatakan:

“Setelah saya di tanggani oleh ibu dewi waktu itu kemudian di hari-hari berikutnya beliau selalu mengawasi dan jadi pendukung saya. Beliau selalu memberi penguatan positif kalau saya berhasil membuat hal positif, hal itu membuat saya lebih diperhatikan dan berharga sehingga saya lebih berani dalam hal yang sebelumnya saya tidak percaya diri.”<sup>83</sup>

---

<sup>81</sup> Hasil wawancara dengan SB siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>82</sup> Hasil wawancara dengan SA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>83</sup> Hasil wawancara dengan ZB siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial AA menyatakan:

“Waktu ngobrol sama Bu Dewi, beliau jelasin dengan sabar kalau saya jangan hanya fokus ke kekurangan. Beliau ajak saya nyebutkan hal-hal baik tentang diri saya, lalu beliau kasih apresiasi. Dari situ saya mulai sadar kalau saya punya banyak hal positif.”<sup>84</sup>

Siswa berinisial BR menyatakan:

“Bu dewi bilang kalau setiap orang itu punya kelebihan dan keurangannya masing-masing beliau mengesampingkan rasa minder saya dan mengatakan saya seharusnya fokus pada keterampilan yg saya miliki, dan semua ekstrakulikuler yang saya ikuti juga selalu didukung oleh bu dewi padahal saya sudah selesai konseling tapi sampai sekarang dia masih mendukung saya.”<sup>85</sup>

Siswa berinisial AR menyatakan:

“saya pergi ke ruang BK untuk cerita sama bu sri kalau saya sering merasa minder dan berpikir yang tidak baik tentang diri saya ibu sri ngajarin teknik sederhana kayak menulis hal-hal positif tentang diri saya setiap hari. Beliau bilang itu bisa melatih pikiran saya biar nggak terus-terusan fokus ke kekurangan. Lama-lama saya sadar nih sisi positif diri dan lumayan pede sekarang.”<sup>86</sup>

Siswa berinisial AN menyatakan:

“Awalnya saya takut cerita, tapi Bu Sri bilang ruang BK aman buat curhat. Itu bikin saya berani terbuka. Setelah itu beliau bantu saya terima kalau punya kekurangan itu wajar, yang penting saya bisa kembangkan kelebihan.”<sup>87</sup>

---

<sup>84</sup> Hasil wawancara dengan AA siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>85</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>86</sup> Hasil wawancara dengan AR siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>87</sup> Hasil wawancara dengan An siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial RP menyatakan:

“Bu Sri nggak cuma dengerin, tapi juga kasih motivasi kalau saya bisa buktiin diri dengan prestasi. Beliau ngajak saya ikut lomba kecil di sekolah dan saat itu dibimbing beliau. Setelah saya coba, saya jadi lebih percaya diri dan nggak terlalu mikirin ejekan.”<sup>88</sup>

Siswa berinisial SP menyatakan:

“Saya sering sakit hati kalau diejek. Bu Sri ngajak saya latihan respon yang lebih baik, misalnya dengan cara diam atau jawab santai. Beliau juga kasih contoh nyata kalau saya punya kemampuan lain yang bisa bikin saya dihargai. Itu bikin saya lebih kuat.”<sup>89</sup>

Siswa berinisial TP menyatakan:

“Saya didampingi beberapa kali sama bu Sri, nggak yang sekali penanganan langsung selesai. Setiap perteuan selalu ditanya perkembangan saya, apa masih sering diejek atau sudah percaya diri, jadi saya juga merasa diperhatikan.”<sup>90</sup>

Berdasarkan uraian hasil wawancara di atas dapat diketahui bahwa Guru BK menangani masalah penerimaan diri siswa melalui pendekatan yang empatik dan membuat siswa merasa aman untuk

<sup>88</sup> Hasil wawancara dengan RP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>89</sup> Hasil wawancara dengan SP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>90</sup> Hasil wawancara dengan TP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

bercerita. Guru BK membantu siswa mengenali potensi diri, memberi penguatan positif, serta memberikan strategi konkret seperti latihan tampil dan teknik berpikir positif. Pendampingan dilakukan secara berkelanjutan sehingga siswa merasa didukung dan perlahan mampu meningkatkan penerimaan diri serta kepercayaan diri mereka.

d. Penilaian terhadap masalah yang ditangani

Berdasarkan hasil observasi keberhasilan proses penanganan yang dilakukan dapat dilihat dari perubahan siswa seperti siswa yang awalnya memiliki rasa minder berlebih dan cenderung menyendiri mulai menunjukkan keberanian dalam berinteraksi. Guru BK juga tidak hanya mengandalkan hasil konseling, tetapi secara aktif memantau perkembangan siswa melalui komunikasi dengan teman sebaya dan wali kelas. Dalam beberapa kasus, apabila perubahan belum terlihat signifikan, guru BK kembali melakukan pendampingan lanjutan dan melibatkan orang tua agar penanganan dapat berlangsung secara lebih optimal dan berkesinambungan.<sup>91</sup>

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK diperoleh data sebagai berikut:

Bagaimana cara Bapak/Ibu menilai atau mengevaluasi apakah masalah penerimaan diri yang dialami siswa sudah tertangani dengan baik?

---

<sup>91</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

Ibu Isabela Ramadani menyatakan:

“Biasanya saya lihat dari sikapnya, mbak. Anak itu mulai kelihatan lebih terbuka, lebih percaya diri, dan berani gabung sama teman-temannya. Saya juga terus memantau dan ngobrol dengan guru mata pelajaran untuk tahu bagaimana perkembangan anak yang sedang kita bimbing.”<sup>92</sup>

Senada dengan itu buk Dewi Susanti menyatakan:

“Sebagai guru BK, biasanya ibuk memperhatikan apakah ada perubahan pada diri siswa. Seperti yang ibuk katakan tadi, kita ajak ngobrol secara khusus, apakah dia mulai lebih percaya diri, tidak murung lagi, atau masih sama seperti sebelumnya.”<sup>93</sup>

Setelah pernyataan itu kemudian buk Dewi Susanti melanjutkan pernyatannya:

“Perubahan itu memang nggak langsung terlihat besar, jadi biasanya kami juga ngobrol dengan wali kelas untuk tahu perkembangan anak tersebut. Dari situ, baru diputuskan apakah anak perlu dipanggil lagi untuk dibimbing. Kalau ternyata masalahnya masih belum selesai, kami juga mengajak orang tua untuk ikut bekerja sama supaya bimbingannya bisa lebih maksimal.”<sup>94</sup>

---

<sup>92</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>93</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>94</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

Buk Sri Mulyati menyatakan:

“Kita bisa lihat dari sikapnya, mbak. Dia mulai lebih terbuka, percaya diri, dan berani bergabung dengan teman-temannya. Saya juga terus memantau dan sering ngobrol dengan guru mata pelajaran untuk tahu perkembangan siswa yang saya bimbing.”<sup>95</sup>

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dapat disimpulkan bahwa penilaian guru BK terhadap keberhasilan penanganan masalah penerimaan diri siswa dilihat dari adanya perubahan sikap, seperti lebih terbuka, percaya diri, dan berani berinteraksi dengan teman. Selain itu, guru BK juga memantau perkembangan melalui komunikasi dengan guru mata pelajaran maupun wali kelas, bahkan melibatkan orang tua bila diperlukan, sehingga proses evaluasi lebih menyeluruh.

## **2. Masalah penerimaan diri yang dialami siswa**

Untuk mengungkapkan apa saja masalah penerimaan diri siswa peneliti melakukan wawancara kepada Guru BK di SMPN 03 Rejang Lebong dengan beberapa pertanyaan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan ketiga guru BK , ditemukan bentuk-bentuk masalah penerimaan diri pada siswa SMP Negeri 03 Rejang Lebong meliputi:

### a. Bentuk masalah penerimaan diri yang dialami

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa terdapat dua belas siswa yang mengalami masalah penerimaan diri yaitu lima siswa di kelas VII, kemudian tiga siswa dikelas VIII, dan empat siswa dikelas

---

<sup>95</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

IX.<sup>96</sup> Adapun bentuk-bentuk masalah penerimaan diri yang dialami siswa dipaparkan dari hasil wawancara berikut:

- 1) Rasa rendah diri akibat kondisi fisik dan kemampuan akademik

Berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan informan:

Ibu Isabela Ramadani menyatakan :

“Menurut pengalaman ibu ya, masalah penerimaan diri yang sering di alami oleh siswa paling sering itu yang pertama perbedaan dengan teman sebaya, perbedaan kan bermacam-macam ni. Perbedaan bisa berpengaruh dari fisik seseorang. Nah kadang anak-anak kan senang bergaul dengan selevel dia nah ada anak yang maaf kita ngomong ya dari segi fisik dia tidak normal, nah dia tidak mau ni bergabung dengan yang lain.”<sup>97</sup>

Begitu jelas bu Isabela Ramadani, kemudian ia melanjutkan:

“Ada contoh anak kelas delapan yang memiliki fisik yang sedikit kurang dia cenderung murung dan banyak sendirian dia kurang mau bergaul dengan teman-temannya jadi kondisi itu yang agak jadi perhatian kita guru BK.”<sup>98</sup>

Senada dengan itu, ibu Sri Mulyati mengungkapkan:”

“Kalau yang saya lihat ya, banyak anak itu minder sama dirinya sendiri. Misalnya, ngerasa kulitnya gelap, badannya gemuk, atau nggak sepintar temennya.”<sup>99</sup>

Begitu jelas ibu Sri Mulyati, kemudian ia melanjutkan:

“Terus ada juga yang merasa kayak “nggak pantas” buat ikut kegiatan sekolah. Jadi kayak belum bisa menerima diri sendiri padahal kan tiap anak punya kelebihan dan kekurangan masing-masing ya.”

<sup>96</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

<sup>97</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>98</sup> Ibid.

<sup>99</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII) pada tanggal 06 Agustus 2025

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa Guru BK melihat bahwa ketidakmampuan siswa untuk menerima kekurangan fisik maupun perbandingan prestasi akademik menjadi pemicu utama munculnya rasa minder, menarik diri dari pergaulan, hingga kurangnya partisipasi dalam kegiatan sekolah.

Selain wawancara dengan ketiga guru BK peneliti juga melakukan wawancara dengan dua belas siswa yang mengalami masalah penerimaan diri, ketika dikonfirmasi pada siswa, bentuk masalah penerimaan diri yang dialami berupa rasa minder, tidak percaya diri, maupun membandingkan diri dengan teman sebaya. Hal ini tampak dari pernyataan siswa yang mengatakan:

Siswa berinisial AP menyatakan:

“saya sering merasa minder dengan teman-teman yang lain karena saya merasa kurang cantik dan tidak sesuai dengan gaya teman-teman disini, jadi saya sukanya menyendiri aja dari pada nanti dibully”<sup>100</sup>

Siswa berinisial CA menyatakan:

“Saya terus berpikir negative tentang diri saya sendiri seperti merasa tidak lebih baik dari teman yang lain, teman yang lain lebih baik sedangkan saya gini-gini aja.”<sup>101</sup>

Siswa berinisial SB menyatakan:

“Saya tidak percaya diri bu, kadang ada yang suka ngeledek karena katanya saya hitam, terus kurus, padahal saya nggak

<sup>100</sup> Hasil wawancara dengan AP siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr )

<sup>101</sup> Hasil wawancara dengan CA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

ganggu mereka tapi mereka suka ngeledek saya dan buat saya jadi minder untuk gabung ke yg lain”<sup>102</sup>

Siswa berinisial SA menyatakan:

“Saya disekolah pendiam dan kurang bergaul dengan teman yang lain karena saya merasa nggk selevel gitu sama mereka jadi sering gabung sama beberapa teman aja bu, soalnya yang lain suka judes, ngatain orang sembarang.”<sup>103</sup>

Siswa berinisial SP menyatakan :

“Saya dikatain gemuk bu, gemuk, hitam, diejek terus sama mereka, jadinya saya malas gabung sama mereka karena kata-katanya bikin sakit hati”<sup>104</sup>

Siswa berinisial TP menyatakan:

“Badan saya gemuk, jadi sering diejek waktu kami lagi olahraga. Itu yang bikin saya jadi males ikutan main sama teman-teman.”<sup>105</sup>

Siswa berinisial menyatakan RP:

“itu karena nilai saya sering lebih rendah dari teman yang lain, jadi saya merasa kurang dari mereka saya merasa nggak sepintar mereka dan saat guru bertanya saya juga nggk berani buat jawab mulut saya terpaku rasanya.”<sup>106</sup>

<sup>102</sup> Hasil wawancara dengan SB siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>103</sup> Hasil wawancara dengan SA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>104</sup> Hasil wawancara dengan SP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>105</sup> Hasil wawancara dengan TP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>106</sup> Hasil wawancara dengan RP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons ) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial menyatakan AN:

“Saya sering merasa gagal dan sulit menyelesaikan tugas, kemudian saya juga merasa tidak lebih baik dari teman-teman yang lain hal itu membuat saya sering merasa rendah diri.”<sup>107</sup>

Siswa berinisial menyatakan AR:

“kemaren di panggil ke ruang BK karena saya sering menyendiri di kelas, saya sangat pemalu dan kurang aktif dalam kelas maupun diluar kelas. Kurang semangat sekolahnya.”<sup>108</sup>

Siswa berinisial menyatakan ZB:

“Saya dulu sering bolos karena malu dan saya merasa tidak terima orang tua saya bercerai. Tinggal sama nenek bikin saya ngerasa beda dari teman-teman dan ada perasaan ditinggalkan. Walaupun sebenarnya nenek baik ke saya.”<sup>109</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa bentuk masalah penerimaan diri yang dialami siswa berupa rasa minder, tidak percaya diri, maupun membandingkan diri dengan teman sebaya. Rasa rendah diri akibat kondisi fisik dan kemampuan akademik maupun masalah pribadi menjadi salah satu bentuk nyata dari permasalahan penerimaan diri yang dialami siswa.

