JURNAL

EFEKTIVITAS KONSELING REALITA PROSEDUR WDEP UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET

EFFECTIVITY OF COUNSELING REALITY WITH WDEP PROCEDURES TO STUDENT SELF-ACCEPTANCE CLASS X SMA NEGERI 1 LOCERET THE ACADEMIC YEAR 2016/2017

Oleh:

SYAIFUL ROHMAN KHAKIM

12.1.01.01.0050

Dibimbing oleh :

1. **Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd**
2. **Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Syaiful Rohman Khakim
NPM	: 12.1.01.01.0050
Telepun/HP	: 085772939506
Alamat Surel (Email)	: syaifurrohman.hakim@gmail.com
Judul Artikel	: EFEKTIVITAS KONSELING REALITA PROSEDUR WDEP UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET TAHUN PELAJARAN 2016/2017
Fakultas – Program Studi	:FKIP – Bimbingan dan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	:UN PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	:JL. K.H. Achmad Dahlan No. 76 Tel. : (0354) 771503, 771495 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui

Kediri, 30 Januari 2017

Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd	Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd	Syaiful Rohman Khakim
NIDN. 07016046202	NIDN. 0711039102	NPM. 12.1.01.01.0150

Efektivitas Konseling Realita Prosedur WDEP Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017

SYAIFUL ROHMAN KHAKIM
12.1.01.01.0050
FKIP – BIMBINGAN DAN KONSELING
Syaifurrohman.hakim@gmail.com
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd dan Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi banyaknya siswa yang memiliki penerimaan diri siswa.Penerimaan diri adalah cerminan dari perasaan puas terhadap diri sendiri, dengan kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri serta pengakuan akan keterbatasan yang ada pada dirinya. Maka dalam hal ini perlu adanya alternatif solusi mengatasi permasalahan tersebut. Permasalahan penelitian ini adalah apakah konseling realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017 ?. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian *eksperimental* dan design penelitian adalah *pre experiment design* dengan jenis *one group pre-test and post-test design* dan pengumpulan data penerimaan diri menggunakan angket. Penelitian dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu pemberian *pre-test*, pemberian *treatment* konseling realita teknik WDEP, dan pemberian *post-test* dengan menggunakan instrumen berupa angket. Populasi yang dijadikan subyek penelitian berjumlah 6 siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret. Untuk teknik analisa data yang digunakan adalah teknik uji *wilcoxon*. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Pemberian konseling realita diberikan kepada siswa yang bertujuan untuk mengubah perilaku siswa yang awalnya memiliki penerimaan diri rendah menjadi meningkat. Konseling realita teknik WDEP efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa rendah pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017. Dalam peneliian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling realita efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari meningkatnya penerimaan diri siswa setelah diberikannya konseling realita teknik WDEP. Berdasarkan penelitian ini saran bagi (1) konselor/guru dapat digunakan sebagai acuan untuk mengatasi penerimaan diri rendah yang dialami siswa.(2) bagi peneliti selanjutnya dapat memberikan *treatment* yang berbeda untuk meningkatkan penerimaan diri siswa yang rendah.

Kata Kunci: Konseling Realita Prosedur WDEP, Penerimaan Diri

I. LATAR BELAKANG

Penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani.

Individu yang memiliki penerimaan diri akan mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan yang dihadapinya. Penerimaan diri adalah salah satu aspek yang penting pada seseorang. Dengan adanya penerimaan diri seseorang akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimilikinya. Adanya penerimaan diri akan membantu individu untuk dapat berfungsi secara ideal sehingga individu dapat mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan optimal.

Menurut Chaplin (1999) penerimaan diri merupakan cerminan dari perasaan puas terhadap diri sendiri, dengan kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri serta pengakuan akan keterbatasan yang ada pada diri. Perilaku individu yang memiliki penerimaan diri lebih cenderung positif dan senang melakukan kegiatan yang berhubungan dengan banyak orang. Sehingga ini akan sangat berdampak positif terhadap kematangan pada dirinya.

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Periode ini dianggap sangat penting dalam kehidupan seseorang, khususnya dalam pembentukan kepribadian seseorang sehingga setiap siswa memerlukan penerimaan diri supaya mereka dapat berkembang secara optimal. Penerimaan diri merupakan aspek yang sangat dibutuhkan oleh setiap siswa terutama dalam proses aktualisasi dirinya.

Menurut Prayitno (2009) Manusia yang utuh, baik menurut pandangan agama, psikologi, maupun sosial budaya, pada dasarnya adalah mereka yang telah berhasil mewujudkan keempat dimensi kemanusiaan (individualitas, sosialitas dan moralitas religisitas) secara selaras, serasi dan seimbang, sehingga ketiggian derajat dan keindahan diri mereka benar-benar adanya dan manfaatnya oleh diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Berkaitan dengan hal tersebut Hurlock (1999) menjelaskan bahwa beberapa esensi kebahagiaan atau keadaan sejahtera, kenikmatan atau kepuasan, diantaranya adalah sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*), dan prestasi (*achievement*)

Konseling realita menitikberatkan tanggung jawab yang dipikul konseli agar konseli berperilaku sesuai dengan realita atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan dalam tingkah laku konseli dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi, bukan sebagai indikasi atau gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental.

