

HUBUNGAN ANTARA PEMANFAATAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENERIMAAN DIRI SISWA DI SMA MUHAMMADIYAH 1 SUMENEP

Diky Alamsyah¹, Rusmiyati,², Anis Tri Yuliana³

BK FKIP Universitas PGRI Sumenep

21862011A001173.student@stkipppgrisumenep.ac.id,

rusmiyati@stkipppgrisumenep.ac.id, anistriyuliana@stkipppgrisumenep.ac.id

ABSTRACT

This study was motivated by the low level of self-acceptance among students at SMA Muhammadiyah 1 Sumenep, as reflected in their lack of self-confidence, difficulty accepting criticism, reluctance to express opinions, and challenges in accepting personal shortcomings. The research aimed to examine the relationship between the implementation of group guidance services and students' self-acceptance. The study employed a quantitative approach using a correlational research design. The population consisted of 30 eleventh-grade students, while 20 students were selected as the sample through random sampling techniques. Data were collected using questionnaires that had previously undergone validity and reliability testing. The reliability test results showed Cronbach's Alpha values of 0.636 for the group guidance variable and 0.638 for the self-acceptance variable, indicating that both instruments were sufficiently reliable for research purposes. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment correlation technique with the assistance of IBM SPSS Statistics 25. The findings revealed a positive and significant relationship between group guidance services and students' self-acceptance. This was demonstrated by a correlation coefficient value of 0.828 with a significance level of $0.000 < 0.05$. The correlation falls into the "very strong" category, indicating that better implementation of group guidance services is associated with higher levels of student self-acceptance. These findings suggest that group guidance services play an important role in supporting students' personal and social development, particularly in fostering self-acceptance.

Keywords: guidance group, self-acceptance, students

ABSTRAK

Rendahnya tingkat penerimaan diri siswa di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep menjadi latar belakang penelitian ini. Permasalahan tersebut terlihat dari kurangnya rasa percaya diri, kesulitan menerima kritik, rasa malu saat menyampaikan pendapat, serta ketidakmampuan siswa dalam menerima kekurangan diri. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemanfaatan layanan bimbingan kelompok dengan tingkat penerimaan diri siswa. Studi ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi yang diteliti terdiri dari 30 siswa kelas sebelas; sampel melibatkan 20 siswa dari populasi yang disurvei menggunakan teknik pengambilan sampel acak. Data dikumpulkan melalui survei yang telah diverifikasi sebelumnya untuk validitas dan reliabilitas. Untuk

uji reliabilitas, Cronbach's Alpha dihitung dan memperoleh skor 0,636 untuk variabel konseling kelompok dan 0,638 untuk variabel penerimaan diri. Dengan demikian, instrumen survei dianggap sesuai untuk penelitian ini. Data dianalisis menggunakan SPSS dan teknik korelasi Pearson Product Moment. Versi perangkat lunak yang digunakan adalah IBM SPSS Statistics 25. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara pemanfaatan layanan bimbingan kelompok dengan penerimaan diri siswa. Hal ini dibuktikan melalui nilai koefisien korelasi sebesar 0,828 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$. Nilai tersebut termasuk dalam kategori hubungan sangat kuat, yang menunjukkan bahwa semakin optimal pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri siswa. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok tidak hanya berperan dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial, tetapi juga mendukung perkembangan pribadi, khususnya dalam membangun sikap penerimaan diri yang lebih baik.

Kata kunci: bimbingan kelompok, penerimaan diri, siswa.

A. Pendahuluan

Hendi et al. (2023) remaja adalah individu yang berada dalam masa transisi dari tahap masa kanak-kanak ke dewasa, tahap kehidupan yang ditandai dengan perubahan yang drastis dan signifikan (baik secara fisik, emosional, maupun sosial) bagi individu tersebut. Pada tahap ini, remaja mulai berkembang pesat dalam hal logika mereka. Masa remaja juga sering disebut sebagai fase pencarian jati diri, karena pada periode ini individu berupaya memahami identitas dirinya, menentukan nilai-nilai hidup, serta membangun konsep diri yang lebih stabil. Dengan demikian, masa remaja dapat dipandang sebagai tahap perkembangan yang sangat potensial, baik dari aspek kognitif, emosional, maupun fisik, sehingga memerlukan perhatian dan bimbingan yang tepat agar perkembangan remaja berlangsung secara optimal.