## 2) Kurangnya kepercayaan diri Karena perbedaan budaya atau bahasa

Selain bentuk-bentuk masalah penerimaan diri pada siswa

diantar berikut beberapa pernyataan yang dipaparkan guru BK:

---

<sup>107</sup> Hasil wawancara dengan AN siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>108</sup> Hasil wawancara dengan AR siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>109</sup> Hasil wawancara dengan ZB siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S.Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

Ibu Dewi Susanti menyatakan:

“anak-anak dari lembak biasanya merasa rendah diri karena perbedaan bahasa dan budaya kali ya.. jadi mereka kurang penyesuaian diri dengan lingkungan jadi kurang bergaul juga.”<sup>110</sup>

Selaras dengan itu ibu Dewi Susanti juga menambahkan:

“Anak-anak yang berasal dari daerah Lembak terkadang cenderung menarik diri atau kurang bergaul dengan teman-teman dari latar belakang yang berbeda, terutama karena adanya perbedaan bahasa yang membuat mereka merasa kurang percaya diri untuk berkomunikasi.”<sup>111</sup>

Peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa yang mengalami masalah penerimaan diri seperti yang dinyatakan oleh guru BK di atas, berikut pernyataan dari siswa:

Siswa berinisial menyatakan AA:

“saya jadi sering merasa minder soalnya bahasa saya yang masih kental logat lembak. Kalau lagi ngomong dikelas suka ada yang ngejek atau ditiruin gitu sama temen, jadi saya kurang merasa nyaman dengan lingkungan sekolah disini. Kadang saya mau bergabung sama yang lain tapi karena sudah pernah diejek saya jadi malas buat gabung.”<sup>112</sup>

Siswa berinisial menyatakan BR:

“Waktu pertama kali masuk sekolah sini, saya susah bergaul soalnya bahasa saya beda sama kebanyakan teman disini. Saya merasa pas saya ngomong ada beberapa teman yang membicarakan saya dari

<sup>110</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>111</sup> *Ibid.*

<sup>112</sup> Hasil wawancara dengan AA siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S.Pd. Gr)

belakang karena logat lembak saya yang masih kental”<sup>113</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa perbedaan bahasa dan logat bahasa daerah yang kental membuat siswa merasa minder dan kurang nyaman di lingkungan sekolah. Hal ini menimbulkan pengalaman diejek oleh teman, sehingga siswa menjadi enggan bergaul dan mengalami hambatan dalam penerimaan diri.

b. Faktor penyebab munculnya masalah penerimaan diri

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, peneliti melihat bahwa rendahnya penerimaan diri siswa dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri dan lingkungan. Dari sisi internal, siswa tampak belum mengenal dan memahami potensi dirinya, sehingga terlihat ragu, kurang percaya diri, dan cenderung menarik diri dalam pergaulan. Dari sisi eksternal, peneliti mengamati adanya pengaruh perbedaan latar belakang budaya dan bahasa hal ini terjadi pada anak yang berasal dari lembak yang logat bahasanya beda dengan curup, pola asuh keluarga yang membandingkan anak, serta paparan media sosial yang mendorong siswa membandingkan dirinya dengan orang lain. Faktor-faktor tersebut tampak memengaruhi sikap dan cara siswa memandang dirinya dalam aktivitas sehari-hari di sekolah.<sup>114</sup> Dalam hal ini sesuai dengan pernyataan hasil wawancara guru BK di dapatkan beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh informan sebagai berikut:

---

<sup>113</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S.Pd. Gr)

<sup>114</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

Ibu Isabela Ramadani menyampaikan: “yang pertama itu ada faktor dari dalam ya! (faktor internal, terus yang kedua ada faktor dari luar (faktor eksternal).”<sup>115</sup>

Setelah penyataan itu ibu Isabela Ramadani menambahkan:

“Faktor internal yang sering jadi penyebab masalah penerimaan diri itu biasanya karena siswa kurang memahami dirinya sendiri. Mereka belum tahu betul maunya apa, seperti misalnya muncul pertanyaan dalam diri mereka sendiri, ‘Sebenarnya aku pengin jadi seperti apa, sih?’ Nah, karena belum punya pemahaman yang jelas tentang dirinya, mereka jadi kurang percaya diri, terutama saat di kelas. Mereka kelihatan ragu-ragu, minder, bahkan kadang menutup diri dari teman-teman. Jadi bisa dibilang, kurangnya pemahaman diri ini cukup berpengaruh terhadap rendahnya penerimaan diri siswa.”<sup>116</sup>

Selaras dengan itu ibu Dewi Susanti menyampaikan:

“faktor budaya kayaknya ya, contohnya seperti anak-anak dari lembak ini dia jadi kurang bergaul dengan yang lain karena mungkin perbedaan bahasanya, tapi di balik itu ada juga positifnya dari mereka bahkan yang mengikuti sanggar

<sup>115</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>116</sup> *Ibid.*

seni kan kebanyakan dari lembak gitu nah itu penerimaan diri yang bagusnya .”<sup>117</sup>

Sedangkan ibu sri mulyati mengungkapkan:

“Macam-macam ya, tapi paling sering tuh dari keluarga sama lingkungan sekitar. Seperti kadang orang tua suka bandingin anaknya sama saudara atau temennya. Terus dari media sosial juga, anak-anak sekarang sering bandingin diri sama yang mereka lihat di media sosial. Jadi lama-lama muncul rasa nggak puas sama diri sendiri.”<sup>118</sup>

Kutipan hasil wawancara diatas, menjelaskan bahwa penyebab munculnya masalah penerimaan diri pada siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dari sisi internal, siswa sering kurang memahami dirinya sendiri sehingga muncul rasa ragu, minder, dan kurang percaya diri. Dari sisi eksternal, perbedaan budaya dan bahasa, pola asuh keluarga yang sering membandingkan anak, serta pengaruh media sosial membuat siswa kesulitan menyesuaikan diri dan cenderung merasa tidak puas dengan dirinya.

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan para siswa, diperoleh informasi bahwa penyebab munculnya masalah

<sup>117</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>118</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII) pada tanggal 06 Agustus 2025

penerimaan diri pada siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal, berikut pernyataan dari siswa:

Siswa berinisial AP menyatakan:

“Sebenarnya saya juga bingung sih bu, mungkin emang dari diri saya saja yang belum memahami diri saya bersikap bagaimana seharusnya”<sup>119</sup>

Siswa berinisial CA menyatakan:

“kalau saya nggak tau kenapa ya bu. Saya merasa kurang pede aja gitu karena nilai saya sering dibawah teman-teman jadi saya merasa saya dibawah mereka gitu”<sup>120</sup>

Siswa berinisial SB menyatakan:

“saya ngerasa saya nggak punya kelebihan apa-apa dibandingkan dengan teman-teman lainnya. Teman-teman yang lain ada yang pintar ada yang jago main bola dan kelebihan lainnya sedangkan saya nggak ada.”<sup>121</sup>

Siswa berinisial SA menyatakan:

“Saya udah mulai merasa malu dengan tubuh saya dari SD, karena badan saya gendut dan hitam saya sering jadi bahan olok-an teman. Padahal saya nggak pernah ganggu mereka. Saya nggak berani cerita ke orang tua kalau saya sering diejek jadi saya pendem sendiri rasa sakitnya dihina mereka.”<sup>122</sup>

Siswa berinisial AR menyatakan:

<sup>119</sup> Hasil wawancara dengan AP siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>120</sup> Hasil wawancara dengan CA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>121</sup> Hasil wawancara dengan SB siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>122</sup> Hasil wawancara dengan SA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

Kalau ditanya faktor nya apa, saya sebenarnya juga kurang paham kenapa saya memiliki sikap yang seperti ini. Saya kadang juga merasa binguunng dengan diri saya sendiri dengan lingkungan ini banyak deh pokoknya bu.”<sup>123</sup>

Siswa berinisial AA menyatakan:

“Kalau saya awalnya nggak ada yang ngejek paling kayak diomongin dari belakang aja, tapi pas naik kelas dua ada salah satu teman saya makin parah ngomongin saya, katanya gini “*hoi lembak cubo kau ngomong dikit hhh*” sambil ketawa, dia punya circle jadi berani ngejek orang seenaknya.”<sup>124</sup>

Siswa berinisial BR menyatakan:

“Seperti yang saya katakana tadi karena logat bahasa saya yang masih kental sehingga pada saat bersekolah di curup saya jadi bahan ejekan teman-teman disini. Soalnya saya dari kecil menggunakan bahasa asli daerah saya jadi mau gimana lagi logatnya terbawa sampai sekarang.”<sup>125</sup>

Siswa berinisial AN menyatakan:

“Kurang tau juga sih, tapi saya mulai merasa rendah diri itu awalnya karena dirumah mama suka bandingin saya sama kakak saya, katanya kakak lebih rajin lebih pintar. Nggak tau kenapa denger kata-kata membuat saya jadi kepikiran terus, kayak apapun yang saya lakuin tu nggak ada gunanya.”<sup>126</sup>

Siswa berinisial RP menyatakan:

“Dirumah saya suka pusing, orang tua sering berantem terus lampiasin ke saya, tegak salah duduk salah kadang

<sup>123</sup> Hasil wawancara dengan AR siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>124</sup> Hasil wawancara dengan AA siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>125</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>126</sup> Hasil wawancara dengan AN siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

saya jadi malas buat masuk sekolah, mana temen-temen disekolah kadang ngeselin.”<sup>127</sup>

Siswa berinisial ZB menyatakan:

“Saya merasa nggak ada gunanya kesekolah, orang tua saya cerai ibu saya pergi ayah pergi, “jadi saya sekarang tinggal sama nenek. Kadang saya iri lihat teman-teman bisa bareng sama orang tuanya, rasanya saya ini sendirian aja, nggak ada yang peduli. Di rumah nenek baik sama saya, tapi tetap aja beda rasanya. Saya jadi sering mikir, kenapa saya nggak bisa punya keluarga lengkap kayak orang lain. Dari situ saya jadi sering minder, ngerasa saya ini nggak berharga. Mau nerima diri juga susah, soalnya setiap inget keluarga, hati saya langsung sakit.”

Siswa berinisial TP menyatakan:

“awalnya itu karena saya sering diledekin sama teman-teman soal penampilan saya, terus gaya mereka yang lebih bagus membuat saya jadi bahan ejekan dari situ saya merasa kurang dibanding mereka dan membuat saya jadi sulit bergaul.

Siswa berinisial menyatakan SP:

“Nggak tau juga bu, rasa ini muncul dimana saya merasa kalau saya tidak lebih baik dari yang lain.”<sup>128</sup>

Berdasarkan uraian hasil wawancara di atas dapat diketahui bahwa masalah penerimaan diri siswa dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kurang percaya diri, merasa tidak memiliki kelebihan,

---

<sup>127</sup> Hasil wawancara dengan RP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>128</sup> Hasil wawancara dengan SP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

serta mudah minder. Sedangkan faktor eksternal meliputi ejekan teman sebaya, perbandingan dari orang tua, konflik keluarga, pengaruh penampilan, dan juga perbedaan bahasa/logat daerah yang membuat siswa merasa terasing. Faktor-faktor tersebut membuat siswa kesulitan menyesuaikan diri, merasa tidak berharga, serta sulit menerima dirinya sendiri.

c. Dampak dari masalah penerimaan diri siswa

Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan bahwa siswa yang mengalami masalah penerimaan diri cenderung kurang aktif dalam lingkungan sekolah. Hal ini tampak dari perilaku siswa yang menunjukkan rasa malu berlebihan, rendahnya kepercayaan diri, serta kecenderungan memilih menyendiri di bagian belakang kelas dibandingkan berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi tersebut juga berdampak pada aspek akademik, di mana siswa terlihat pasif dalam proses pembelajaran, kurang berpartisipasi dalam diskusi, dan kurang fokus mengikuti kegiatan belajar di kelas.<sup>129</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK Masalah penerimaan diri berdampak pada motivasi, interaksi sosial, dan prestasi belajar. Dalam hal ini sesuai dengan pernyataan yang dipaparkan guru BK sebagai berikut:

Ibu Isabela Ramadani mengungkapkan:

“Dampaknya itu yang pertama siswa memiliki motivasi rendah, akibat dari masalah yang dari rumah anak-anak itu

---

<sup>129</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

cenderung pendiam, murung, dan tidak semangat di sekolah, nilainya pun turun karena pikirannya jauh.”<sup>130</sup>

Lebih lanjut ibu Isabela menambahkan: “Selanjutnya itu anak-anak sulit bergaul karena itu tadi rendahnya penerimaan diri membuat anak-anak menjadi pendiam dan penyendiri.”<sup>131</sup>

Ibu Dewi Susanti menambahkan bahwa perilaku agresif juga bisa muncul:

“kalau disini ya berdasarkan pengalaman ibu anak-anak ini dampaknya jadi agresif bukannya jadi murung malahan jadi agresif karena mungkin dia cari-cari perhatian. Yang sering saya temui malah agresif sampai berkelahi gitu.”<sup>132</sup>

Sedangkan menurut ibu Sri Mulyati:

“Mereka jadi cenderung menarik diri, nggak mau aktif di kelas kadang juga ada yang gampang nangis, gampang tersinggung. Suasana hati itu ngaruh ke cara mereka bersosialisasi dan belajar.”<sup>133</sup>

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dapat disimpulkan bahwa masalah penerimaan diri memberi dampak cukup serius bagi siswa, terutama pada motivasi, interaksi sosial, dan prestasi belajar. Siswa yang mengalami masalah ini cenderung menjadi pendiam, murung, tidak percaya diri, bahkan prestasi belajarnya menurun. Ada juga yang kesulitan bergaul dan lebih memilih menarik diri, sementara sebagian lainnya justru menunjukkan perilaku agresif sebagai bentuk mencari perhatian. Kondisi emosional yang labil, seperti mudah tersinggung atau

<sup>130</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>131</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>132</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>133</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

menangis, turut memengaruhi cara mereka bersosialisasi maupun berpartisipasi di kelas.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap siswa, ketika dikonfirmasi pada siswa mereka menyatakan beberapa dampak dari masalah penerimaan diri yang berbeda-beda seperti menjadi tidak percaya diri kemudian ada yang sampai menarik diri dari lingkungan sosial.

