

E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 9	NOMOR 2	EDISI Oktober 2024	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

REALITA
JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
Penanggung Jawab : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Mutmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviewers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (SINTA ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (SINTA ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Luar Sekolah Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Volume 9 Nomor 2 Edisi Oktober 2024

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : realita@undikma.ac.id

Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

DAFTAR ISI	Halaman
Alvita Izki Maulida, dan Drajat Edy Kurniawan Studi Kasus Faktor Penyebab Rendahnya Kesadaran Pendidikan di Desa Sengi Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang	2416 - 2424
Puspa Naila Alifiarni Ramsyah dan Abdul Muhid Efektivitas Terapi <i>Acceptance and Commitment</i> (ACT) dalam Menumbuhkan <i>Body Image</i> Positif pada Remaja Obesitas	2425 - 2433
Pifa A. Lakapu, I Wayan Lasmawan, dan I Wayan Suastra Analisis Kesiapan Guru dalam Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar di SD Negeri Taubeno	2434 - 2442
Nurani Azizah Ayu Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Santriwati Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi	2443 - 2451
Mustakim, I Nengah Suastika, dan Dewa Bagus Sanjaya The Implementation of Effective Learning Resources Models in Civic Education Learning at SD Negeri 5 Sukarara	2452 - 2469
Ayu Kharisma Paramita Mulyanto dan Ayong Lianawati Efektivitas Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan <i>Self-Concept</i> pada Remaja Broken Home	2470 - 2479
Mustakim, I Wayan Suastra, Dan I Wayan Lasmawan The Independent Curriculum in Educational Theory Review: Challenges and Solutions	2480 - 2501
Niar Karisma Raranta, dan Ari Khusuma Dewi Upaya Peningkatan Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> Terhadap Self Efficacy Diri Siswa	2502 - 2507
Ufi Nawa Zakiyya, dan Ahmad Minan Zuhri Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Positif Reinforcement Surat At-Tin Ayat 4 Terhadap Percaya Diri Siswa MTs Negeri Semarang	2508 - 2517
Aluh Hartati dan Mawar Sutjiati Sasmita Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy terhadap Kecemasan Belajar Siswa SMP Negeri 9 Mataram	2518 - 2527
Hariadi Ahmad dan Mulyana Pengaruh Teknik Being Positif terhadap Kestabilan Emosi Siswa di SMP Lenterahati Islamic Boarding School	2528 – 2538

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SANTRIWATI PESANTREN MODERN AL-AMANAH JUNWANGI

Oleh:

Nurani Azizah Ayu

Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

Email: azizahayunurani@gmail.com

Abstrak. Setiap orang berhak untuk menempuh Pendidikan. Salah satunya adalah lembaga pendidikan berbasis agama Islam seperti Pondok Pesantren. Berdasarkan hasil wawancara tantangan yang dihadapi pada pondok pesantren semakin besar seiring perubahan zaman. Hal ini menimbulkan permasalahan seperti; kemampuan individu dalam pengelolaan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya terutama dalam penerimaan diri. Oleh karena itu, perlu adanya pemberian layanan bimbingan kelompok agar santriwati dapat meningkatkan penerimaan diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bimbingan kelompok teknik role playing dapat meningkatkan penerimaan diri Santriwati Madrasah Aliyah Bilingual Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi. Metode penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan rancangan *pre-experimental one group pre-test post-test*. Dengan Subjek adalah 10 peserta didik kelas XI yang memiliki penerimaan diri kategori rendah. Pengumpulan data menggunakan angket kuesioner dengan jumlah item 60 pernyataan yang telah di uji validitas dan reliabilitas. Analisis data yang digunakan yaitu statistik non parametrik yaitu uji *wilcoxon* dengan bantuan SPSS. Hal ini dimaksudkan untuk mengukur peningkatan penerimaan diri dengan diberikan *treatment* bimbingan kelompok *Role playing*. Berdasarkan hasil penelitian penghitungan rata-rata skor penerimaan diri sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait penerimaan diri hasil *pretest* 148.3 setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* lalu mengalami peningkatan menjadi 198.6. Dari hasil uji statistik non parametrik menggunakan SPSS versi 25 dengan uji *wilcoxon* diperoleh nilai *asympt sign. (2-tailed)* dengan nilai 0.005 lebih kecil dari nilai kritik 0,05 ($0,005 < 0,05$) yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok Teknik *Role playing* dapat Meningkatkan Penerimaan Diri pada Santriwati Kelas XI Madrasah Aliyah Bilingual Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi.

Kata Kunci: Penerimaan Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik Role Playing

Abstract. Everybody is entitled to an education. One of them is an educational establishment with an Islamic religious focus, such Islamic Boarding School. The difficulties encountered by Islamic boarding schools are become more significant as time goes on, according to the findings of the interviewees. This leads to issues with a person's capacity to control their psychological well-being, especially in self-acceptance. Therefore, it is necessary to provide group guidance services so that students can increase self-acceptance. The general of this study was to determine the enchancement of group discussion technique guidance in increase student self-acceptance of class XI students at Madrasah Aliyah Bilingual The Modern Islamic Boarding School Al-Amanah Junwangi. This research method was carried out quantitatively with a *pre-experimental one group pre-test post- test design*. With Subjects are 10 class XI students who have low self-acceptance. Collecting data using a questionnaire with a total of 60 statement items that have been tested for validity and reliability. The data analysis used was non-parametric statistics, namely the *Wilcoxon test* with the help of SPSS. This is meant to find out the increase the group is by group guidance treatment with *role playing techniques*. Based on the research results, the average score of self-acceptance before participating in group related to self-acceptance *pretest* results was 148.3 after participating using group discussion techniques, which increased to 198.6. From the results of non parametric statistical tests using SPSS version 25 with the *Wilcoxon test*, the *asympt sign value* was obtained. (2-tailed) value 0.005 is smaller than the critical value of 0.05 ($0.005 \leq 0.05$) which means that H_0 is rejected and H_a is accepted, so it can be concluded that Group Guidance *Role playing Techniques* can increase student self-acceptance of class XI students at Madrasah Aliyah Bilingual The Modern Islamic Boarding School Al-Amanah Junwangi.

Keywords: Self Acceptance, Group Guidance, Role Playing Technique

PENDAHULUAN

Pendidikan pesantren mencakup pendidikan agama Islam, dakwah, pengembangan masyarakat, dan pendidikan serupa lainnya. Namun, pesantren menghadapi tantangan yang semakin besar seiring dengan perubahan zaman dan kemajuan ilmu pengetahuan serta teknologi. Salah satu tantangan utama adalah pergeseran budaya pesantren yang terpengaruh oleh budaya luar yang masuk ke lingkungan pesantren. Akibatnya, berbagai masalah bisa muncul, seperti kenakalan remaja di pesantren, sikap intoleran terhadap sesama, menurunnya rasa kepedulian, serta kemampuan individu dalam mengelola kesejahteraan psikologisnya. Tentunya ini menjadi tantangan tersendiri bagi pengasuh, pengurus dan pengelola pondok pesantren dalam memberikan pendidikan dan ilmu yang sesuai dengan tuntutan zaman demi mencetak generasi muda yang berkualitas dan berakhlak mulia kepedulian yang mulai memudar. Hal ini juga menjadi masalah bagi mereka dalam memberikan pendidikan yang sesuai dengan tuntutan zaman demi mencetak generasi muda yang berkualitas dan berakhlak mulia.

Penerimaan diri (*Self Acceptance*) menurut Hurlock (2016) adalah tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk menerima segala karakteristik dirinya. Individu yang mampu menerima dirinya sendiri dianggap sebagai individu yang tidak memiliki masalah dengan dirinya sendiri, bebas dari beban perasaan terhadap dirinya sendiri, sehingga lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan. Tingkat penerimaan diri (*Self Acceptance*) bervariasi pada setiap individu. Misalnya, kurangnya penerimaan terhadap kemampuan yang dimiliki dapat membuat seseorang merasa kurang percaya diri. Dengan penerimaan diri (*Self Acceptance*), individu dapat mengenali kekurangan yang tidak bisa diubah,

memperbaiki kekurangan yang masih dapat diperbaiki, dan mengoptimalkan kelebihan yang dimiliki untuk mengaktualisasikan dirinya. Berdasarkan pendapat (Ryff, 2013) semakin seorang individu mampu menerima dirinya sendiri, semakin tinggi sikap positif individu tersebut terhadap diri sendiri. Individu tersebut akan memahami dan menerima semua aspek dirinya, termasuk kualitas diri yang kurang baik, dan melihat masa lalunya sebagai sesuatu yang positif. Sebaliknya, jika penerimaan diri individu rendah, ia akan merasa tidak puas dengan dirinya sendiri, kecewa dengan masa lalunya dan kualitas dirinya, serta akan memiliki keinginan untuk menjadi orang lain.

Berdasarkan penjelasan menurut (Kabela, 2021) dalam meningkatkan regulasi diri para santriwati dapat didapatkan melalui kesejahteraan atau *well being*. *Well being* merupakan konsep yang dapat mempengaruhi regulasi diri dalam belajar. Aspek yang relevan bagi santriwati adalah kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* (Sukma & Purba, 2021). Menurut (Ryff, 1989) *Psychological well being* adalah kondisi seseorang merasakan sejahtera dalam hidup karena mampu menerima keadaan diri dan kehidupan yang ada di masa lalu maupun masa sekarang. Berdasarkan pendapat menurut Ryff (1989), terdapat enam dimensi yang membentuk kesejahteraan psikologis seseorang. Dimensi pertama adalah penerimaan diri (*self-acceptance*), yang berarti memiliki sikap positif terhadap diri sendiri. Dimensi kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), yang merujuk pada kemampuan seseorang untuk membina hubungan yang baik dengan orang lain. Dimensi ketiga adalah kemandirian (*autonomy*), yaitu kemampuan seseorang untuk membuat keputusan sendiri berdasarkan standar pribadi dan tidak bergantung pada

pandangan orang lain. Dimensi keempat adalah penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), yakni kemampuan seseorang untuk memilih atau membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya. Dimensi kelima adalah tujuan hidup (*purpose in life*), yang mencakup keyakinan bahwa hidup memiliki makna dan tujuan. Dimensi terakhir adalah pertumbuhan pribadi (*personal growth*), yang merupakan kemampuan untuk mengembangkan potensi diri.

Seperti halnya yang terjadi di pesantren Al-Amanah Junwangi di Sidoarjo. Berdasarkan hasil data angket pengukuran *psychological well-being* (PWB) yang dikembangkan oleh Ryff, ditemukan bahwa aspek kesejahteraan psikologis yang mengukur penerimaan diri (*self acceptance*) cenderung rendah dengan presentase 15,68%. Selain itu juga diperkuat dengan observasi dan wawancara yang peneliti lakukan di Madrasah Aliyah Bilingual Al-Amanah Junwangi kepada 10 orang santriwati kelas XI setuju dan merasakan permasalahan yang sama mengenai penerimaan diri. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan di lapangan mendapatkan hasil bahwa santriwati menyadari akan hal tersebut dan sering menimbulkan gejolak atau perdebatan dalam diri santriwati. Beberapa santriwati masih kesulitan dalam memahami penerimaan diri yang ada dalam kehidupannya. Kebanyakan dari mereka merasa bahwa kemampuan akan penerimaan diri cenderung kurang. Tuntutan dan tanggung jawab antara sekolah dan diluar akademik sekolah yang sering bertolak belakang dengan diri santriwati membuat mereka kurang memahami tentang dirinya sendiri. Santriwati kesulitan dalam memahami kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam dirinya. Terlebih rendahnya penerimaan diri santriwati ini berkaitan

dengan membandingkan kemampuan diri dengan teman yang lainnya. Sehingga dengan adanya hal tersebut membuat hubungan komunikasi antar santriwati cenderung berkurang. Berdasarkan penelitian oleh (Khusumadewi dkk., 2023) mendapatkan hasil bahwa masalah kesejahteraan psikologis para santri tidak dipengaruhi oleh masuknya mereka ke dalam pondok pesantren, melainkan melalui hubungan dengan teman sebaya, yang mempunyai dampak signifikan.

Penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dipilih sebagai solusi karena memiliki beberapa kelebihan dibandingkan metode lainnya, yaitu: (1) membandingkan dan mengkontraskan posisi-posisi yang diambil dalam permasalahan, (2) menerapkan pengetahuan dalam pemecahan masalah, (3) membuat masalah yang abstrak menjadi konkret, (4) melibatkan peserta didik dalam pembelajaran langsung, (5) mendorong peserta didik untuk memanipulasi pengetahuan dengan cara yang dinamis, dan (6) mengembangkan pemahaman yang empatik (Zaini, 2017). Penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* diharapkan dapat membantu santriwati memahami pentingnya kesejahteraan psikologis, sehingga sikap negatif terhadap penerimaan diri dapat berubah menjadi sikap positif (Kustina dkk., 2018). Berdasarkan pemaparan di atas, diharapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* menjadi metode yang paling tepat untuk menyampaikan informasi mengenai kesejahteraan psikologis terkait dengan penerimaan diri kepada peserta didik.

KAJIAN PUSTAKA

Bimbingan kelompok menurut (Nasution & Abdillah, 2019) mengemukakan bimbingan kelompok merupakan upaya preventif yang dilakukan oleh Guru BK atau Konselor untuk mengatasi kesulitan

atau permasalahan yang sedang dialami oleh peserta didik. Kegiatan bimbingan kelompok berisi sebagai penyampaian informasi tentang masalah pribadi, belajar, sosial, karir yang tidak dalam bentuk pelajaran. Layanan bimbingan kelompok menurut (Sukardi, 2000) merupakan layanan bimbingan yang dilakukan Guru BK atau Konselor dengan jumlah anggota 2-15 orang yang secara bersama-sama mendapatkan topik permasalahan yang berguna untuk menunjang kehidupannya.

Pada penelitian sebelumnya (Inayah & Nursalim, 2019) berpendapat bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu peserta didik menyadari permasalahan dan kebutuhannya guna mengembangkan diri dalam bersosialisasi sehingga memiliki komunikasi yang baik, memiliki perasaan, persepsi, wawasan serta sikap yang lebih efektif untuk kehidupannya. Di sisi lain, (Sitorus dkk., 2019) mengemukakan pendapat bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi serta komunikasi dalam mengikuti layanan sehingga dapat berguna untuk kehidupannya. Menurut Prayitno (Melianasari, 2016) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok memiliki dua tujuan, yaitu tujuan umum bimbingan kelompok untuk mengembangkan kemampuan peserta didik dalam bersosialisasi baik secara verbal maupun nonverbal serta untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan peserta didik yang lainnya. Tujuan khusus, bimbingan kelompok memiliki tujuan secara khusus yaitu membahas topik-topik permasalahan yang terjadi atau menarik perhatian peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang intensif, perasaan, pandangan atau pemikiran yang menunjang untuk kehidupannya.

George Shafteel mempelopori model pembelajaran bermain peran

dengan keyakinan bahwa melalui bermain peran, peserta didik didorong untuk mengekspresikan perasaan mereka dan meningkatkan kesadaran melalui keterlibatan spontan. Model ini juga mendorong analisis situasi permasalahan kehidupan nyata atau masalah sosial yang relevan dalam kehidupan (Uno Hamzah, 2008). Berdasarkan pendapat (Shafteel & Shafteel, 1967), *role playing* merupakan sebuah model pengajaran yang berasal dari dimensi individu maupun sosial. Dengan bantuan kelompok sosial, model ini membantu peserta didik dalam menemukan makna pribadi dalam lingkungan sosialnya dan dalam menyelesaikan konflik pribadi. Peserta didik dapat didorong untuk mengekspresikan dan bahkan melepaskan emosinya melalui permainan peran. Sikap, nilai, dan keyakinan adalah bagian dari proses psikologis, yang membawa peserta didik pada kesadaran melalui analisis dan partisipasi spontan.

Tujuan dari metode pembelajaran bermain peran adalah untuk memungkinkan peserta didik untuk mengekspresikan tingkah laku dan ekspresi wajah seseorang dalam konteks hubungan sosial atau situasi manusiawi. Selain itu, metode ini bertujuan agar peserta didik dapat menghayati peran yang dimainkan, dan mampu menempatkan diri dalam interaksi yang diinginkan oleh guru. Menurut Saefuddin dan Berdiati, tujuan dari metode pembelajaran bermain peran adalah untuk memberikan pengalaman konkret dari materi yang dipelajari, mengilustrasikan prinsip-prinsip pembelajaran, meningkatkan kepekaan terhadap masalah-masalah dalam hubungan sosial, meningkatkan minat dan motivasi belajar peserta didik, serta memberikan sarana untuk mengungkapkan perasaan yang tersembunyi melalui keinginan dan emosi yang dimainkan. Menurut santoso, tujuan bermain peran diantaranya yaitu, agar

peserta didik dapat memahami perasaan orang lain, agar peserta didik dapat menempatkan diri dari situasi orang lain, agar peserta didik dapat mengerti dan menghargai perbedaan pendapat. Menurut (Nasution & Abdillah, 2019) tujuan dari teknik role playing meliputi menghayati kejadian nyata, memahami sebab dan akibat dari suatu kejadian, membentuk konsep diri yang mandiri, mengembangkan kemampuan memecahkan masalah, meningkatkan keterampilan kritis, analitis, komunikatif, dan sosial peserta didik.

Manusia adalah makhluk sosial yang akan selalu berhubungan dengan orang lain sebagai proses sosialisasi dan interaksi sosial dalam rangka saling membantu untuk memenuhi kebutuhannya masing-masing. Menurut (Ryff, 1991) penerimaan diri adalah memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, yang mencakup pengakuan dan penerimaan terhadap semua aspek diri, baik yang baik maupun yang tidak baik, serta merasa positif terhadap kehidupan yang telah dijalani. Sikap positif terhadap diri sendiri dapat meningkatkan kemampuan untuk mengendalikan diri dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, serta membangkitkan motivasi untuk terus berkembang dan mengembangkan diri. Menurut (Hurlock, 2016) mengatakan bahwa individu yang menerima dirinya memiliki penilaian yang realistis tentang sumber daya yang dimilikinya, yang dikombinasikan dengan apresiasi atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu itu memiliki kepastian akan standar dan teguh pada pendirian, serta mempunyai penilaian yang realistis terhadap keterbatasannya tanpa mencela diri. Menurut (Santrock, 2008) penerimaan diri adalah kesadaran untuk menerima

diri sendiri dengan segala keadaannya. Penerimaan ini tidak berarti individu hanya menerima kondisinya tanpa upaya untuk meningkatkan diri. Individu yang menerima diri telah mengenali dengan jelas siapa dirinya dan bagaimana dirinya, serta memiliki motivasi untuk terus mengembangkan diri menuju kehidupan yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Teknik pengambilan subjek penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Teknik sampling nonprobabilitas yaitu *purposive sampling*. Menurut (D. Sugiyono, 2013), metode pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel. Salah satu jenis teknik nonprobability sampling adalah Purposive sampling, di mana sampel dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Kriteria dari pemilihan subjek sebagai berikut: Santriwati kelas XI Madrasah Aliyah Bilingual Al-Amanah Junwangi. Memilih 10 santriwati dengan tingkat penerimaan diri rendah berdasarkan hasil pretest angket penerimaan diri.

Instrumen penelitian merupakan alat ukur untuk mengukur fenomena sosial yang akan diteliti (P. D. Sugiyono, 2010). Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu X yang merupakan variabel bebas yaitu Bimbingan Kelompok dan Y yang merupakan variabel terikat berupa Penerimaan Diri. Skala Penerimaan diri ini mengadopsi dari penelitian yang dilakukan (Supratiknya, 1995). Aspek-aspek tersebut terdiri dari: (1) Rela mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain, (2) Kesehatan psikologis, dan (3) Penerimaan terhadap orang lain.

Tabel 1: Skala Penerimaan Diri

Aspek	Deskriptor
Rela Mengungkapkan Pikiran, Perasaan, dan Reaksi kepada Orang Lain	1. Kemampuan dalam menerima diri sendiri.
	2. Kemampuan membuka diri terhadap orang lain dengan pemahaman yang dimiliki.
	3. Kemampuan dalam menerima orang lain.
Kesehatan psikologis	1. Menerima diri secara bahagia bahwa kelebihan adalah anugerah yang harus disyukuri.
	2. Menerima diri secara bahagia bahwa kekurangan adalah anugerah yang harus disyukuri.
Penerimaan terhadap orang lain	1. Menerima orang lain secara positif.
	2. Berpikir positif terhadap orang lain.