Perubahan psikologis dan fisiologis yang dialami remaja dapat mempengaruhi sikap serta perilaku yang mereka tunjukkan dalam aktivitas sehari-hari. Pada umumnya, remaja sering menghadapi gejala emosi yang cenderung tidak stabil,

sekaligus mulai mengalami konflik peran sosial akibat tuntutan lingkungan yang semakin kompleks. Pada tahap ini, banyak remaja mulai menunjukkan minat pada jenis kelamin yang sama atau berbeda. Mereka menjadi sangat penasaran dan mulai mencari perhatian. Kebutuhan akan pengakuan menyebabkan mereka menginginkan perhatian..

Selain perubahan psikologis, perkembangan remaja juga disertai perubahan fisiologis yang signifikan. Perubahan hormon pada masa pubertas menyebabkan perkembangan fisik berlangsung dengan cepat, sehingga remaja mengalami pertumbuhan dan perubahan tubuh yang lebih menonjol dibandingkan tahap perkembangan sebelumnya.

Memasuki fase perkembangan yang dinamis, individu tidak selalu mudah mencapai perkembangan yang optimal maupun kematangan pribadi. Dalam prosesnya, individu kerap menghadapi berbagai tantangan, tekanan, serta gejala yang muncul dari dalam dirinya. Hal ini terjadi karena pada setiap tahap perkembangan, individu dituntut untuk

menyelesaikan tugas-tugas perkembangan tertentu.

Tugas perkembangan tersebut perlu dipenuhi agar individu mampu berkembang secara sehat dan siap memasuki tahap perkembangan berikutnya dengan lebih optimal. Apabila tugas perkembangan tidak terselesaikan dengan baik, individu berpotensi mengalami hambatan yang dapat memengaruhi proses perkembangan dirinya pada fase selanjutnya.

Memasuki masa remaja sering kali menjadi fase yang tidak selalu menyenangkan, karena individu mulai menghadapi berbagai perubahan dan tuntutan baru yang dapat memunculkan masalah. Masalah perlu diselesaikan dengan baik agar tidak menjadi beban psikologis yang dapat menghambat proses perkembangan di tahap berikutnya.

Masa remaja adalah periode penting yang melibatkan beberapa tugas perkembangan seperti penerimaan diri, memahami peran gender, mengembangkan kemandirian, dan bekerja menuju keterampilan interpersonal. Apabila tugas-tugas perkembangan ini tidak

berkembang secara optimal, remaja berpotensi mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Kondisi tersebut bahkan dapat mendorong munculnya perilaku menyimpang, seperti tindakan antisosial maupun perilaku asusila, sebagai bentuk kegagalan dalam mengelola perkembangan dirinya secara sehat.

Firdausi, M. A. (2024) pemahaman serta penerimaan diri yang realistis terhadap kemampuan dan kondisi pribadi dapat membantu remaja dalam menjalani masa transisi secara lebih sehat, terutama dalam proses menemukan jati dirinya. Penerimaan diri menjadi salah satu indikator penting dari penyesuaian diri yang baik, karena individu yang mampu menerima dirinya cenderung memiliki kestabilan emosi dan cara pandang yang lebih positif terhadap kehidupan.

Ketika remaja mampu menerima dirinya, remaja juga lebih mudah menerima orang lain, termasuk memahami kekurangan maupun menghargai kelebihan yang dimiliki orang lain. Remaja tidak mudah merasa minder atau pesimis terhadap apa yang dimilikinya, tidak terlalu terpengaruh oleh kelebihan

orang lain, serta lebih mampu memusatkan perhatian pada upaya mengembangkan potensi diri. Dengan sikap tersebut, remaja memiliki peluang lebih besar untuk berkembang secara optimal dan meraih keberhasilan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

Parwati & Sugiharto, (2022) penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk membuka hati dan menerima dirinya secara menyeluruh, baik kelebihan maupun kekurangannya, dengan sikap yang tulus dan realistis. Individu yang memiliki penerimaan diri tidak hanya melihat sisi positif dari dirinya, tetapi juga mampu mengakui keterbatasan tanpa merasa rendah diri atau menolak keadaan tersebut.

Pada masa remaja, kemampuan menerima diri seharusnya mulai berkembang karena remaja sedang berada pada tahap pembentukan identitas diri. Namun, dalam kenyataannya tidak semua remaja mampu menerima dirinya dengan baik. Banyak remaja masih kritis terhadap diri mereka sendiri dan kondisi mereka serta berjuang dengan penerimaan diri dan perbandingan yang berlebihan dengan orang lain.

Baiq Hardianti & Ahmad Munjirin (2024) kemampuan individu dalam menerima dirinya dapat dimaknai sebagai kondisi ketika seseorang tidak terjebak dalam konflik batin yang berlebihan dan tidak merasa terbebani oleh keadaan dirinya. Seseorang yang menerima diri sendiri tetap tenang saat menghadapi kekurangan pribadi dan sebagian besar hasil yang paling negatif. Dengan penerimaan diri yang baik, seseorang memiliki peluang lebih besar untuk menyesuaikan diri secara positif dengan lingkungan. Hal ini karena individu mampu memandang dirinya secara realistis, lebih percaya diri, serta lebih siap menghadapi tuntutan sosial tanpa merasa tertekan atau rendah diri.

Dapat ditarik inti sari dari paparan menurut pendapat tersebut bahwa penerimaan diri adalah kemampuan untuk memberikan perhatian penuh kepada diri sendiri. Seseorang yang memiliki penerimaan diri tidak akan melihat kekurangan-kekurangannya sebagai penghalang untuk berkembang. Sebaliknya, kekurangan dipahami sebagai bagian dari diri yang perlu diterima dan dikelola secara positif agar tetap

mampu melangkah maju. Hal ini menjadi sangat penting mengingat setiap manusia secara inheren memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing, sehingga proses perkembangan diri tidak ditentukan oleh kesempurnaan, melainkan oleh kemampuan untuk terus belajar dan memperbaiki diri.

Penerimaan diri menjadi bagian penting dalam kesehatan psikologi individu karena berkaitan dengan kemampuan seseorang memahami serta menghargai dirinya secara positif. Kemampuan menerima diri memungkinkan individu untuk memiliki sikap yang lebih positif terhadap dirinya sendiri maupun terhadap kehidupan yang sedang dijalani. Individu dengan penerimaan diri yang baik umumnya mampu menilai dirinya secara realistis tanpa merendahkan diri, serta tetap menghargai potensi yang dimilikinya. Penerimaan diri yang sehat tercermin dari kemampuan individu untuk mengakui dan menerima berbagai aspek dalam dirinya baik yang positif maupun negatif. Tak hanya itu, individu dengan penerimaan diri yang baik juga cenderung memandang pengalaman masa lalunya dengan

cara yang lebih positif, sehingga tidak terus-menerus terjebak pada penyesalan, melainkan menjadikannya sebagai pembelajaran untuk berkembang di masa depan.

remaja yang memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah cenderung merasa tidak puas dengan dirinya sendiri, kecewa terhadap pengalaman masa lalunya, dan berharap dapat menjadi orang lain.

Dilihat dari hasil observasi yang dilakukan pada 10 November 2025 di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep, peneliti menemukan sebagian siswa tampak rendah terhadap tingkat penerimaan diri. Keadaan ini tampak dari rendahnya rasa percaya diri, misalnya karena merasa memiliki berat badan berlebih atau merasa kurang tinggi dibandingkan teman sebaya. Selain itu, terdapat siswa yang belum mengenali potensi dirinya sehingga kurang termotivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Beberapa siswa juga menunjukkan kesulitan dalam menerima kritik, seperti marah ketika ditegur oleh guru. Indikator lainnya tampak dari sikap malu saat menyampaikan pendapat atau isi pikiran, serta ketidakmampuan menerima hasil akademik yang

kurang memuaskan, seperti nilai ulangan rendahnya nilai ulangan. Hal tersebut menunjukkan keadaan penerimaan diri masih menjadi persoalan yang perlu mendapat perhatian dalam proses perkembangan siswa.