Berikut pernyataan dari siswa:

Siswa berinisial AP menyatakan:

“saya jadi kurang percaya diri dengan penampilan saya bu, saya merasa saya nggak lebih baik dari mereka kalau dikeramaian saya juga merasa malu yang berlebihan dan dirumah saya merasa nggak ada yang memperhatikan apalagi support saya.”<sup>134</sup>

Siswa berinisial CA menyatakan:

“Kadang saya merasa nggak percaya diri sama diri saya sendiri, jadi kalau di sekolah rasanya malas dan nggak semangat. Saya sering bengong sendiri karena kepikiran kekurangan saya, jadi susah fokus belajar dan akhirnya nilai saya ikut turun.”<sup>135</sup>

Siswa berinisial SA menyatakan:

“mungkin saya minder sama diri saya sendiri, kalau ada kegiatan di sekolah saya lebih memilih diem di belakang. Kadang kalau kegiatan di luar ruangan malah saya memilih tetap di kelas atau pergi ke kantin. Saya jadi nggak tertarik ikut ramai-ramai, lebih nyaman menjauhi keramaian karena merasa nggak percaya diri.”<sup>136</sup>

---

<sup>134</sup> Hasil wawancara dengan AP siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>135</sup> Hasil wawancara dengan CA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>136</sup> Hasil wawancara dengan SA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial SB menyatakan:

“kalau saya merasa jadi mudah tersinggung, saya nggak tau kadang yang menurut orang lain itu adalah sebuah candaan tapi kadang sering kena ke hati saya, itu membuat saya tersinggung dan gampang emosi.”<sup>137</sup>

Siswa berinisial ZB menyatakan:

“gara-gara sering dibandingin dan diejek, saya jadi bawaannya panas. Kayak ada dendam dalam hati, jadi kalau ada teman senggol dikit atau ngomong yang nggak enak, saya langsung bales. Pernah juga sampai berantem fisik.”<sup>138</sup>

Siswa berinisial AA menyatakan:

“Karena pas lagi ngomong dengan teman-teman dengan bahasa curup saya masih terbawa logat lembak dan saya jadi sering diejek, jadinya saya malu buat ngobrol dan merasa kurang nyaman dengan lingkungan sekolah.”<sup>139</sup>

Siswa berinisial BR menyatakan:

“Pada saat jam peajaran dikelas saya mau tanya seputar pelajaran yang di jelaskan guru tapi saya nggak berani saya malu nanti kalau saya diketawain gimana, nanti kalau pertanyaannya nggak sesuai gimana. Saya jadi kepikiran yang negative terus.”<sup>140</sup>

Siswa berinisial AR menyatakan:

---

<sup>137</sup> Hasil wawancara dengan SB siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>138</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>139</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>140</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

“Pikiran saya sering kemana-mana pas jam pelajaran dan sering berpikir berlebihan dan nggak fokus pada saat pelajaran.”<sup>141</sup>

Siswa berinisial AN menyatakan:

“Dampaknya terhadap saya yang saya rasakan itu saya menjadi sering menyendiri dan jarang ngomong sama temen-temen.”<sup>142</sup>

Siswa berinisial RP menyatakan:

“Saya kurang bersemangat kesekolah karena teman-teman punya circle masing-masing.”<sup>143</sup>

Siswa berinisial SP menyatakan:

“saya jadi merasa tertekan kesekolah dan mengalami kecemasan berlebihan bu, kadang sampai kepikiran hal yang ngak-ngak.”<sup>144</sup>

Siswa berinisial TP menyatakan:

semenjak saya sering diejek pas SD sampai sekarang karena badan saya yang gemuk dan hitam, saya jadi sering kepikiran dengan omongan mereka saya jadi tertekan dan kehilangan rasa percaya diri pada diri saya, bahkan saya yang dulu ceria sekarang jadi sering murung.”<sup>145</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa masalah penerimaan diri berdampak pada rendahnya rasa percaya diri, munculnya rasa minder, serta kecenderungan menarik diri dari pergaulan. Siswa juga mengalami perubahan emosi seperti mudah tersinggung, cepat marah,

<sup>141</sup> Hasil wawancara dengan AR siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>142</sup> Hasil wawancara dengan AN siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>143</sup> Hasil wawancara dengan RP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>144</sup> Hasil wawancara dengan SP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>145</sup> Hasil wawancara dengan TP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons)

bahkan berperilaku agresif. Selain itu, dampak terlihat pada aspek akademik berupa kurang fokus, takut bertanya, dan menurunnya semangat belajar, sehingga siswa merasa tertekan dan cemas di sekolah.

### **3. Bagaimana hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri tersebut.**

Setelah mengetahui bagaimana pengalaman guru Bk dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri kemudian peneliti menggali bagaimana hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri tersebut. Wawancara yang telah dilakukan terhadap tiga guru Bk memberi gambaran yang jelas tentang hasil bantuan yang diberikan oleh guru BK. Adapun data yang diperoleh dari hasil wawancara sebagai berikut:

#### a. Perubahan yang terlihat

Berdasarkan hasil observasi perubahan yang terlihat pada siswa terjadi melalui proses yang bertahap dimana siswa yang mengalami masalah penerimaan diri dengan kasusnya masing-masing menunjukkan perubahan semakin baik dari pada sebelumnya dan tentunya siswa yang sudah ditangani oleh guru BK sejauh ini sudah mulai tetap terbuka dalam menghadap guru BK. Lewat pendampingan guru BK mereka perlahaan menunjukkan sikap penerimaan diri yang baik.<sup>146</sup>

Kemudian berdasarkan hasil wawancara dengan tiga guru BK diperoleh data sebagai berikut:

---

<sup>146</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

Ibu Isabela Ramadani menyatakan:

“Ada perubahan, tapi tentu tidak langsung terlihat begitu saja. Ada tahapan dan prosesnya. Anak itu biasanya juga tidak langsung bisa menceritakan permasalahannya. Jadi, kita sebagai guru BK harus terus menggali sampai anak menemukan kata-kata yang pas untuk mengungkapkan masalahnya.”<sup>147</sup>

Untuk memperkuat data penelitian, peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa yang ditangani bu iis, adapun pernyataan siswa sebagai berikut:

Siswa berinisial AP menyatakan:

“Dulu saya takut banget masuk ke ruang BK, tapi setelah diajak sama bu iis ternyata tidak semenyeramkan itu, saya jadi nggak sungkan lagi cerita jujur tentang apa yang saya rasain. Dulu saya minder karena kondisi fisik yang menurut saya kurang dari yang lain tapi setelah didampingi bu iis saya merasa lebih baik.”<sup>148</sup>

Siswa berinisial CA menyatakan:

“Saya merasa lebih baik dan nyaman ditangani sama bu iis, saya udah nggak murung lagi sekarang saya jadi lebih percaya diri.”<sup>149</sup>

Siswa berinisial SB menyatakan:

“Saya merasa diperhatikan oleh bu iis, pada saat bercerita saya juga leluasa karena saya percaya sama bu iis, sekarang saya berusaha memberanikan diri bergaul dengan teman-teman dan menghilangkan rasa minder pada diri saya.”<sup>150</sup>

---

<sup>147</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>148</sup> Hasil wawancara dengan AP siswa kelas IX ( anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr )

<sup>149</sup> Hasil wawancara dengan CA siswa kelas IX ( anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr )

<sup>150</sup> Hasil wawancara dengan SB siswa kelas IX ( anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

Siswa berinisial SA menyatakan:

“Alhamdulillah bu saya merasa lebih baik, saya juga merasa nyaman sekarang jika harus ke ruang BK.”<sup>151</sup>

Selain pernyataan diatas, peneliti juga mewawancarai guru BK kelas VIII berikut pernyataan hasil wawancara:

Ibu Dewi Susanti mencontohkan keberhasilan kasus:

“Kemarin itu ada kasus, ada seorang siswa yang tidak pernah masuk sekolah. Akhirnya ibuk datang ke rumahnya dan bertemu dengan neneknya. Ibuk tanya kenapa cucunya tidak pernah masuk sekolah. Tapi neneknya bilang, ‘nggak kok, setiap hari dia izin ke sekolah, uang jajan dan ongkos juga saya kasih.’ Nah, dari situ ibuk panggil anaknya. Ibuk ajak dia melihat kenyataan dan harapan, supaya dia bisa berpikir. Ibuk tanya, ‘kalau nanti kamu sudah punya anak, apa kamu mau anakmu seperti itu? Hidup itu kan dinamis, pasti berkembang.’ Lalu ibuk bilang, kalau kamu tidak mau anakmu nakal seperti kamu sekarang, maka kamu harus berubah dari sekarang. Alhamdulillah, setelah itu dia jadi rajin sekolah. Selama sebulan penuh dia tidak pernah bolos lagi. Mungkin sebelumnya dia merasa iri karena merasa tidak sama dengan teman-temannya.”<sup>152</sup>

Untuk memperkuat data penelitian, peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa yang ditangani bu Dewi, adapun pernyataan siswa sebagai berikut:

Siswa berinisial AA menyatakan:

“Awalnya memang minder karena perbedan bahasa atau logat dengan kebanyakan siswa disini tapi setelah dibimbing oleh bu dewi, saya mulai fokus pada apa yang

<sup>151</sup> Hasil wawancara dengan SA siswa kelas IX (anak asuh Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>152</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

bisa saya banggakan jadi saya mulai mengubur rasa minder yang ada dalam diri.”<sup>153</sup>

Siswa berinisial BR menyatakan:

“Ibu dewi sangat baik dan perhatian ke saya. Sekarang saya mulai menyesuaikan dengan bahasa curup, kalaupun ada temen yang ngejek saya tidak terlalu menghiraukan, saya berteman ke orang yang mau berteman dengan saya saja.”<sup>154</sup>

Siswa berinisial ZB menyatakan:

“Sekarang saya ngerasa lebih baik, jadi lebih rajin masuk sekolah. Kalau nggak bisa masuk, saya pasti izin ke Bu Dewi, soalnya Bu Dewi masih memantau perkembangan saya.”<sup>155</sup>

Selain pernyataan diatas, peneliti juga mewawancara guru BK kelas VII berikut pernyataan hasil wawancara:

Ibu Sri Mulyati menyatakan:

“Alhamdulillah, biasanya ada ya. Anak yang awalnya murung, jadi lebih ceria. Yang biasanya menyendiri, mulai berani ngobrol dan ikut kegiatan. Memang nggak langsung, tapi pelan-pelan ada perubahan positif.”<sup>156</sup>

Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa setelah dikonfirmasi berikut pernyataan siswa:

<sup>153</sup> Hasil wawancara dengan AA siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>154</sup> Hasil wawancara dengan BR siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>155</sup> Hasil wawancara dengan ZB siswa kelas VIII (anak asuh Dewi Susanti, S. Pd. Gr) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>156</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII) pada tanggal 06 Agustus 2025

Siswa berinisial AR menyatakan:

“Dulu saya sering banget minder dan ngerasa diri saya jelek. Tapi setelah ikut konseling, saya jadi ngerasa ada yang peduli sama saya. Ternyata saya nggak seburuk yang saya pikir. Sekarang saya mulai bisa nerima diri saya apa adanya.”<sup>157</sup>

Siswa berinisial AN menyatakan:

“Sebelum konseling saya gampang merasa rendah diri. Tapi setelah dijelaskan sama bu sri, saya jadi ngerti cara nerima diri. Sekarang kalau ada yang ngejek saya nggk langsung merasa down kayak dulu.”<sup>158</sup>

Siswa berinisial RP menyatakan:

“Perlahan-lahan saya mulai berpikir positif kepada dirisaya sendiri kalau manusia itu punya kelebihan dan kekurangan masing-masing sesuai dengan yang dikatakan bu sri waku itu, sekarang saya mulai fokus pada kelebihan dalam diri bukan kekurangan.”<sup>159</sup>

Siswa berinisial SP menyatakan:

“Sekarang saya berusaha lebih baik lagi nggk boleh murung sendirian dan berusaha nyari teman, sekarang saya juga punya teman dan lebih nyaman disekolah, terus saya juga mulai berenti mikir negative tentang diri sendiri.”<sup>160</sup>

Siswa berinisial TP menyatakan:

<sup>157</sup> Hasil wawancara dengan AR siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>158</sup> Hasil wawancara dengan AN siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>159</sup> Hasil wawancara dengan RP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

<sup>160</sup> Hasil wawancara dengan SP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

“Saya merasa lebih baik, soalnya setelah cerita sama Guru BK ,Guru BK malah bantu saya dan membuat saya percaya diri dan harus lebih aktif disekolah agar saya tidak terfokus pada kekurangan dan perlahan saya berusaha mebangun sesuatu yang bisa saya banggakan, ibu sri juga masih sering negur saya kalau ketemu nanya perkembangan sekarang gimana.”<sup>161</sup>

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dapat disimpulkan bahwa perubahan pada diri siswa tidak terjadi secara langsung, melainkan melalui proses yang bertahap. Guru BK menilai adanya perkembangan dari sikap siswa yang mulai terbuka, menunjukkan kedisiplinan dalam kehadiran di sekolah, hingga berani berinteraksi dengan teman sebaya. Siswa yang sebelumnya cenderung murung, menarik diri, atau sering absen, secara perlahan mengalami perubahan positif seperti menjadi lebih ceria, percaya diri, dan aktif dalam berbagai kegiatan.

#### b. Tingkat keberhasilan

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan ditemukan bahwa tingkat keberhasilan guru BK dalam menangani masalah siswa berhasil meski tidak 100% sempurna hal ini bisa dilihat dari kasus yang ditangani oleh guru BK yang menunjukkan perubahan pada siswa contohnya siswa yang pernah sampai sebulan tidak masuk sekolah sekarang sudah mulai rajin kesekolah dan melakukan absensi pada guru BK hal ini dikarenakan masih dalam masa bimbingan.

Tidak hanya itu kasus lain seperti siswa yang memiliki tingkat

---

<sup>161</sup> Hasil wawancara dengan TP siswa kelas VII (anak asuh Sri Mulyati, M.Pd., Kons) pada tanggal 05 September 2025.

percaya diri rendah dan menolak berinteraksi dengan teman sebayanya perlahan mulai menumbuhkan rasa penerimaan diri yang baik yang membuat mereka menerima dirinya dan berani. Guru BK juga tidak melepas tanggung jawabnya hal ini ditandai dengan pemantauan dan bimbingan berlanjut pada siswa.<sup>162</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga guru BK diperoleh data sebagai berikut:

Ibu Isabela Dahlia menyatakan:

“Tidak bisa seratus persen kita katakan berhasil, karena semuanya butuh proses. Bahkan ada kalanya saat kita sudah ngobrol pun ternyata tidak berhasil. Jadi, tingkat keberhasilan itu memang tidak mungkin bisa sampai seratus persen.”<sup>163</sup>

Ibu Dewi Susanti menyatakan:

“Kalau dikatakan seratus persen berhasil juga tidak ya, mbak. Misalnya, dari pengalaman ibu kemarin, ada anak yang satu bulan tidak mau masuk sekolah. Setelah ibu bimbing, akhirnya dia jadi rajin masuk. Kalau pun tidak masuk, dia mengabari dan mengirim foto kalau memang sakit. Itu membuat ibu merasa berhasil. Tapi ada juga kasus lain, anak yang ibuk tangani akhirnya pindah sekolah karena merasa lingkungannya tidak sesuai. Dalam hal itu, ibuk merasa tidak berhasil, bahkan merasa gagal.”<sup>164</sup>

Ibu Sri Mulyati menyatakan:

“Kalau dilihat dari prosesnya, bisa dibilang cukup berhasil ya. Asal ada kerja sama juga dari orang tua sama

<sup>162</sup>Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

<sup>163</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>164</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII) pada tanggal 06 Agustus 2025

lingkungan sekolah. Tapi ya namanya anak-anak, pasti butuh waktu dan pendampingan terus-menerus.”<sup>165</sup>

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa tingkat keberhasilan dalam menangani masalah penerimaan diri siswa tidak bisa dinilai mutlak seratus persen. Guru BK melihat keberhasilan sebagai proses yang bertahap, di mana perubahan positif pada siswa menjadi indikator pencapaian. Meskipun ada kasus yang menunjukkan perkembangan baik, seperti siswa yang kembali rajin masuk sekolah, ada pula kasus lain yang belum sepenuhnya berhasil. Faktor kerja sama orang tua dan lingkungan sekolah juga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pendampingan yang dilakukan.

#### c. Harapan kedepan

Berdasarkan hasil observasi, keterlibatan orang tua dalam penyelesaian kasus yang ditangani guru BK mempermudah proses pengambilan tindakan, karena informasi yang diperoleh tidak hanya berasal dari satu pihak. Selain dukungan orang tua, dukungan dari pihak sekolah, seperti peran wali kelas serta ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai, turut membantu sehingga proses penanganan masalah siswa menjadi lebih efektif dan efisien. Hal ini sejalan dengan harapan yang disampaikan oleh guru BK.<sup>166</sup>

Adapun harapan yang disampaikan ketiga guru BK Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data sebagai berikut:

Ibu Isabela Dahlia menyatakan:

---

<sup>165</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons (guru Bk kelas VII) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>166</sup> Observasi. Pada 1 Agustus 2025 s.d 30 Oktober 2025

“Yang pasti, kami berharap ke depannya masalah seperti ini tidak banyak dialami siswa lainnya. Kuncinya kembali lagi kepada peran orang tua. Kami selalu mengingatkan agar orang tua lebih aktif dan peduli terhadap anak, jangan sampai masalah pribadi orang tua justru membuat anak menjadi korban hingga merasa down. Karena itu, di sekolah kami mengadakan sosialisasi khusus untuk orang tua, agar mereka tidak membiarkan anaknya saat mengalami kesulitan. Jika anak tidak diperhatikan, ia bisa mencari kesenangannya sendiri yangikhawatirkan mengarah pada hal-hal negatif. Harapan kami yang kedua, orang tua lebih sering mengawasi serta mengajak anaknya berbicara, supaya anak merasa diperhatikan dan mampu membangun penerimaan diri yang baik.”<sup>167</sup>

Ibu Dewi Susanti menyatakan:

“Harapannya ada kerja sama dengan orang tua dan wali kelas. Peran wali kelas itu sangat penting, mbak. Jadi, tidak semua masalah langsung dibawa ke ruang BK, tapi wali kelas juga bisa ikut mendampingi dalam menangani permasalahan anak. Dengan adanya kolaborasi bersama wali kelas dan komunikasi yang baik dengan orang tua, maka perkembangan anak bisa lebih terkontrol, sehingga perubahan yang diharapkan bisa tercapai dengan lebih baik.”<sup>168</sup>

Ibu Sri Mulyati menyatakan:

“Saya berharap orang tua bisa lebih memperhatikan anaknya. Dari banyak kasus yang kami tangani, sebagian besar berasal dari anak-anak yang broken home. Mereka biasanya kurang mendapat perhatian atau arahan dari orang tua, sehingga timbul perasaan rendah diri, pikiran negatif, dan akhirnya penerimaan dirinya menjadi rendah.”<sup>169</sup>

---

<sup>167</sup> Hasil wawancara dengan Isabela Ramadani, S.Pd., Gr ( guru Bk kelas IX ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>168</sup> Hasil wawancara dengan Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

<sup>169</sup> Hasil wawancara dengan Sri Mulyati, M.Pd., Kons ( guru Bk kelas VII ) pada tanggal 06 Agustus 2025

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa harapan para guru BK ke depannya adalah agar masalah penerimaan diri tidak semakin banyak dialami siswa. Mereka menekankan pentingnya peran orang tua dalam memberikan perhatian, pengawasan, serta komunikasi yang baik dengan anak. Selain itu, kolaborasi dengan wali kelas juga dinilai sangat penting untuk membantu memantau perkembangan siswa. Dengan adanya dukungan dari orang tua dan lingkungan sekolah, diharapkan siswa dapat membangun penerimaan diri yang lebih baik dan terhindar dari dampak negatif kurangnya perhatian keluarga.

---

## C. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti dengan para informan penelitian, peneliti dapat menyusun analisis yang berjudul “Pengalaman Guru BK dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong.”

### **1. Pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri dilakukan melalui tahapan yang sistematis, yaitu respon awal, perencanaan layanan, proses pendampingan, serta evaluasi perkembangan siswa.

Pertama, dalam respon awal guru BK menggunakan pendekatan personal untuk membangun kenyamanan siswa. Guru BK berusaha mendekati siswa melalui percakapan ringan sebelum menggali lebih jauh permasalahan yang dialami. Pendekatan ini sejalan dengan teori Carl Rogers yang menekankan pentingnya sikap penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) dalam proses konseling, karena hal tersebut memungkinkan siswa merasa aman, diterima, dan akhirnya mampu membuka diri.<sup>170</sup> Kedua, dalam perencanaan layanan, guru BK menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dengan mempertimbangkan kebutuhan siswa. Layanan yang diberikan bervariasi, mulai dari konseling individu, bimbingan kelompok, hingga layanan klasikal. Hal ini sesuai dengan pandangan Tohirin yang menyatakan

---

<sup>170</sup> Carl Rogers, dalam James F. Calhoun and Joan Ross Acocella, *Psychology of Adjustment and Human Relationships* (New York: McGraw-Hill, 1990).

bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang dilaksanakan secara sistematis dan terencana agar konseli mampu memahami serta memecahkan permasalahannya sendiri.<sup>171</sup> Bahkan, Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa konselor memiliki tanggung jawab untuk memberikan layanan yang berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik.<sup>172</sup>

Ketiga, dalam proses pendampingan, guru BK berfokus pada upaya membangun kepercayaan diri siswa dan membantu mereka melihat kelebihan yang dimiliki. Misalnya, siswa yang minder terhadap kondisi fisiknya diarahkan untuk memahami bahwa hal tersebut juga dapat menjadi potensi positif. Strategi ini selaras dengan teori Bernard yang menjelaskan bahwa penerimaan diri mencakup kemampuan individu untuk menyadari serta mengakui kelebihan dan kekurangannya, tanpa terjebak pada penilaian negative.<sup>173</sup> Dalam peran ini, guru BK bertindak sebagai motivator, fasilitator, sekaligus mediator, yang mendukung siswa agar mampu mengembangkan cara pandang positif terhadap dirinya. Keempat, pada aspek evaluasi, guru BK menilai keberhasilan penanganan melalui perubahan sikap siswa, misalnya meningkatnya keterbukaan, rasa percaya diri, serta kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya. Evaluasi dilakukan tidak hanya melalui pengamatan langsung, tetapi juga dengan melibatkan guru mata

---

<sup>171</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 25.

<sup>172</sup> Republik Indonesia, *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional* (Jakarta: Sekretariat Negara, 2003), Pasal 1 Ayat 6.

<sup>173</sup> Harold W. Bernard, *Self-Acceptance Theory* (New York: McGraw-Hill, 1998).

pelajaran dan wali kelas. Hal ini konsisten dengan pandangan Desje Lattu bahwa pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah merupakan tanggung jawab bersama seluruh personel sekolah, sehingga sinergi antar guru menjadi penting untuk keberhasilan konseling.<sup>174</sup>

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian terdahulu. Skripsi Sarmila Sari (2017) menegaskan bahwa guru BK berperan penting dalam meningkatkan penerimaan diri siswa melalui konseling individu maupun kelompok<sup>175</sup>. Penelitian Rizal dan Arswimba (2022) menemukan bahwa rendahnya penerimaan diri siswa SMP menuntut adanya pendampingan intensif dari guru BK.<sup>176</sup> Selanjutnya, penelitian Naisyah, Syukur, dan Sukma (2024) membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa.

<sup>177</sup> Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman guru BK di SMP Negeri 03 Rejang Lebong memiliki kesesuaian dengan teori serta penelitian terdahulu, sekaligus menegaskan pentingnya peran guru BK dalam membantu siswa mengatasi masalah penerimaan diri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengalaman guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah penerimaan diri merupakan praktik nyata dari teori bimbingan konseling yang

<sup>174</sup> Desje Lattu, “*Peran Guru BK dalam Penguatan Pendidikan Karakter*,” Jurnal Bimbingan dan Konseling 4, no. 2 (2019).

<sup>175</sup> Sarmila Sari, “*Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di SMP Negeri 40 Pekanbaru*” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2017).

<sup>176</sup> Alexandra Amanda Rizal and Bernardinus Agus Arswimba, “*Penerimaan Diri pada Siswa-Siswi SMP*,” Jurnal Psikologi Pendidikan 14, no. 1 (2022).

<sup>177</sup> Fella Hannah Naisyah, Armis Syukur, and Dina Sukma, “*Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penerimaan Diri*,” Jurnal Konseling dan Psikoedukasi 2, no. 1 (2024).

berorientasi pada pemahaman, pendampingan, dan pengembangan potensi siswa. Guru BK tidak hanya bertugas menangani masalah psikologis siswa, tetapi juga berperan dalam membentuk sikap positif terhadap diri sendiri dan membangun rasa percaya diri yang menjadi dasar bagi perkembangan kepribadian siswa.

## **2. Masalah penerimaan diri yang dialami siswa SMP Negeri 03 Rejang Lebong.**

Berdasarkan data diatas. Diperoleh Masalah penerimaan diri yang dialami siswa di SMP Negeri 03 Rejang Lebong ditunjukkan melalui sikap minder, kurang percaya diri, menilai diri secara negatif, hingga menarik diri dari pergaulan. Siswa yang mengalami masalah ini cenderung lebih fokus pada kekurangan daripada potensi yang dimilikinya, sehingga sulit untuk mengembangkan diri secara optimal. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa kegagalan individu dalam menerima kelebihan dan kelemahan dirinya dapat memunculkan rasa rendah diri, minder, hingga penolakan terhadap diri sendiri.<sup>178</sup> Carl Rogers juga menegaskan bahwa individu yang tidak mampu menerima dirinya akan mengalami ketidakselarasan antara konsep diri dan pengalaman nyata, yang pada akhirnya menghambat perkembangan pribadi.<sup>179</sup>

Munculnya masalah penerimaan diri tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari keluarga, lingkungan sosial, maupun individu

---

<sup>178</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 1974), hlm. 428.

<sup>179</sup> Carl Rogers, *Menjadi Pribadi Sejati* (Jakarta: Gramedia, 2003), hlm. 115.

itu sendiri. Dari faktor keluarga, ditemukan bahwa kurangnya perhatian orang tua serta kondisi keluarga broken home menjadi pemicu utama munculnya rasa tidak berharga pada siswa. Dari faktor sosial, beberapa siswa mengalami ejekan dari teman sebaya, kesulitan dalam beradaptasi, dan perbedaan budaya atau bahasa yang membuat mereka merasa terasing. Sedangkan faktor pribadi lebih banyak berkaitan dengan perasaan gagal, rendahnya prestasi akademik, serta kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain. Pandangan ini sesuai dengan pendapat Calhoun & Acocella yang menyatakan bahwa penerimaan diri dipengaruhi oleh hubungan sosial, pengalaman keluarga, serta interaksi dengan lingkungan sekitar.<sup>180</sup> Sementara Bernard menambahkan bahwa lingkungan sosial yang tidak suportif dapat semakin memperburuk penerimaan diri seseorang.<sup>181</sup>

Dampak dari masalah penerimaan diri siswa pun cukup kompleks, mencakup aspek psikologis, sosial, dan akademik. Secara psikologis, siswa lebih mudah merasa cemas, stres, dan rendah diri. Dari sisi sosial, mereka cenderung menarik diri dari pergaulan serta kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya. Sedangkan pada aspek akademik, rendahnya rasa percaya diri membuat mereka kurang berani berpartisipasi dalam kegiatan belajar sehingga motivasi menurun dan prestasi belajar tidak optimal. Hal ini sejalan dengan teori Rogers yang

---

<sup>180</sup> James F. Calhoun & Joan Ross Acocella, *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (Semarang: IKIP Semarang Press, 1990), hlm. 241.

<sup>181</sup> Harold W. Bernard, *Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 1987), hlm. 186.

menjelaskan bahwa individu dengan penerimaan diri rendah akan sulit mencapai aktualisasi diri.<sup>182</sup> Hurlock juga menambahkan bahwa rendahnya penerimaan diri dapat menghambat penyesuaian sosial dan mengurangi kepuasan terhadap kehidupan.<sup>183</sup> Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwi Lestari (2020) yang menemukan bahwa siswa SMP dengan masalah penerimaan diri menunjukkan perilaku rendah diri, kesulitan beradaptasi, serta kurangnya motivasi belajar.<sup>184</sup> Penelitian Rahmawati (2019) juga mendukung hasil ini dengan menegaskan bahwa faktor keluarga, khususnya kurangnya perhatian orang tua, menjadi penyebab utama rendahnya penerimaan diri pada remaja.<sup>185</sup> Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkuat temuan sebelumnya, tetapi juga menunjukkan bahwa masalah penerimaan diri pada siswa SMP Negeri 03 Rejang Lebong merupakan masalah yang memiliki banyak aspek yang muncul dari kombinasi faktor eksternal dan faktor internal serta berdampak nyata pada aspek psikologis, sosial dan akademik siswa.

---

<sup>182</sup> Carl Rogers, *Menjadi Pribadi Sejati* (Jakarta: Gramedia, 2003), hlm. 121.

<sup>183</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 1974), hlm. 435.

<sup>184</sup> Dwi Lestari, "Masalah Penerimaan Diri Siswa SMP dan Implikasinya terhadap Bimbingan Konseling," *Jurnal Psikopedagogia*, Vol. 9, No. 2 (2020), hlm. 102.

<sup>185</sup> Rahmawati, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Rendahnya Penerimaan Diri pada Remaja," *Jurnal Konseling Indonesia*, Vol. 7, No. 1 (2019), hlm. 56.

**3. Hasil bantuan yang diberikan guru BK terhadap siswa yang mengalami masalah penerimaan diri.**

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa bantuan guru BK di SMP Negeri 03 Rejang Lebong membawa dampak positif meskipun tidak sepenuhnya berhasil 100%. Perubahan yang terlihat antara lain siswa yang semula murung menjadi lebih ceria, siswa yang cenderung menyendiri mulai berani berinteraksi, bahkan terdapat kasus siswa yang sering membolos setelah mendapat bimbingan dari guru Bk kemudian mulai menunjukkan kedisiplinan dengan rajin hadir kesekolah. Hal ini menunjukkan bahwa pendampingan yang diberikan guru BK berdampak nyata terhadap peningkatan penerimaan diri siswa. Dalam praktik di lapangan, guru BK berperan tidak hanya sebagai konselor tetapi juga sebagai fasilitator perkembangan siswa. Melalui konseling individu, bimbingan kelompok, maupun kerja sama dengan wali kelas dan orang tua, guru BK membantu siswa menyadari potensi yang dimiliki. Sudirman menyebutkan bahwa guru berfungsi sebagai motivator yang mampu menumbuhkan kepercayaan diri dan mengarahkan siswa untuk lebih aktif dalam kegiatan positif.<sup>186</sup> Hal ini tercermin dari hasil bimbingan, di mana siswa diarahkan untuk ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai sarana pengembangan kepercayaan diri.

Kemudian tingkat keberhasilan dari proses penanganan masalah penerimaan diri dimana guru BK menyatakan bahwa tingkat keberhasilan

---

<sup>186</sup> Sudirman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta: Rajawali Press, 2005).

dalam membantu siswa tidak dapat dikatakan 100% berhasil. Penanganan kasus siswa tidak mutlak langsung berhasil melainkan bertahap dan berproses. Keberhasilan bimbingan sangat bergantung pada keterbukaan siswa, kerja sama orang tua, serta dukungan lingkungan sekolah. Dalam beberapa kasus siswa dapat berubah menjadi disiplin dan bertanggung jawab namun ada pula siswa yang pada akhirnya memilih pindah sekolah karena merasa lingkungannya kurang sesuai. Dengan demikian tingkat keberhasilan dapat dikatakan relatif dan tidak selalu maksimal, tetapi tetap memberikan dampak positif dalam perkembangan penerimaan diri siswa. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu. Sarmila Sari (2017) menemukan bahwa konseling yang dilakukan guru BK memberikan dampak pada meningkatnya penerimaan diri siswa, meskipun perubahan terjadi secara bertahap.<sup>187</sup> Penelitian Rizal dan Arswimba (2022) menunjukkan bahwa siswa dengan pendampingan intensif dari guru BK cenderung memiliki tingkat penerimaan diri yang lebih tinggi dibandingkan siswa tanpa pendampingan.<sup>188</sup>

Guru Bk menaruh harapan besar agar kasus serupa tidak semakin banyak terjadi pada siswa, mereka mekanakan pentingnya peran orang tua dalam memberikan perhatian dan pendampingan, karena kurangnya perhatian orang tua sering menjadi faktor utama rendahnya penerimaan diri yang terjadi di SMP Negeri 03 Rejang Lebong. Selain itu, kolaborasi

<sup>187</sup> Sarmila Sari, “*Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di SMP Negeri 40 Pekanbaru*” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2017).

<sup>188</sup> Alexandra Amanda Rizal and Bernardinus Agus Arswimba, “*Penerimaan Diri pada Siswa-Siswi SMP*,” Jurnal Psikologi Pendidikan 14, no. 1 (2022).

antara guru BK, wali kelas, dan orang tua juga dianggap penting untuk mengontrol perkembangan siswa untuk mengontrol perkembangan siswa secara lebih menyeluruh. Guru BK berharap agar komunikasi yang baik antar pihak sekolah dan keluarga dapat dapat membantu siswa membangun penerimaan diri yang lebih baik.

Dengan demikian, hasil bantuan guru BK terhadap siswa di SMP Negeri 03 Rejang Lebong menunjukkan bahwa konseling yang dilakukan memberikan dampak nyata terhadap penerimaan diri siswa. Meskipun proses perubahan berlangsung perlahan, bimbingan yang konsisten, pendekatan personal, dan dukungan kolaboratif antara guru, orang tua, serta lingkungan sekolah mampu membentuk penerimaan diri yang lebih baik pada siswa. Oleh Karen itu peran guru BK sebagai konselor, motivator, dan fasilitator yang didukung kolaborasi dengan wali kelas serta orang tua sangat penting dalam membangun penerimaan diri siswa

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini bertujuan untuk menggali pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di SMP Negeri 03 Rejang Lebong. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengalaman guru BK dalam membantu siswa ditunjukkan melalui pendekatan yang hangat, fleksibel, dan kontekstual. Guru BK tidak serta-merta menilai siswa bermasalah, melainkan memulai dengan membangun kedekatan personal, menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), dan menyesuaikan bentuk layanan dengan kebutuhan siswa melalui konseling individu, bimbingan kelompok, hingga layanan klasikal. Proses pendampingan dilakukan secara bertahap, berfokus pada membangun rasa percaya diri, membantu siswa menemukan potensi diri, serta bekerja sama dengan wali kelas maupun orang tua. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan terhadap perubahan sikap siswa dan komunikasi dengan guru mata pelajaran maupun pihak keluarga.
2. Siswa di SMP Negeri 03 Rejang Lebong menghadapi berbagai persoalan terkait penerimaan diri. Masalah yang muncul di antaranya perasaan minder, kurang percaya diri, kesulitan menerima kondisi fisik, serta perasaan rendah diri akibat latar belakang keluarga yang

kurang harmonis. Sebagian siswa juga terbiasa membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga semakin menurunkan rasa percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa masalah penerimaan diri pada siswa SMP tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga kuat dipengaruhi oleh kondisi keluarga dan lingkungan sosial.

3. Hasil bantuan yang diberikan guru BK memperlihatkan adanya perubahan positif meskipun tidak sepenuhnya berhasil 100%. Perubahan yang diamati antara lain siswa yang semula murung menjadi lebih ceria, siswa yang cenderung menyendiri mulai berani berinteraksi, serta siswa yang sebelumnya sering membolos akhirnya menjadi lebih disiplin hadir di sekolah. Meski demikian, keberhasilan bersifat relatif karena masih dipengaruhi oleh keterbukaan siswa, dukungan keluarga, serta kondisi lingkungan sekolah. Meskipun ada kasus yang belum sepenuhnya berhasil, secara umum guru BK berhasil menumbuhkan penerimaan diri yang lebih baik pada siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa guru BK memiliki peran penting tidak hanya sebagai konselor, tetapi juga sebagai motivator dan fasilitator perkembangan siswa, yang keberhasilannya ditentukan oleh kolaborasi dengan pihak sekolah dan keluarga.

## B. Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan peneliti mengenai pengalaman guru BK dalam menangani siswa yang mengalami masalah penerimaan diri di SMP Negeri 03 Rejang Lebong, disini peneliti memberikan saran yang ditujukan:

1. Kepada guru BK, Guru BK diharapkan terus mengembangkan pendekatan konseling yang kreatif, adaptif, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Penguatan kerja sama dengan wali kelas dan orang tua perlu ditingkatkan agar proses pendampingan lebih efektif dan berkesinambungan.
2. Kepada siswa, Siswa diharapkan berani lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan yang dihadapi serta berusaha mengenali dan menerima potensi dirinya. Keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan rasa percaya diri.
3. Kepada sekolah, Sekolah diharapkan memberikan dukungan penuh bagi layanan bimbingan konseling, baik berupa kebijakan, fasilitas, maupun kesempatan bagi guru BK untuk melaksanakan program layanan secara optimal.
4. Kepada orang tua, orang tua diharapkan lebih peduli terhadap kebutuhan emosional anak, memberikan perhatian, serta menjalin komunikasi yang baik dengan pihak sekolah. Perhatian dan keterlibatan orang tua menjadi kunci penting dalam membantu anak membangun penerimaan diri yang sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agatha, M., Budiman, N., & Nadhirah, N. A. (2023). Etika penggunaan tes psikologi dalam bimbingan dan konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 281–283.
- Basrowi, & Suwandi. (2008). *Memahami penelitian kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi, psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bernard, H. W. (1987). *Prinsip-prinsip bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bernard, H. W. (1998). *Self-acceptance theory*. New York: McGraw-Hill.
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self-acceptance: Theory, practice and research*. New York: Springer Science & Business Media.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Corey, Gerald. 2013. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Belmont: Brooks/Cole.
- Dara, M., Irwan, S., & Syarqawi, A. (2023). Counseling teachers' efforts in implementing student career exploration. *Mahir: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(1), 64.
- Daradjat, Z. (2000). *Ilmu pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dariyo, A. (2007). *Psikologi perkembangan anak usia tiga tahun pertama*. Jakarta: Renika Cipta.

- Desje, L. (2019). Peran guru BK dalam penguatan pendidikan karakter. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2).
- Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dwi, L. (2020). Masalah penerimaan diri siswa SMP dan implikasinya terhadap bimbingan konseling. *Jurnal Psikopedagogia*, 9(2), 102.
- Erhansyah. (2018). Mengatasi kenakalan remaja pada masa transisi. *Jurnal Tadrib*, 4(2), 247.
- Ghaffar, Y. A., & Muryono, S. (2023). Efektivitas terapi shalat bahagia untuk meningkatkan self acceptance pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(1), 404.
- Ghony, M. D., & Almanshur, F. (2012). *Metodologi penelitian kualitatif*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goleman, D. (2000). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, I. (2015). *Metode penelitian kualitatif: Teori dan praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hadi, S. (2017). Pemeriksaan keabsahan data penelitian kualitatif pada skripsi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 22(1).
- Hardiyanti, B., & Munjirin, A. (2024). Pengaruh positive thinking dalam meningkatkan self acceptance pada siswa. *Psychological Journal: Science and Practice*, 4(1), 228.
- Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan guru bimbingan konseling dalam pembentukan karakter disiplin siswa SMP Negeri

- 3 Onolalu tahun pelajaran 2021/2022. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 45.
- Hayati. (2016). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecenderungan perilaku agresif peserta didik di MA. *Jurnal Manajer Pendidikan*, 10(6), 604.
- He, J., Chen, J., Xue, Y., & Chen, Y. (2024). Hubungan antara penerimaan diri, dukungan sosial, dan makna hidup pada mahasiswa di Tiongkok: Analisis jaringan. *Frontiers in Psychology*.
- Hockenberry, M. J., et al. (2019). *Wong's nursing care of infants and children*. St. Louis: Elsevier.
- Hurlock, E. B. (1974). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi perkembangan anak* (Jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2014). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kamaluddin. (2011). Bimbingan dan konseling sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 1(4), 451.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Pendidikan Nonformal*, 1(1), 149.

- Keliat, B. A., et al. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa*. Jakarta: EGC.
- Lattu, D. (2018). Peran guru bimbingan dan konseling pada sekolah penyelenggara pendidikan inklusi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 2(1), 63.
- Mathers, D. (1993). *Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain*. Jakarta: Layanan Penyuluhan.
- Mirza, A. M. (2016). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan penerimaan diri santri Pondok Pesantren Al-Islam Genengan Mojokerto* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/4045/>
- Moleong, L. J. (1993). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Moleong, L. J. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Naisyah, F. H., Syukur, A., & Sukma, D. (2024). Layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, 2(1).
- Netrawati, N., Khairani, K., & Karneli, Y. (2018). Upaya guru BK untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 79.
- Nruhikmah, Z., & Kurniaji, C. (2022). Peran guru bimbingan konseling dalam peningkatan kedisiplinan siswa di SMK Sunan Kalijogo Malang. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2).

- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram. *Jurnal Psikoborneo*, 7(4), 549–556.
- Pradana, R. S. (2023, September 7). Analisis peran guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pendekatan Gestalt. *Seminar Nasional Sistem Informasi 2023*. Fakultas Teknologi Informasi, Universitas Merdeka Malang.
- Rahmawati. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya penerimaan diri pada remaja. *Jurnal Konseling Indonesia*, 7(1), 56.
- Ramlah. (2018). Pentingnya layanan bimbingan konseling bagi peserta didik. *Jurnal Al-Mau'izhah*, 1(1), 71.
- Refnadi. (2021). Self-acceptance of high school students in Indonesia. *Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi*, 6(1), 3.
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Riwayati, A. (2010). *Hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri pada orang tua yang memasuki masa lansia* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Malang].
- Rizal, A. A., & Arswimba, B. A. (2022). Penerimaan diri pada siswa-siswi SMP. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(1).
- Rogers, C. (2003). *Menjadi pribadi sejati*. Jakarta: Gramedia.
- Sardiman. (2003). *Interaksi dan motivasi belajar-mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Sari, S. (2017). *Peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 40 Pekanbaru* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau].
- Somantri, S. (2006). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: Refika Aditama.
- Sudirman. (2005). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D. K. (2002). *Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, D. K. (n.d.). *Organisasi dan administrasi bimbingan dan konseling di sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Suroso, A. S., & Salehuddin, M. (2021). Optimalisasi peran guru bimbingan dan konseling dalam pembentukan karakter siswa. *Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 7(1), 46.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Townsend, M. C. (2014). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice*. Philadelphia: F. A. Davis Company.
- Waney, N. C., Kristinawati, W., & Setiawan, A. (2020). Mindfulness dan penerimaan diri pada remaja di era digital. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 73.
- Widiantoro, W. (2015). *Meningkatkan pemahaman penerimaan diri melalui permainan menggambar jari sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada warga binaan* [Tesis, Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta]

L

A

M

P

I

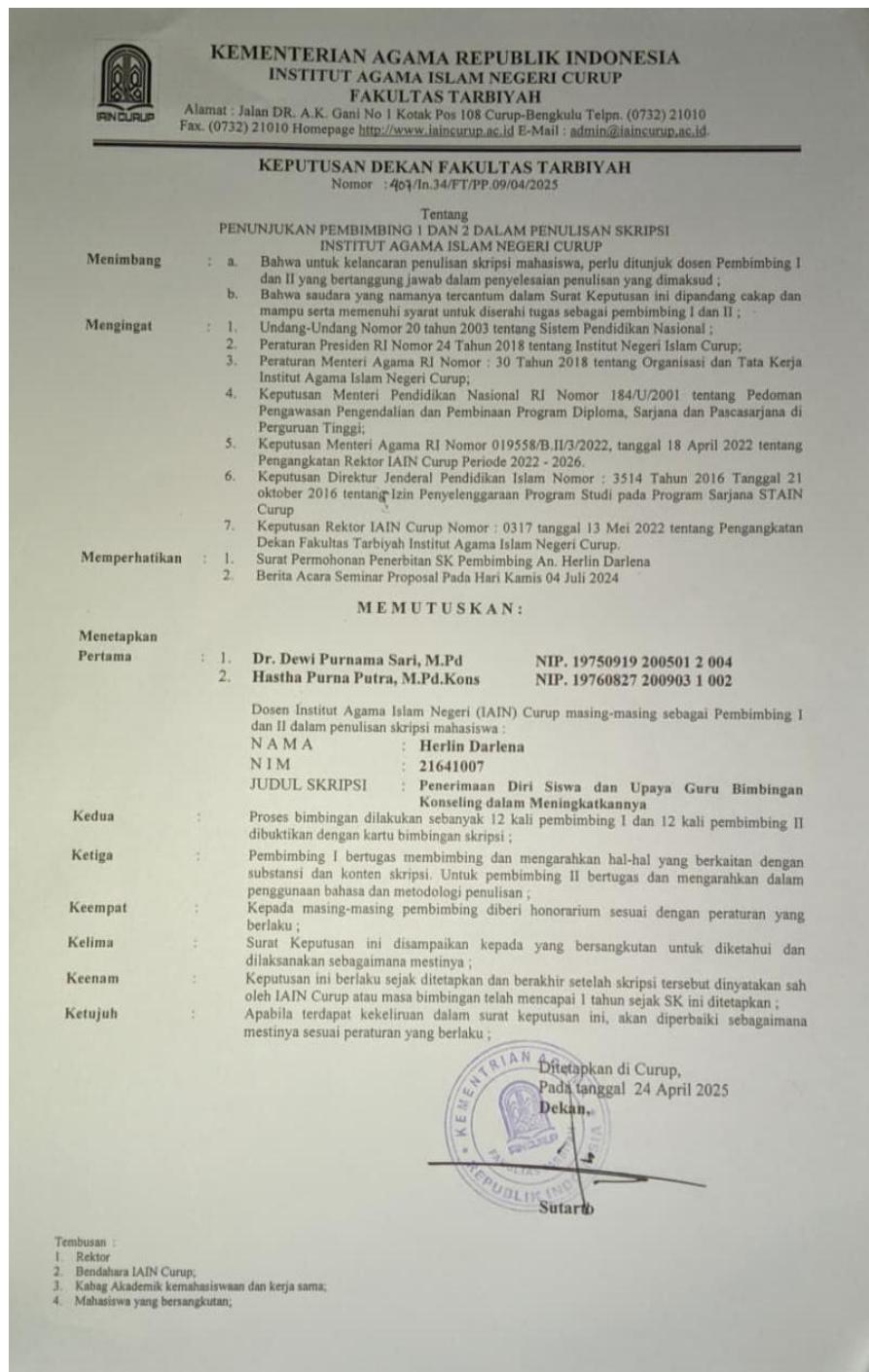
R

A

N

## Lampiran 1

### SK PEMBIMBING



## Lampiran 2

### SURAT PERMOHONAN IZIN PENELITIAN


**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI CURUP**  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
 Jln. Dr. AK Gani No.01 Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax.21010  
 Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: [admin@iaincurup.ac.id](mailto:admin@iaincurup.ac.id) Kode Pos 39119

---

Nomor	: 106 /In.34/FT/PP.00.9/07/2025	31 Juli 2025
Lampiran	: Proposal dan Instrumen	
Hal	: Permohonan Izin Penelitian	

Kepada Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (PTSP) Kabupaten Rejang Lebong

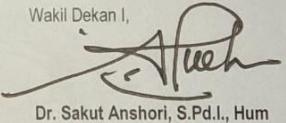
Assalamualaikum Wr, Wb

Dalam rangka penyusunan skripsi S.1 pada Institut Agama Islam Negeri Curup :

Nama : Herlin Darlena  
 NIM : 21641007  
 Fakultas/Prodi : Tarbiyah / Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)  
 Judul Skripsi : Pengalaman Guru BK dalam Menagani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong  
 Waktu Penelitian : 31 Juli s.d 30 Oktober 2025  
 Tempat Penelitian : SMPN 03 Rejang lebong

Mohon kiranya Bapak berkenan memberi izin penelitian kepada Mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian atas kerjasama dan izinnya diucapkan terimakasih

a.n Dekan  
 Wakil Dekan I,  
  
 Dr. Sakut Anshori, S.Pd.I., Hum  
 NIP. 19811020 200604 1 002

Tembusan : disampaikan Yth ;  
 1. Rektor  
 2. Warek 1  
 3. Ka. Biro AUAK  
 4. Arsip

## Lampiran 3

### SK PENELITIAN PTSP



**PEMERINTAH KABUPATEN REJANG LEBONG**  
**DINAS PENANAMAN MODAL**  
**DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
*Jalan Basuki Rahmat No. 10 Kelurahan Dwi Tunggal*

#### **SURAT IZIN**

Nomor: 503/1082604/IP/DPMPTSP/VIII/2025

#### **TENTANG PENELITIAN** **KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PTSP KABUPATEN REJANG LEBONG**

- Dasar : 1. Keputusan Bupati Rejang Lebong Nomor 14 Tahun 2022 Tentang Pendeklegasian Wewenang Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko dan Non Perizinan Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Rejang Lebong  
2. - Hal Rekomendasi Izin Penelitian

Dengan ini mengizinkan, melaksanakan Penelitian Kepada  
 Nama / TTL : HERLIN DARLENA  
 NIM : 21641007  
 Program Studi/Fakultas : BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM/ TARBIYAH  
 judul Proposal Penelitian : **PENGALAMAN GURU BK DALAM MENANGANI SISWA YANG MENGALAMI MASALAH PENERIMAAN DIRI DI SMPN 03 REJANG LEBONG**  
 Lokasi Penelitian : SMPN 03 REJANG LEBONG  
 Waktu Penelitian : 2025-08-01 s/d 2025-10-31  
 Pernanggung Jawab : WAKIL DEKAN I

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- Selesai melakukan penelitian agar melaporkan / menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Rejang Lebong
- Apabila masa berlaku Izin ini sudah berakhir sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai perpanjangan izin Penelitian harus diajukan kembali kepada Instansi pemohon
- Izin ini dicabut dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat Izin ini tidak menaati mengidahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikian Izin ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Dikeluarkan di : C U R U P

Pada Tanggal : 01 Agustus 2025

**PLT KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN**  
**PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
**KABUPATEN REJANG LEBONG**



**DONAFRISAL, S.Sos**  
 Pembina  
 NIP. 19730109 200212 1 002



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSE), BSN.

## Lampiran 4

### SK SELESAI PENELITIAN



**Lampiran 5****LAMPIRAN PERTANYAAN WAWANCARA GURU BK**

Nama : \_\_\_\_\_

Jabatan : \_\_\_\_\_

Sekolah : \_\_\_\_\_

**Pertanyaan:**

1. Bagaimana biasanya respon awal Bapak/Ibu ketika mengetahui ada siswa yang mengalami masalah penerimaan diri?
2. Langkah atau rencana seperti apa yang Bapak/Ibu susun sebelum memberikan layanan atau pendampingan kepada siswa tersebut?
3. Bisa dijelaskan bagaimana proses Bapak/Ibu dalam mendampingi atau menangani masalah penerimaan diri siswa?
4. Bagaimana cara Bapak/Ibu menilai atau mengevaluasi apakah masalah penerimaan diri yang dialami siswa sudah tertangani dengan baik?
5. Apakah siswa yang bapak/ibu tangani ada yang memiliki masalah penerimaan diri? jika ada, ada berapa orang yang sudah bapak/ibu tangani?
6. Menurut pengalaman Bpk/Ibu, seperti apa masalah penerimaan diri yang sering dialami oleh siswa?
7. Apa saja faktor atau penyebab yang Bapak/Ibu lihat paling sering memicu masalah penerimaan diri pada siswa?
8. Menurut Bapak/Ibu, bagaimana dampak dari masalah penerimaan diri tersebut terhadap perilaku atau keseharian siswa di sekolah?
9. Apakah ada perubahan yang terlihat pada diri siswa setelah dilakukan penanganan atau pendampingan?

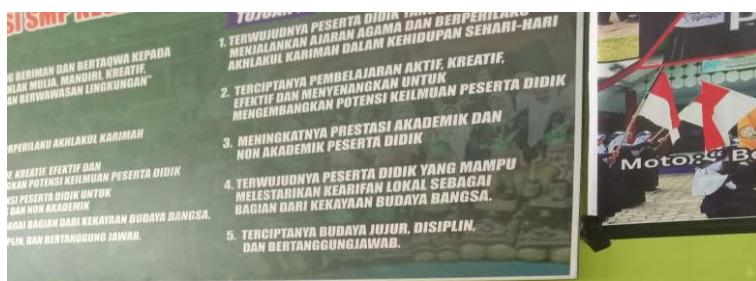
10. Menurut Bapak/Ibu, sejauh mana tingkat keberhasilan dari proses penanganan masalah penersebut?
11. Apa harapan Bapak/Ibu ke depannya agar siswa lebih mudah menerima dirinya sendiri dan tidak mengalami masalah serupa?

**Lampiran 6****PERTANYAAN WAWANCARA SISWA**

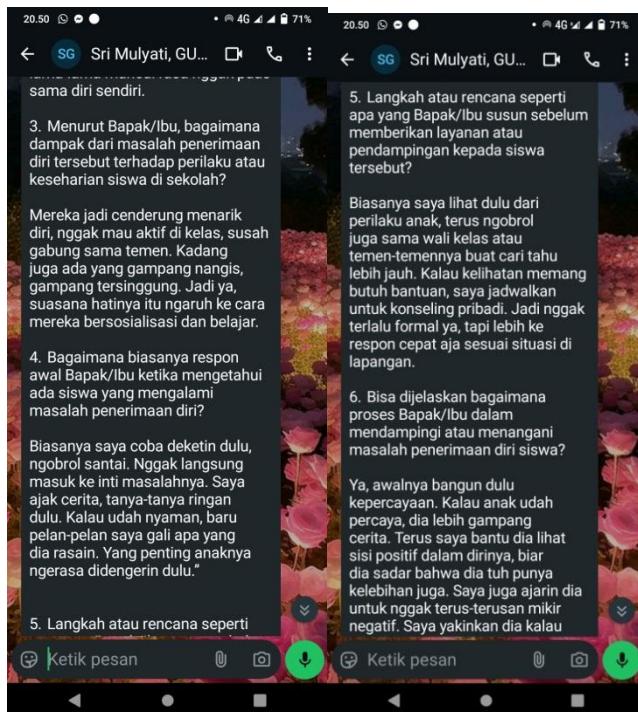
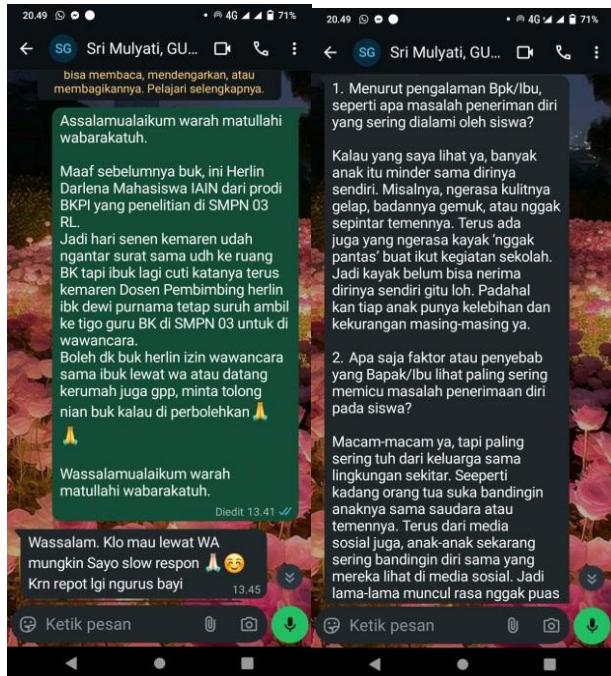
1. Apakah kamu pernah merasa tidak percaya diri dengan kondisi fisik mu? dan apa alasan kamu merasa minder bisa ceritakan?
2. Menurut kamu, apa saja faktor yang membuat kamu merasa kurang bisa menerima diri sendiri, apakah itu karena dari diri kamu sendiri, dari teman sebaya, keluarga, perbedaan bahasa atau budaya, atau dari media sosial?"
3. Menurut kamu, apa yang kamu rasakan atau alami disekolah maupun di rumah ketika kamu sulit menerima diri kamu sendiri, misalnya dalam hal pertemanan, belajar, atau hubungan dengan keluarga?
4. Bagaimana saat kamu mendapatkan bantuan dari guru BK ketika menghadapi masalah penerimaan diri?
5. Setelah kamu mendapatkan bimbingan dari guru BK, apa kamu merasa ada perubahan pada diri kamu?

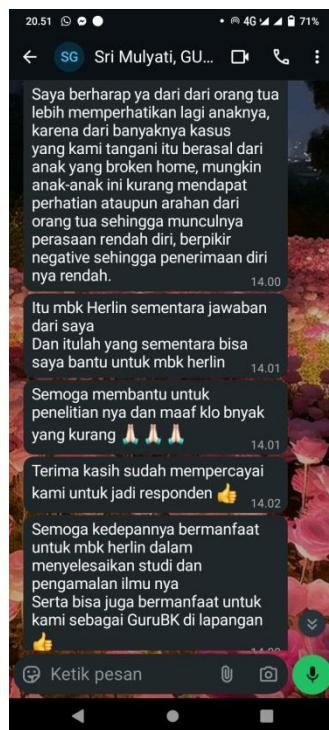
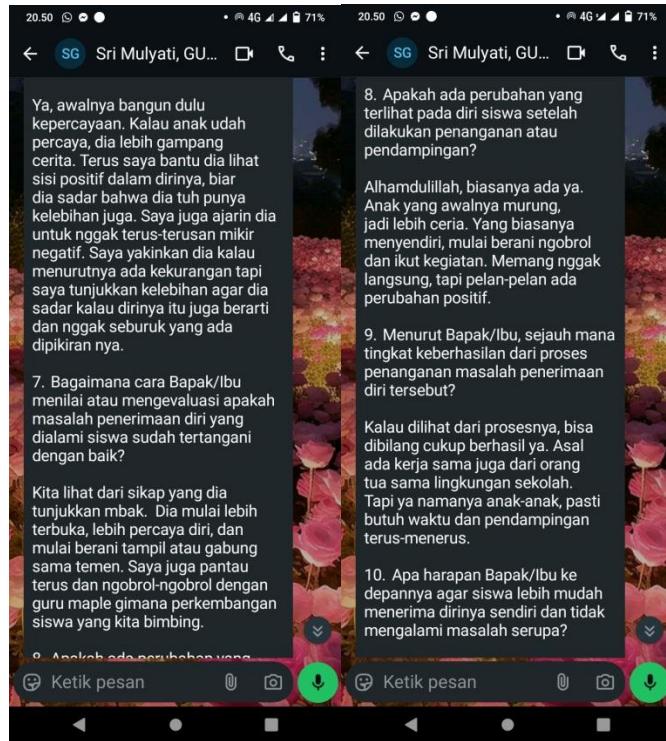
**Lampiran 7****DOKUMENTASI WAWANCARA GURU BK**

Wawancara dengan ibu Isabela Ramadani, S.Pd., Gr (Guru BK kelas IX)



Wawancara dengan ibu Dewi Susanti, S. Pd. Gr ( guru Bk kelas VIII)





## Wawancara dengan ibu Sri Mulyati, M. Pd., Kons(Guru BK kelas VII)

**Lampiran 8****DOKUMENTASI WAWANCARA SISWA**

Wawancara Kelas IX



Wawancara Kelas VIII



Wawancara dengan siswa kelas VII

## Lampiran 9

## **PROGRAM TAHUNAN LAYANAN BK**

PROGRAM TAHUNAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG TAHUN AJARAN 2024/2025										
No	Aspek Perkembangan	Capaian Layanan	Tataran Internalisasi Tujuan			Bidang	Pelaksanaan Layanan			Waktu Pelaksanaan
			Pengenalan	Akomodasi	Tindakan		Komponen	Strategi Layanan	Teknik	
1	Landasan Hidup Religius	Memperbaiki kebiasaan perilaku yang kurang sesuai dengan keyakinannya	Mengalihkan nilai-nilai agama yang telah dipelajari dengan aktivitas sehari-hari.	Menghargai berbagai bentuk tata kebiasaan sehari-hari yang dijalankan olehnya maupun orang lain.	Memperbaiki kebiasaan sehari-hari yang kurang sesuai dengan ajaran yang diyakininya.	Pribadi	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konsultasi Layanan Responsif Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Diskusi Renyah/Mentereng/Muhibah Cerita-Talk Konseling Individual Alih Tangan Pembinaan Inovasi dan Peningkatan Pembinaan Organisasi Manajemen Program Organisasi dan Pemasaran	J A S O N D I J F M A M J
2	Landasan Perilaku Etis	Menampilkan Perilaku yang sesuai norma dan etika pada kehidupan dimasyarakat	Mengalikan norma dan etika pada kehidupan remaja yang sering terjadi pada lingkungan masyarakat	Meyakini pentingnya norma dan etika perilaku sosial bagi remaja pada kehidupan bermasyarakat	Menampilkan perilaku sosial yang sesuai norma dan etika perilaku sosial bagi remaja pada kehidupan bermasyarakat	Pribadi	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konsultasi Layanan Responsif Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Inovasi dan Peningkatan Pembinaan Organisasi Manajemen Program Organisasi dan Pemasaran	J A S O N D I J F M A M J
3	Kematangan Emosi	Mengekspresikan Kematangan diri sendiri secara bebas dan terbuka tanpa menimbulkan konflik	Menganalisis ekspresi perasaan diri sendiri dan orang lain yang dapat menimbulkan konflik.	Mengelola ekspresi perasaan diri sendiri secara tepat atas dasar pertimbangan kontekstual	Mengembangkan ekspresi perasaan diri sendiri secara bebas dan terbuka tanpa menimbulkan konflik.	Pribadi	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konsultasi Layanan Responsif Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Inovasi dan Peningkatan Pembinaan Organisasi Manajemen Program Organisasi dan Pemasaran	J A S O N D I J F M A M J

4	Kemampuan Intelektual	Menentukan alternatif pengambilan keputusan dan pengertian masalah berdasarkan konsep ilmu pengetahuan dan perilaku belajar	Menganalisa alternatif pengambilan keputusan dan pengertian masalah menggunakan konsep-konsep ilmu pengetahuan dan perilaku belajar	Memadukan keragaman alternatif pengambilan keputusan dan pengertian masalah dengan menggunakan konsep ilmu pengetahuan dan perilaku belajar	Mengembangkan alternatif pengambilan keputusan dan pengertian masalah berdasarkan pengertian dan konsep ilmu pengetahuan dan perilaku belajar	Belajar	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal	
								Bimbingan Kelompok berpasangan Rencana/tujuan Dewan	
								Konsultasi Konseling individual ALih Tangan memerlukan referensi	
								Perencanaan individu Peningkatan Penilaian/motivasi Manajemen Program Organisasi dan Penerapan	
5	Kesadaran Tanggungjawab	Menunjukkan Kemampuan Intelektual dengan orang lain sesuai hak dan kewajiban	Menjelaskan cara memperoleh hak dan kewajiban dalam kehidupan sehari-hari Mengalihkan hak dan kewajiban dalam aktivitas di lingkungan sekitar yang sudah	Menyadari hak Saling menghormati dan kewajiban serta tanggung jawab untuk menjalin persahabatan dan berinteraksi dengan orang lain sesuai hak dan kewajiban atas dasar	Sosial	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal		
							Bimbingan Kelompok berpasangan Rencana/tujuan Dewan		
							Konsultasi Konseling individual ALih Tangan memerlukan referensi		
							Perencanaan individu Peningkatan Penilaian/motivasi Manajemen Program Organisasi dan Penerapan		
6	Kesadaran Gender	Menampilkkan perilaku yang sesuai dengan fungsi dan peran sebagai laki-laki dan perempuan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan budaya dan nilai-nilai yang berlaku	Menjelaskan fungsi peran sosial antara laki-laki dan perempuan sesuai dengan budaya dan nilai-nilai yang berlaku.	Menghargai fungsi dan peran sebagai laki-laki atau perempuan sesuai dengan peran sebagai laki-laki atau perempuan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan budaya dan nilai-nilai yang berlaku.	Menampilkan perilaku yang sesuai dengan fungsi dan peran sebagai laki-laki atau perempuan sesuai dengan peran sebagai laki-laki atau perempuan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan budaya dan nilai-nilai yang berlaku.	Sosial	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal	
								Bimbingan Kelompok berpasangan Rencana/tujuan Dewan	
								Konsultasi Konseling individual ALih Tangan memerlukan referensi	
								Perencanaan individu Peningkatan Penilaian/motivasi Manajemen Program Organisasi dan Penerapan	
7	Pengembangan Pribadi	Melakukan Aktivitas Keseharian untuk mengembangkan potensi dan hobi yang dimilikinya	Mengidentifikasi berbagai aktivitas keseharian untuk mengembangkan potensi dan	Bersikap positif terhadap aktivitas keseharian untuk mengembangkan potensi dan	Melakukan aktivitas keseharian untuk mengembangkan potensi dan	Pribadi	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal	
								Bimbingan Kelompok berpasangan Rencana/tujuan Dewan	
								Konsultasi Konseling individual ALih Tangan	

			hobi yang dimilikinya.	kan potensi dan hobi yang dimilikinya.	hobi yang dimilikinya.			oimongan teman Pembelajaran inovasi atau Inisiatif Inovasi atau Perencanaan Individual Dukungan Sistem		
8	Perilaku Kewirausahaan/Kemandirian Perlaku Ekonomis	Menampilkan contoh perilaku hemat, ulet, kompetitif, dan kolaboratif dalam mengembangkan jiwa kewirausahaan	Mengidentifikasi perilaku hemat, ulet, dan kompetitif dengan karakteristik jiwa kewirausahaan	Menyadari manfaat perilaku hemat, ulet, kompetitif, dan kolaboratif dengan karakteristik wirausaha	Menampilkan contoh perilaku hemat, ulet, kompetitif, dan kolaboratif dalam karakteristik jiwa kewirausahaan	Karir	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konseling Individu Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Diskusi	
9	Wawasan Kesiapan Karir	Menentukan Pilihan Pendidikan SMA, MA Sederajat dan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan diri	Memilih alternatif pendidikan SLTA yang sesuai dengan kemampuan diri dalam rangka merencanakan karier.	Meyakini alternatif pendidikan SLTA yang sesuai dengan kemampuan diri.	Menentukan pilihan pendidikan SLTA dan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan diri.	Karir	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konseling Individu Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Biografi	
10	Kematangan Hubungan dengan Teman Sebaya	Menyelenggarakan norma-norma pergaulan teman sebaya dengan latar belakang yang beragam	Mengidentifikasi keterkaitan antara norma diri sendiri dengan fenomena pergaulan di lingkungan teman sebaya	Menghargai perbedaan norma yang dianut oleh lingkungan teman sebaya	Menyejariasakan norma-norma pergaulan dengan teman sebaya yang lebih beragam latar belakang	Sosial	Layanan Dasar	Bimbingan Klasikal Bimbingan Kelompok Konseling Individu Perencanaan Individual Dukungan Sistem	Diskusi	

## Lampiran 10

<b>LAMPIRAN :</b> <b>HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN</b> <b>LAYANAN BIMBINGAN DAN</b> <b>KONSELING</b> <b>SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG</b> <b>SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2024/2025</b>				
<b>JURNAL HARIAN KEGIATAN LAYANAN BIMBINGAN DAN</b> <b>KONSELING SEMESTER I TAHUN PELAJARAN</b> <b>2024/2025</b>				
No	Hari/ Tanggal Kegiatan	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan	Hasil yang dicapai
1	Selasa, 30 Juli 2024	Seluruh siswa kelas 9 C	1. Pembukaan 2. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 3. Pengisian daftar hadir 4. Orientasi umum materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan)	1. Kelas dan seluruh siswa rapi 2. Daftar hadir lengkap 3. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : 20 orang SMK/STM : 17 orang MAN/MA : 1 orang
2	Rabu, 31 Juli 2024	Seluruh siswa kelas 9 A	1. Pembukaan 2. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 3. Pengisian daftar hadir 4. Orientasi umum materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan)	1. Kelas dan seluruh siswa rapi 2. Daftar hadir lengkap 3. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang

TIM BK \_ SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG

3	Rabu, 31 Juli 2024	Seluruh siswa kelas 9D	1. Pembukaan 2. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 3. Pengisian daftar hadir 4. Orientasi umum materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan)	1. Kelas dan seluruh siswa rapi 2. Daftar hadir lengkap 3. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang
4	Rabu, 31 Juli 2024	Seluruh siswa kelas 9 E	5. Pembukaan 6. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 7. Pengisian daftar hadir 8. Orientasi umum materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan)	4. Kelas dan seluruh siswa rapi 5. Daftar hadir kurang 4 orang 6. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang
5	Kamis, 01 Agustus 2024	Seluruh siswa kelas 9 B	9. Pembukaan 10. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 11. Pengisian daftar hadir 12. Orientasi umum materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan)	7. Kelas dan seluruh siswa rapi 8. Daftar hadir lengkap 9. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang
6	Kamis, 01 Agustus 2024	Seluruh siswa kelas 9 F	13. Pembukaan 14. Cek kerapian kelas dan seluruh siswa 15. Pengisian daftar hadir 16. Membahas kesepakatan jam BK (Pembinaan kepada Marisa, Hernita, Zhava dan Sulistiyah)	10. Kelas dan seluruh siswa rapi 11. Daftar hadir lengkap 12. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang

TIM BK \_ SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG

7.	Sabtu, 03 Agustus 2024	BK.I.2025.04.9f(1) BK.I.2025.18.9f(2)
		Karena terjadi perkelahian antara 1 dan 2 pada kamis , 01 Agustus 2024 pada jam istirahat oleh karena itu wali kelas dan wakil kesiswaan, dari masalah anaknya. Pihak sekolah diminta mendatangkan Saat momen bersalam-salaman 1 belum wali dari 1 untuk bertemu langsung dengan wali 2 . Wali 1 mau bersalam-salaman dengan ayah 2 karena diwakili oleh kakak perempuannya (ayuk kandung) dan masih ada perasaan tidak nyaman yang bertemu tatac muka dengan wali 2 mendengarkan keluhan dirasakan 1 atas cara ayah 2 menyikapi 1 dari pihak 2 atas perlakuan 1. Hasilnya diputuskan 2 harus walaupun pertemuan tadi. Pertemuan mediasi di rontgen ke rumah sakit dengan adanya hasil rontgen wajid ditutup tetapi akan tetap ada tindak lanjut 2 berharap dapat kepastian kondisi anaknya setelahdiri pihak sekolah (Guru BK, wali kelas berkelahi dengan 1. Alhamdulillah hasil rontgen yangd dan wakil kesiswaan) untuk mendampingi 1 dilakukan menunjukkan hasil bahwa 2 dalam kondisi yangd dan 2 sampai kondisi keduanya benar-benar tidak ada kendala sama sekali. Akhir dari mediasi ini adalah pulih seperti semula. Senin akan ada kesepakatan tertulis antara pihak 2 dengan 1 pemanggilan secara khusus untuk 1 dan 2. diketahui wali kelas dan wakil kesiswaan. Saat momen bersalam-salaman 1 belum mau bersalam-salaman dengan ayah 2 karena masih ada perasaan tidak nyaman yang dirasakan 1 atas cara ayah 2 menyikapi 1 di awal pertemuan tadi. Pertemuan mediasi ditutup tetapi akan tetap ada tindak lanjut dari pihak sekolah (Guru BK, wali kelas dan wakil kesiswaan) untuk mendampingi 1 dan 2 sampai kondisi keduanya benar-benar pulih seperti semula. Senin akan ada pemanggilan secara khusus untuk 1 dan 2.

TIM BK \_SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG

10.	Rabu, 07 Agustus 2024	Seluruh siswa kelas 9E	1. Pembukaan 2. Cek kerapian kelas dan seluruh 3. Pengisian daftar hadir 4. Materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (sekolah lanjutan). Terakhir mengumpulkan catatan langkah-langkah perencanaan karir sampai no.5	1. Kelas dan seluruh siswa rapi 2. Daftar hadir kurang 2 orang 3. Dari 26 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang Bekerja : orang
11.	Kamis, 08 Agustus 2024	Seluruh siswa kelas 9B	Sholat dhuha bersama di mushollah	Tidak ada pelayanan BK di kelas
12.	Kamis , 08 Agustus 2024	Seluruh siswa kelas 9F	1. Pembukaan 2. Cek kerapian kelas dan seluruh 3. Pengisian daftar hadir 4. Materi layanan dasar BK di kelas 9 terkait bidang bimbingan karir (mendengar materi karir). Penugasan pesan moral kelas 9	1. Kelas dan seluruh siswa rapi 2. Dari 28 siswa mereka merencanakan untuk lanjut ke SMA : orang SMK/STM : orang MAN/MA : orang Bekerja : orang
	Senin – sabtu ( 12-17 Agustus 2024)	Seluruh siswa dan dewan guru	Pekan peringatan HUT RI di lingkungan SMPN 3 RL	

TIM BK \_SMP NEGERI 3 REJANG LEBONG

## Lampiran 11

### Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

<b>RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)</b> <b>BIMBINGAN KLASIKAL</b> <b>SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2022/2023</b>		
A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Kematangan emosi
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat mengevaluasi faktor yang mempengaruhi kematangan emosi dan mampu mengembangkan kematangan emosi
F	Tujuan Khusus	1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian kematangan emosi. 2. Peserta didik/konseli dapat mengevaluasi faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi. 3. Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri matang secara emosi. 4. Peserta didik mengembangkan kematangan emosi yang ada pada diri
G	Sasaran Layanan	Kelas 8
H	Materi Layanan	1. Pengertian kematangan emosi 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi seseorang. 3. Ciri-ciri matang secara emosional.
I	Waktu	10 Menit
J	Metode/Teknik	Diskusi, Curah pendapat, Penugasan tertulis, Tanya jawab
K	Media / Alat	Poster ttg kematangan emosi, kertas manila, spidol besar
L	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam, siswa Menjawab. 2. Guru BK/Konselor mengajak siswa berdoa sesuai dengan keyakinan masing-masing. 3. Ice breaking (melatih konsentrasi) 4. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan

		dicapai
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<p>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</p> <p>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</p>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penejelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d. Tahap peralihan ( Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	<p>a. Kegiatan peserta didik</p> <p>1. Mengamati poster tentang kematangan emosi</p> <p>2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat</p> <p>3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing</p> <p>4. Setiap kelompok mempresentasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapinya, dan seterusnya bergantian sampai selesai.</p>
	b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<p>1. Menayangkan poster tentang kematangan emosi.</p> <p>2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat</p> <p>3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok)</p> <p>4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok)</p> <p>5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas</p> <p>6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik</p> <p>7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan</p>
	3. Tahap Penutup	<p>1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</p> <p>2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</p> <p>3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</p> <p>4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam</p>
M	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <p>1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</p> <p>2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</p> <p>3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</p> <p>4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK</p>
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara

		<p>lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</li> <li>2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting</li> <li>3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami</li> <li>4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti</li> </ol>
--	--	--

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

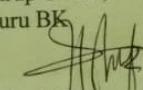
1.Uraian materi  
2.Lembar kerja siswa



Mengetahui,  
Kepala SMPN 3 RL  
REJANG LEBONG

Arinveli  
NIP. 19670291998012002

Curup Timur, Juli 2022  
Guru BK



Isabela Ramadani, S.Pd

## BIOGRAFI PENULIS



Peneliti bernama **HERLIN DARLENA** yang merupakan anak bungsu dari empat bersaudara. Peneliti lahir di Desa Tik Jeniak, Kecamatan Lebong Selatan, Kabupaten Lebong pada tanggal 30 April 2004 dari seorang ibu bernama Rubia dan Ayah bernama Arpan Sisuandi, penulis mempunyai seorang kakak bernama wilyan sinetra dan dua ayuk bernama Armaiza dan Yunara. Penulis beragama islam. Penulis menempuh Pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 01 Turan Lalang, setelah itu melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 01 Lebong Selatan. Kemudian melanjutkan Sekolah Menengah Kejuruan di SMK Negeri 03 Lebong. Setelah lulus dari Sekolah Menengah Kejuruan penulis langsung melanjutkan kuliah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup Fakultas Tarbiyah, Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. Penulis menyelesaikan studi dengan judul penelitian "**Pengalaman Guru Bk dalam Menangani Siswa yang Mengalami Masalah Penerimaan Diri di SMPN 03 Rejang Lebong**". Motto: lalui semua dengan keyakinan insyaallah Allah swt merahmati dan mengabulkan apa yang kamu inginkan. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat dan mendapat keberkahan di setiap kalimatnya. Aamiin ya rabbal alamin.