Tabel 2 Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri sebelum Uji Validitas

Variabel	Indikator	Deskriptor	Pernyataan		Total		
			Fav	Unfav			
Penerimaan Diri	1	Rela Mengungkapkan Pikiran, Perasaan, dan Reaksi kepada Orang Lain	1.1	Kemampuan dalam menerima diri sendiri	1, 2, 3, 4, 5	36,37,38, 39, 40	10
			1.2	Kemampuan membuka diri terhadap orang lain dengan pemahaman yang dimiliki	6, 7, 8, 9, 10	41, 42, 43, 44, 45	10
			1.3	Kemampuan dalam menerima orang lain	11, 12, 13, 14, 15	46, 47, 48, 49, 50	10
	2	Kesehatan Psikologis	2.1	Menerima diri secara bahagia bahwa kelebihan adalah anugerah yang harus disyukuri	16, 17, 18, 19, 20	51, 52, 53, 54, 55	10
			2.2	Menerima diri secara bahagia bahwa kekurangan adalah anugerah yang harus disyukuri	21, 22, 23, 24, 25	56, 57, 58, 59, 60	10
	3	Penerimaan terhadap orang lain	3.1	Menerima orang lain dengan baik	26, 27, 28, 29, 30	61, 62, 63, 64, 65	10
			3.2	Berpikir positif terhadap orang lain	31, 32, 33, 34, 35	66, 67, 68, 69, 70	10

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara member seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (D. Sugiyono, 2017). Sedangkan menurut (Arikunto, 2010) menjelaskan bahwa angket atau kuisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari responden mengenai diri mereka sendiri atau pengetahuan yang mereka miliki. Angket ini biasanya menggunakan pernyataan tertutup, yang memungkinkan responden untuk memberikan jawaban dengan cepat dan memudahkan analisis data. Berdasarkan hal tersebut skala pengukuran data dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, pendapat dan sikap seseorang atau sekelompok orang terhadap fenomena sosial (D. Sugiyono, 2017). Skala *Likert* dengan empat alternatif jawaban digunakan untuk pengumpulan data yaitu nilai STS (Sangat Tidak Sesuai), nilai TS Tidak Sesuai), nilai S (Sesuai), dan nilai SS (Sangat Sesuai). Dengan skala *Likert*, maka variabel yang diukur akan dijabarkan menjadi indikator variabel. Dari indikator variabel tersebut, selanjutnya akan dijadikan titik tolak untuk menyusun instrumen yang berupa pernyataan.

Menurut (D. Sugiyono, 2017) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh. Hasil data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis dan diolah menggunakan pendekatan *Wilcoxon*, yaitu dengan mencari perbedaan *mean Pretest* dan *Posttest*. Untuk menganalisis kedua set data yang berpasangan menggunakan uji *Wilcoxon*, dilakukan dengan menggunakan analisis uji menggunakan perangkat lunak *SPSS (Statistical Package for Social Science) 25*. Cara untuk menganalisis data dengan

teknik uji *wilcoxon* dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan aplikasi *SPSS 25*. Probabilitas hasil sampel (*Asymp.Sig*) yang diperoleh dibandingkan dengan taraf signifikansi untuk menentukan apakah hipotesis nol (H_0) ditolak atau hipotesis alternatif (H_a) diterima. Keputusan diambil berdasarkan kriteria bahwa H_a diterima jika nilai $Asymp.Sig < 0,05$, sedangkan H_a ditolak jika $Asymp.Sig > 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerimaan diri (*Self Acceptance*) menurut (Hurlock, 2016) adalah kemampuan dan keinginan individu untuk menerima dan hidup dengan karakteristik dirinya sendiri. Individu yang mampu menerima dirinya tidak memiliki konflik batin yang signifikan terhadap dirinya sendiri, yang memungkinkan mereka lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan. Bimbingan kelompok menurut (Nasution & Abdillah, 2019) mengemukakan bimbingan kelompok merupakan upaya preventif yang dilakukan oleh Guru BK atau Konselor untuk mengatasi kesulitan atau permasalahan yang sedang dialami oleh peserta didik. Kegiatan bimbingan kelompok berisi sebagai penyampaian informasi tentang masalah pribadi, belajar, sosial, karir yang tidak dalam bentuk pelajaran. Berdasarkan pendapat (Shaftel & Shaftel, 1967), *role playing* merupakan sebuah model pengajaran yang berasal dari dimensi individu maupun sosial. Dengan bantuan kelompok sosial, model ini membantu peserta didik dalam menemukan makna pribadi dalam lingkungan sosialnya dan dalam menyelesaikan konflik pribadi. Peserta didik dapat didorong untuk mengekspresikan dan bahkan melepaskan emosinya melalui permainan peran. Hasil yang diperoleh berdasarkan pemberian *posttest* menunjukkan bahwa peserta didik mengalami peningkatan penerimaan diri

setelah mengikuti bimbingan kelompok. Perolehan skor rata-rata *pretest* adalah 148.3 sebelum diberikan perlakuan. Kemudian setelah diberikan perlakuan atau *treatment* menggunakan teknik *role playing* skor mengalami peningkatan dengan rata-rata *posttest* menjadi 198.6. Berdasarkan pada pengujian hasil *pretest* dan *posttest* dengan Uji *Wilcoxon* SPSS 25 diketahui bahwa *Asymp.Sig (2-tailed)* memiliki nilai signifikansi 0.005. Nilai 0.005 lebih kecil dari 0.05 atau $0.005 < 0.05$. Sehingga dapat disimpulkan berdasarkan hasil Uji *Wilcoxon* bahwa H_a diterima, dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan skor penerimaan diri sebelum dan sesudah pelaksanaan (*treatment*) bimbingan kelompok teknik *role playing*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, Bimbingan Kelompok Teknik *Role playing* dapat meningkatkan penerimaan diri santriwati Madrasah Aliyah Bilingual Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian terhadap penerimaan diri dari santriwati menghasilkan penghitungan yakni sebelum melakukan *pretest* dengan hasil 148.3, dan selanjutnya melakukan perlakuan bimbingan kelompok teknik *role playing* untuk menghitung hasil *posttest* dengan hasil 198.6. Lalu diuji melalui SPSS versi 25 dengan hipotesis Uji *Wilcoxon*. Berdasarkan pada tabel test statistics diketahui bahwa *Asymp.Sig (2-tailed)* menunjukkan nilai signifikansi 0.005. karena nilai 0.005 lebih kecil dari 0.05 maka dapat disimpulkan berdasarkan hasil Uji *Wilcoxon* bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* dapat meningkatkan penerimaan diri santriwati Madrasah Aliyah Bilingual Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). Metode penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hurlock, E. B. (1991). Perkembangan Anak, Edisi 6, Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Inayah, D., & Nursalim, M. (2019). Penerapan bimbingan kelompok teknik permainan komunikatif untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada siswa kelas vii di smp plus nurul hikmah pamekasan. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 10(2).
- Kabela, Y. (2021). Hubungan Antara School Well-being Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Siswa. Universitas Islam Riau.
- Khususmadewi, A., Hannurawan, F., Hambali, I. M., & Atmoko, A. (2023). Enhancing Students Psychological Well-being in Islamic Boarding Schools: The Impact of Prophetic Values-Based Group Counseling. *KONSELOR*, 12(4), 222–229.
- Nasution, H. S., & Abdillah, A. (2019). Bimbingan Konseling: Konsep, Teori Dan Aplikasinya.
- Ryff, C. D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: a tale of shifting horizons. *Psychology and aging*, 6(2). <https://doi.org/10.1037/0882-7974.6.2.286>
- Santrock, J. (2008). Physical Development and Biological Aging. A Topical Approach to Life-Span Development. New York: McGraw-Hill Companies, Inc, 129–132.
- Shaftel, F. R., & Shaftel, G. A. (1967). Role-playing for social values: Decision-making in the social studies. (No Title).
- Sugiyono, D. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research and Treatment. New York: Plenum Press, Yudistira P, Chandra.

Sugiyono, P. D. (2010). Metode penelitian pendidikan. Pendekatan kuantitatif.

Sukardi, D. K. (2000). Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah.

Supratiknya, A. (1995). Komunikasi antarpribadi: Tinjauan psikologis. PT Kanisius.

Uno Hamzah, B. (2008). Model Pembelajaran. Jakarta: Bumi Aksara.

Zaini, H. (2017). Teori Pembelajaran Bahasa Dan Implementasi Strategi Pembelajaran Aktif. An Nabighoh Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Arab, 19(2). <https://doi.org/10.32332/an-nabighoh.v19i2.999>



UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991
e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

JURNAL REALITA	VOLUME 9	NOMOR 2	EDISI Oktober 2024	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	--



Alamat Redaksi:

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