Menurut Glasser (dalam Winkel, 2007) bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku, orang perorangan tidak diperkenankan untuk bertindak sesuka hati, dia harus menunjukkan tingkah laku yang tepat dan menghindari tingkah laku yang salah *(right and wrong behavior).*

Pendekatan realita berasumsi bahwa realisasi untuk tumbuh dalam rangka memuaskan kebutuhan harus dilandasi oleh prinsip 3R, yaitu *right* (mempelajari apa yang benar), *responsibility* (bertingkahlaku secara bertanggung jawab) dan *reality* (memahami serta menghadapi kenyataan).

Menurut Latipun (2005) secara umum tujuan konseling realita sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan *success identity*. Dalam hal ini identitas keberhasilannya adalah memiliki gambaran yang positif tentang dirinya. Pendekatan realita bertujuan memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada konseli agar bisa mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan, maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.

Wubbolding (dalam Corey:2005) mengembangkan sistem WDEP mengacu pada kumpulan strategi: W adalah *wants and needs* (keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan), D adalah *direction and doing* (arah dan tindakan), E adalah *self evaluation* (evaluasi diri), dan P adalah *planning* (rencana dan tindakan).

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul "EFEKTIVITAS KONSELING REALITA PROSEDUR WDEP UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET TAHUN PELAJARAN 2016/2017"

II. METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif mengutamakan objektifitas penelitian dengan menggunakan angka-angka dan pengolahan statistik.

Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-5 sampai X-8 yakni sebanyak 160 siswa. Dalam penelitian ini sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2015) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan petimbangan tertentu. *Purposive sampling* digunakan apabila sasaran sampel yang diteliti telah memiliki karakteristik tertentu sehingga tidak mungkin diambil sampel lain yang tidak memenuhi karakteristik yang telah ditetapkan.

Dalam uji *Wilcoxon macth pairs test* dapat menggunakan tabel penolong untuk menghitung nilai T, dalam penelitian ini tabel penolong berfungsi untuk untuk membandingkan nilai sebelum diberikan *treatment* dan sesudah diberikan *treatment*

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Hasil

Hasil penelitian ini dengan rata-rata skor preteat sebanyak 6 sampel yaitu 94 dan rata-rata skor posttest yakn 143 hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling realita prosedur WDEP. Berikut tabel penolong hasil *Uji Wilcoxon match pairs test*

Uji Wilcoxon Pre-test* dan *Post-test

No	Siswa	Skor Pre-test	Skor Post-test	Selisih	Peringkat	Peringkat Tanda Positif	Peringkat Tanda Negatif
1	SM	98	144	+46	6	6	0
2	LDW	118	142	+24	2	2	0
3	AKW	124	139	+15	1	1	0
4	INS	106	149	+43	5	5	0
5	AS	103	137	+34	3	3	0
6	IO	116	151	+35	4	4	0
Jumlah positif dan negatif (T)						**21**	**0**

Berdasarkan hasil tersebut diperoleh hasil bahwa T_{hitung} pada jumlah jenjang yang paling kecil sebesar 6 sedangkan nilai T_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan N = 6 sebesar 0. Berdasarkan norma keputusan jika $T_{hitung} \leq 0$, maka Ha diterima, sedangkan jika $T_{hitung} > 0$, maka Ha ditolak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa T_{hitung} $0 \leq 0$ maka H_0 ditolak dan Ha diterima dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling realita proseedur WDEP efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017.

B. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas konseling realita prosedur WDEP untuk meingkatkan penerimaan diri siswa kelas X Tahun Pelajaran 2016/2017, disimpulkan bahwa Konseling realita prosedur WDEP efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret.

C. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakaukan, ada beberapa saran yang dapat disampaikan:

1. Bagi Konselor/Guru

   Dapat menjadikan acuan untuk mengatasi penerimaan diri siswa Sesuai hasil penelitian, karena konseling realita untuk meningkatkan penerimaan diri pada siswa.

2. Bagi Siswa

   Diharap siswa mampu memiliki penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari, karena penerimaaan diri sangat berpengaruh di masa sekarang dan masa yang akan datang. Pada masa sekarang perilaku penerimaan diri dapat mempengaruhi belajarnya, dan dimasa yang akan datang dapat mempengaruhi tugas-tugas yang harus dia kerjakan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang ingin mengkaji permasalahan yang sama dapat mengembangkan konseling realita prosedur WDEP untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Corey, G. 2005. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Seventh Edition. Belmont: Brooks/Cole-Thomson Learning.

Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM press

Prayitno. 2009. *Dasar-Dasar bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta

Hurlock, E. B. 1999. *Psikologis Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga