

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu dalam menjalani kehidupan akan selalu berhadapan dengan berbagai masalah, hanya saja masalah yang dihadapi oleh setiap individu akan mempunyai bentuk dan tingkat kesulitan yang berbeda-beda. Keterampilan individu dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi akan menuntun individu tersebut menuju tujuan hidup yang akan dijalaninya. Permasalahan juga banyak dialami dalam dunia pendidikan, sekolah merupakan lembaga yang mewadahi peserta didik agar bisa mendapat pengetahuan dan pendidikan, bersosialisasi dengan teman sebaya, belajar secara mandiri maupun berkelompok yang dibimbing oleh guru. Lebih jauh lagi, bahkan pendidikan nasional menurut Undang-Undang berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.¹ Jika dihubungkan dengan kenyataan pendidikan di Indonesia, maka masih perlu pembenahan demi mencapai tujuan yang terdapat dalam pasal tersebut. Pendidikan dalam lingkup lembaga sekolah, seperti sekolah menengah terdapat banyak masalah yang terjadi, salah satunya terkait dengan peserta didik. Banyak hal yang dapat

¹Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan (Kemdikbud) Nomor 21 Tahun 2016, Pasal 3, <https://sipuu.setkab.go.id/PUUdoc/7308/UU0202003.htm>, diakses 1 April 2020, pukul 22:38 WIB.

menjadi tantangan sekolah untuk memperhatikan lebih jauh tentang peningkatan penerimaan diri peserta didik. Terutama pada masa awal-awal remaja biasanya permasalahan ini timbul pada saat siswa memasuki dunia pendidikan di sekolah menengah pertama (SMP).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Sehingga dalam fase perkembangan, remaja akan mengalami perubahan. Masa peralihan inilah yang membuat individu memiliki banyak masalah yang dihadapi, biasanya masalah tersebut berasal dari dalam diri individu dan lingkungan di sekitarnya. Berbagai masalah ini muncul karena individu atau remaja dalam masa pencarian jati diri. Memasuki fase perkembangan dinamis yang dialami oleh remaja, untuk mencapai sebuah perkembangan optimal dan pematapan pribadi tidak mudah, karena pada setiap fase perkembangan individu harus menyelesaikan tugas perkembangannya. Willian Kay mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja seperti menerima fisiknya beserta keragaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mampu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, menerima dirinya sendiri, dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan sendiri, memperkuat kontrol diri, dan mampu meninggalkan reaksi kekanak-kanakan.

Menurut Gunarsa masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Demikian juga Ericson mengemukakan bahwa masa remaja (*adolesence*) merupakan masa dimana terbentuk suatu

perasaan baru mengenai identitas yang mencakup cara hidup pribadi yang dialami sendiri dan sulit dikenal oleh orang lain. Mappiare memberi batasan masa remaja pada usia 13-22 tahun dimana usia 12/13-17/18 tahun merupakan masa remaja akhir.² Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dimana terjadi perubahan pada fisik, intelektual, emosional, dan lain sebagainya. Pada masa remaja ini akan muncul keinginan untuk mencari jati diri, sehingga ketika melihat jati diri yang ditemukan pada dalam dirinya tidak sama dengan orang lain, remaja tersebut akan cenderung mengalami suatu permasalahan. Setiap remaja pasti memiliki permasalahan yang berbeda-beda, walaupun ada sedikit yang sama.

Pada umumnya yang sering mengalami masalah yang berhubungan dengan penerimaan diri adalah mereka yang berusia remaja. Ini dikarenakan remaja berada dalam masa pencarian identitas, konsep diri, maupun jati diri, yang diantaranya meliputi faktor penerimaan terhadap diri sendiri. Banyak terdapat kasus dimana remaja terjerumus ke dalam hal-hal yang negatif dan menyimpang dari moral, seperti menggunakan narkoba, melakukan bullying, mencuri, bahkan hingga aksi kekerasan. Perilaku-perilaku semacam ini antara lain dapat disebabkan oleh proses pencarian jati diri yang gagal sehingga remaja tidak dapat menerima kondisi yang ada pada dirinya.³

Secara khusus, penerimaan terhadap pemberian Allah SWT di antaranya adalah menyangkut penerimaan terhadap apa yang ada di dalam diri kita sendiri.

²Barbara D.R. Wangge, Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, Vol. 2 No. 1, April,2013.

³ Johan Satria Putra, Jurnal Penerimaan Diri Dan Kebersyukuran Pada Mahasiswa: Studi Pada Mahasiswa FisipUniversitas Islam "45" Bekasi, Universitas Islam "45" Bekasi, 2016.

Berdasarkan konsep dalam ajaran agama Islam, salah satu makna dari syukur adalah dengan menerima segala ketentuan yang telah digariskan oleh Allah SWT. Penerimaan ini didasarkan oleh suatu keyakinan bahwa semua yang diberikan oleh Allah kepada hamba-Nya adalah yang terbaik, dan merupakan suatu nikmat yang wajib untuk disyukuri. Di dalam ranah keilmuan psikologi, konsep ini disebut dengan *self acceptance* atau penerimaan diri.

Pada intinya, penerimaan diri merupakan suatu kesadaran individu tentang karakteristik dan kemauan untuk hidup dengan keadaan dirinya. Individu yang dapat menerima keadaan dirinya pada umumnya dapat menghargai diri sendiri, menyadari sisi negatif dirinya, dan mengetahui bagaimana untuk hidup bahagia dengan kondisi dirinya. Di samping itu, individu yang dapat menerima dirinya akan memiliki kepribadian yang sehat dan kuat, serta memiliki konsep diri yang positif. Sebaliknya, individu yang sulit untuk menerima dirinya, akan tidak menyukai karakteristik dirinya sendiri.

Penerimaan diri merupakan keadaan dimana seseorang atau individu dapat memahami diri dan menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam dirinya secara realistis. Salah satu ciri-ciri orang yang memiliki penerimaan diri yang baik adalah merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna. Sebagaimana sesuai dengan hadits yang diriwayatkan oleh Bazar dari Buraidah menyatakan bahwa:

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي شَكُورًا وَاجْعَلْنِي صَبُورًا فِي عَيْنِي صَغِيرًا وَفِي أَعْيُنِ
النَّاسِ كَبِيرًا (رواه البزار)

Artinya : *“Ya Allah, Jadikan aku orang yang bersyukur (menghargai jasa), jadikanlah aku orang yang sabar (berhati teguh), jadikanlah aku dalam pandanganku diriku kecil dan dalam pandangan orang banyak seorang besar.”* (Diriwayatkan oleh Bazzar dari Buraidah).⁴

Remaja yang mengalami kurangnya penerimaan diri akan selalu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Membandingkan diri secara fisik, intelektual dan emosional membuat diri mereka tidak percaya diri untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang seharusnya dan membuat lupa pada dirinya sendiri. Perilaku seperti ini memperlihatkan sikap yang tidak realistis dalam memandang dan memahami diri sendiri yang mengakibatkan kegagalan dalam menerima dan berdamai dengan diri sendiri yang bersifat Qana'ah.

عَنْ جَابِرٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِإِذْنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
لَا يَنْفَدُ (رواه الطبراني)

Artinya : *“Dari Jabir berkata, Rasulullah Shallallahu'alaihi Wassalam bersabda : Tetapilah qona'ah (menerima apa adanya), sesungguhnya qona'ah merupakan harta yang tidak akan habis.”*⁵

⁴PDF, digilib.uinsby.ac.id , di akses pada hari Kamis, tanggal 16 April 2020, pukul 13.21 WIB.

⁵ Islam Qur'an Hadist: “Penerimaan Diri Apa Adanya Adalah Modal Awal Untuk Sukses”, di akses Islam354.blogspot.com ,pada hari Kamis, tanggal 16 April 2020, pukul 13.54 WIB.

Setiap manusia dikaruniai anugerah kelebihan-kelebihan tertentu (spesifik), akan tetapi semua orang pasti memiliki kekurangan-kekurangan yang bisa ditutupi oleh kelebihan-kelebihannya. Maka setiap manusia haruslah bersyukur dengan apa yang mereka miliki dan dapat menerima diri serta bangga terhadap diri mereka sendiri. Dalam meningkatkan penerimaan diri pada remaja memerlukan sebuah upaya untuk meningkatkan penerimaan diri, salah satunya yaitu *treatment* atau teknik konseling.

Konseling adalah kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi sendiri oleh yang bersangkutan, dimana ia diberikan bantuan pribadi dan langsung dalam pemecahan masalah itu.⁶ Dalam definisi yang lebih luas, Rogers mengartikan konseling sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan atau konflik dengan lebih baik.⁷ Konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut terus berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.⁸ Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling merupakan upaya pemberian bantuan dari seseorang yang sudah profesional (konselor) kepada semua orang yang membutuhkan (konseli), akan tetapi konseli sendirilah yang

⁶Prayitno, Erman Amti, "*Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*", (Jakarta; PT Asdi Mahasatya, 2015), 100.

⁷Namora Lumongga Lubis, "*Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*", (Jakarta; Kencana, 2011), 2.

⁸Sofyan S. Willis, "*Konseling Individual Teori dan Praktek*", (Bandung; Alfabeta, 2017), 18.

akan memutuskan rencana yang akan dilakukan untuk mengatasi masalahnya sendiri.

Banyak metode digunakan untuk membantu terlaksananya layanan bimbingan dan konseling secara optimal, dari pendekatan behavioral, humanistik, kognitif, hingga *cybernetic*. Salah satu alternatif pendekatan yang saat ini mulai dikaji adalah *bibliocounseling*.⁹ Pendekatan ini menggunakan informasi atau pengetahuan yang terdapat dalam buku pustaka sebagai upaya dalam membantu konseli dalam memenuhi kebutuhan dan mengoptimalkan potensinya. Dalam konseling terdapat teknik yang bisa membantu siswa untuk meningkatkan penerimaan diri. Teknik tersebut adalah teknik bibliokonseling. Teknik bibliokonseling merupakan salah satu teknik dari pendekatan RET (*Rational Emotive Therapy*) yang mempunyai arti bahwa sebuah peristiwa dan pengalaman individu yang menyebabkan terjadinya gangguan emosional.¹⁰

Bibliokonseling nama lain dan adaptasi dari biblioterapi merupakan teknik yang sudah lama dipraktikkan untuk mengubah tingkah laku manusia. Tentang istilah, penggunaan bibliokonseling dapat disamaartikan dengan biblioterapi karena timbulnya istilah *bibliotherapy* sebenarnya tidak mengacu pada terminologi terapi dan konseling. Bibliokonseling adalah konseling dengan berbasis pesan-pesan yang terdapat dalam suatu buku atau media lainnya.¹¹ Pada remaja, membaca merupakan bagian dari fokus perkembangan. Buku mampu mengarahkan individu menjadi lebih mengerti lingkungan dan situasi yang sedang mereka hadapi. Biblioterapi merupakan salah satu bentuk dari terapi yang

⁹BRILIANT: Jurnal Riset dan Konseptual, Volume 3 Nomor 4, November 2018, 457.

¹⁰Sofyan S. Willis, "*Konseling Individual Teori dan Praktek*", (Bandung; Alfabeta, 2017), 75.

¹¹Blasius Boli Lasan, "*Bibliokonseling Konsep dan Pengembangan*", (Malang; Elang Emas, 2018), 9.

melibatkan buku untuk membantu remaja dengan masalah mental maupun emosi. Biblioterapi menjadi terapi dengan membantu individu mengidentifikasi situasi sulit yang sedang dialaminya berdasarkan cerita fiksi yang dibacanya melalui buku. Buku sekaligus bisa dijadikan sebagai sarana komunikasi yang terstruktur di antara dua individu yang nantinya diharapkan bisa membantu dalam mengatasi permasalahan yang sedang menimpa salah satu individu. Biblioterapi telah digunakan untuk memfasilitasi komunikasi terbuka di antara anak, orangtua, dan guru.¹²

Kegiatan bibliokonseling sangat bergantung pada identifikasi permasalahan yang dialami oleh klien dan pemilihan buku dengan menyesuaikan masalah tersebut. Pemilihan buku yang tepat untuk kegiatan bibliokonseling dapat dilakukan dengan menggunakan pedoman pemilihan buku. Kriteria yang digunakan dalam pemilihan buku untuk kegiatan bibliokonseling harus dapat melepaskan emosi, memecahkan permasalahan, dan memberikan solusi pada anak. Sedangkan menurut Davis adalah minat buku dengan menyesuaikan tingkat membaca anak, penyajian karakter pada buku, konteks cerita, dan kemampuan ilustrasi untuk mempertahankan keterlibatan anak dalam pesan yang ditulis pada buku. Hal tersebut juga disampaikan oleh Smith dalam Mitchel bahwa terdapat kriteria spesifik cara melakukan pemilihan buku untuk kegiatan bibliokonseling yaitu usia emosional dan kronologis anak harus diperhitungkan, keadaan dan perasaan anak, karakter dalam ilustrasi sebaiknya digambarkan dalam posisi aktif daripada pasif, karakter dalam ilustrasi harus memodelkan

¹²Akhmadi, dkk, "Pengaruh Biblioterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Di Paud Terpadu Aisyiyah Nur'aini Yogyakarta", Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta, 6(2), Mei 2019, 630-635.

adaptasi yang sehat, katakter dalam ilustrasi dicocokkan dengan anak, tidak menggunakan cerita yang panjang dan rumit, mengetahui kemampuan membaca anak.¹³

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Pamekasan merupakan salah satu lembaga pendidikan tingkat pertama yang sudah cukup lama berdiri, sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pamekasan terletak di Jl. Balaikambang No. 16 Pamekasan tepatnya di Desa/Kelurahan Barurambat Kota, Kecamatan Pamekasan, Kabupaten Pamekasan.¹⁴ Sejak dahulu sekolah ini sudah dikenal oleh masyarakat luas, karena Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pamekasan ini merupakan salah satu sekolah tingkat pertama yang terkenal dengan sifat kedisiplinannya yang sangat tinggi mulai dari kepala sekolahnya, para dewan pendidikya, para peserta didiknya dan bahkan para karyawan yang berada dalam naungan Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pamekasan mereka semua memiliki sifat kedisiplinan yang cukup tinggi. Selain itu para guru yang mengajar di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pamekasan merupakan guru yang dapat menjadi tauladan bagi siswanya serta benar-benar memiliki potensi dan profesional, sehingga lulusan yang dihasilkan oleh Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pamekasan tidak diragukan lagi dan sangat memuaskan sehingga banyak siswa yang diterima di sekolah tingkat atas (SMA) yang dikenal dengan sekolah favorit tanpa mengikuti tes masuk atau ujian bahkan bisa bersaing dalam setiap kejuaraan lomba baik dalam bidang akademik ataupun non

¹³Rina Mukti Rahayu, Roro Isyawati Permata Ganggi, “*Kriteria Pemilihan Buku Untuk Bibliokonseling Bagi Anak Jalanan di Yayasan Emas Indonesia*”, ANUVA, Volume 3 (3), 2019.

¹⁴ Kelas Unggulan (*Excellence*) Agama Dan Peningkatan Mutu Pembelajaran Di Smpn 2 Pamekasan diakses dari <http://digilib.uinsby.ac.id/3557/8/Bab%204.pdf>, pada tanggal 5 Desember 2020 pukul 07.41 WIB

akademiknya. Meskipun terdapat banyak siswa yang memiliki kemampuan untuk berprestasi ada sebagian juga yang memiliki kemampuan yang standar, sehingga dari perbedaan inilah menjadi salah satu penyebab kurangnya penerimaan diri siswa.

Pada umumnya yang sering mengalami masalah yang berhubungan dengan penerimaan diri adalah remaja, dimana masa awal remaja ini terjadi pada saat memasuki Sekolah Menengah Pertama. Melihat realitanya banyak sekali remaja yang masih belum bisa menerima dirinya sendiri, seperti dalam perubahan fisik yang tidak sesuai dengan keinginannya sehingga menyebabkan remaja tersebut ingin merubah fisiknya agar dapat sama seperti yang lain, dan keadaan keluarga yang berbeda. Kurangnya penerimaan diri ini juga bisa berdampak terhadap psikologis siswa seperti tidak percaya diri, *down*, dan sebagainya. Seperti yang terjadi di lapangan masih banyak siswa SMP Negeri 2 Pamekasan yang memiliki penerimaan diri rendah yang dapat dilihat dari hasil sebaran angket DCM (Daftar Cek Masalah) yang dijawab oleh siswa, angket tersebut diberikan pada saat peneliti mengerjakan tugas mata kuliah sebelumnya. Maka dari itu peneliti ingin memberikan suatu perlakuan berupa teknik bibliokonseling terhadap siswa SMP Negeri 2 Pamekasan agar dapat meningkatkan penerimaan diri pada siswa tersebut.

Berdasarkan permasalahan tentang penerimaan diri pada siswa SMP Negeri 2 Pamekasan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Penerapan Teknik Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat efektivitas penerapan teknik bibliokonseling untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan?
2. Seberapa besar efektivitas penerapan teknik bibliokonseling untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian idealnya memiliki tujuan yang akan dicapai, begitu juga dalam penelitian ini. Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu

1. Untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik bibliokonseling untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan.
2. Untuk mengetahui besaran efektivitas penerapan teknik bibliokonseling untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan.

D. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian adalah anggapan dasar tentang suatu hal yang berkenaan dengan masalah penelitian yang kebenarannya sudah diterima oleh peneliti.

1. Penerimaan diri pada siswa dapat diatasi pada masa awal remaja.

2. Permasalahan yang banyak terjadi pada remaja yaitu penerimaan diri.
3. Kurangnya penerimaan diri akan berdampak kepada siswa.
4. Membaca dapat mengubah persepsi siswa.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya, maka perlu di uji kebenarannya

1. Hipotesis Kerja (Ha)

Teknik Bibliokonseling efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswadi SMP Negeri 2 Pamekasan.

2. Hipotesis Nihil (Ho)

Teknik Bibliokonseling tidak efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswadi SMP Negeri 2 Pamekasan.

Adapun Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah hipotesis kerja (Ha) yaitu penerapan teknik bibliokonseling efektif untuk meningkatkan penerimaan diri siswa di SMP Negeri 2 Pamekasan.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini mempunyai dua manfaat, yaitu makna secara teoritis, dan makna secara praktis. Secara teoritis diharapkan peneliti ini dapat menjadi salah satu masukan bagi upaya pengembangan dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Data yang diperoleh akan semakin memperkaya kajian teoritis terhadap pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan

Islam sekolah bahkan semakin mengundang perhatian dan pemikiran untuk menggali bagaimana pendidikan Bimbingan dan Konseling yang mengintegrasikan untuk meningkatkan sebuah pengelolaan mutu pendidikan melalui model kepemimpinan demokratis bagi sekolah.

Sedangkan secara praktisnya hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Bagi Institut Agama Islam Negeri (IAIN Madura)

Bagi masyarakat kampus hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sumber bacaan serta bahan kajian dalam ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

2. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi sekolah SMP Negeri 2 Pamekasan, sebagaimana berikut:

- a. Sebagai kontribusi pemikiran yang bersifat membangun segala konsep-konsep yang ada, sehingga dapat memberikan sumbangsih yang benar bagi kemajuan dan pengembangan pendidikan.
- b. Sebagai masukan dan bahan evaluasi dalam meningkatkan kualitas sekolah.
- c. Sebagai salah satu bahan solusi terhadap permasalahan pendidikan yang nantinya akan menunjang kemajuan dan perkembangan sekolah.

3. Bagi Peneliti

- a. Untuk menambah dan mengembangkan kemampuan intelektual penulisan dalam perkuliahan.
- b. Untuk melatih kepekaan dan kepedulian penulis melihat permasalahan disekolah yang hal ini berguna sebagai modal awal sebagai calon tenaga kependidikan yang baik.
- c. Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman tentang mengimplementasikan suatu layanan Bimbingan dan Konseling.

G. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Materi

- a. Batasan materi dalam bibliokonseling meliputi teknik membaca yang dibimbing oleh konselor.
- b. Batasan materi dalam penerimaan diri meliputi efikasi diri, percaya diri, dan sikap realistis.

2. Ruang Lingkup Lokasi

Adapun lokasi yang dijadikan objek penelitian ini adalah bertempat di SMP Negeri 2 Pamekasan.

H. Definisi Istilah

1. Efektivitas adalah sesuatu yang memiliki pengaruh atau akibat yang ditimbulkan, membawa hasil dan merupakan keberhasilan dari suatu usaha atau tindakan.

2. Bibliokonseling adalah salah satu teknik konseling yang menggunakan buku bacaan sebagai alat untuk mengubah perilaku seseorang melalui kognitifnya.
3. Penerimaan diri adalah kesadaran individu tentang karakteristik, pemahaman diri, dan kemauan untuk hidup dengan keadaan dirinya sendiri.

Jadi secara keseluruhan judul penelitian ini bermaksud meneliti tentang bentuk upaya yang dilakukan sekolah khususnya konselor atau guru BK untuk meningkatkan penerimaan diri siswa melalui penerapan teknik bibliokonseling.

I. Kajian Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rosyida Mulyasari yang berjudul “Efektifitas Teknik Bibliokonseling Melalui Bacaan “Kisah Hermawan dan Tiga Orang Rudi” Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri 2 Malang”. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen, dengan *one group pretest posttest design* serta variabel yang digunakan sama yaitu bibliokonseling dan penerimaan diri. Perbedaan mendasar dari penelitian ini memiliki titik fokus pada menguji teknik bibliokonseling melalui bacaan “Kisah Hermawan dan Tiga Orang Rudi” untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 2 Malang. Data yang terkumpul dianalisis dengan analisis statistik non-parametrik melalui teknik analisis *wilcoxon* dengan bantuan program komputer SPSS versi 16.0. Hasil penelitian ini antara lain: (1)

penerimaan diri siswa kelas XI jurusan IPS sebelum pemberian treatment berada pada kategori sedang ; (2) penerimaan diri siswa kelas XI jurusan IPS setelah pemberian treatment berada pada kategori tinggi; (3) teknik bibliokonseling melalui bacaan “Kisah Hermawan dan Tiga Orang Rudi” efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa kelas XI jurusan IPS.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Akbar Heriyadi yang berjudul “Meningkatkan Penerimaan Diri (*Self Acceptance*) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013”. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test design* serta membahas tentang peningkatan penerimaan diri dengan treatment konseling. Perbedaan mendasar dari penelitian ini memiliki titik fokus pada untuk mengetahui peningkatan penerimaan diri dengan menggunakan layanan konseling realita pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013. Subyek penelitian ini adalah 6 siswa kelas VIII SMP Negeri Bantarbolang yang memiliki *self acceptance* rendah dan memenuhi beberapa kriteria dalam subyek penelitian. Pemilihan subyek penelitian berdasarkan hasil wawancara terhadap guru pembimbing serta siswa. Analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase dan uji *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self acceptance* siswa sebelum mendapatkan konseling individu realita termasuk dalam kriteria rendah dengan persentase 48%. Setelah mendapatkan konseling individu realita

mengalami peningkatan menjadi 64% dengan kriteria sedang. Dengan demikian terjadi perubahan positif sebesar 16%. Hasil perhitungan uji wilcoxon sebelum dan setelah mendapatkan treatment, diperoleh Zhitung = 2,20 > Ztabel = 0 dengan taraf signifikansi 5% sehingga dinyatakan bahwa H_a diterima. Dengan kata lain bahwa konseling individu realita dapat mengubah *self acceptance* rendah pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bantarbolang. Simpulan dari penelitian ini bahwa *self acceptance* dapat ditingkatkan melalui konseling realita pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bantarbolang.