Peran dalam guru BK dalam hal ini memberikan penguatan tentang pentingnya siswa menerima dirinya dengan penuh kebahagiaan tanpa harus berkaca dan membandingkan dirinya dengan orang lain dengan menggunakan bimbingan klasikal kepada seluruh siswa yang mempunyai nilai rendah terhadap dirinya. Tidak menuntut kemungkinan bahwa sebagian dari mereka ada yang memiliki penerimaan diri yang tinggi sehingga berdampak kepada dirinya untuk membangun semangat untuk meraih apa yang dia inginkan. Perlunya juga guru BK harus menangani masalah ini dengan serius membangun Kembali penerimaan diri yang positif menerima dirinya apa adanya untuk melakukan transformasi dalam proses belajarnya untuk menjadi anak yang berprestasi, dan jika itu dibiarkan maka siswa akan mengalami kemunduran dalam belajarnya tidak akan bisa beradaptasi

dan lebih-lebih proses perkembangannya akan terhambat.

Hal ini sesuai dengan aspek-aspek penerimaan diri menurut Elpas, Z., & Netrawati, N. (2025). Salah satu bentuk rendahnya penerimaan diri pada remaja dapat terlihat dari sikap pemalu atau kurang percaya diri. Individu dengan penerimaan diri yang baik umumnya tidak terlalu takut terhadap penolakan dari orang lain dan tidak berusaha menolak atau memaksakan perubahan terhadap perasaan yang sedang dialaminya. Ia juga mampu menerima berbagai kualitas dalam dirinya, baik yang dianggap menguntungkan maupun yang kurang, secara wajar tanpa tekanan untuk selalu menjadi sempurna.

Penerimaan diri seseorang tidak terbentuk begitu saja, melainkan sangat dipengaruhi oleh lingkungan di sekitarnya. Hal ini menunjukkan bahwa individu dalam kehidupan sehari-hari selalu berinteraksi dan terlibat dalam lingkungan sosial, sehingga dukungan, penerimaan, serta penilaian dari orang lain dapat berperan besar dalam membentuk cara individu memandang dan menerima dirinya sendiri.

Lingkungan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap penerimaan diri individu, khususnya pada masa remaja. Berbagai faktor dalam lingkungan, seperti hubungan keluarga, kawan sepermainan, dan lingkungan sekolah, memegang peran penting dalam membantu remaja membentuk cara pandang yang sehat terhadap dirinya. Dukungan sosial yang positif dapat memperkuat rasa percaya diri, sedangkan penolakan atau tekanan sosial justru dapat melemahkan penerimaan diri.

Kemampuan remaja dalam mengembangkan penerimaan diri akan berdampak pada kemampuan mengelola emosi. Remaja yang mampu menerima dirinya cenderung lebih stabil secara emosional dan lebih mampu mengendalikan diri dari dorongan untuk melakukan perilaku negatif yang merugikan diri sendiri. Sebaliknya, penerimaan diri yang positif akan mendorong remaja melakukan berbagai kegiatan positif yang bermanfaat untuk dirinya, baik dalam aspek akademik maupun sosial.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh (Aulina, N. 2019)., ditemukan bahwa tingkat kematangan

emosi pada setiap remaja tidaklah sama. Perbedaan ini dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan siswa apabila tidak ditangani secara tepat, terutama dalam aspek pengendalian diri, penyesuaian sosial, serta pengambilan keputusan.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu siswa mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang dinilai efektif karena diterapkan didalam suasana forum tersendiri. Melalui kegiatan ini, siswa memperoleh informasi, arahan, serta bantuan dalam menyusun rencana dan menentukan kebijakan yang sesuai guna mencapai tujuan yang diinginkan, meskipun di dalamnya terdapat berbagai problematika forum.

Ndruru, W. M. (2025). bimbingan dan konseling merupakan elemen krusial dalam sistem pendidikan sekolah yang berperan mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Di era pendidikan

sekarang, layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah yang dihadapi siswa, tetapi juga menekankan pencegahan serta pengembangan potensi diri secara optimal.

Pada aspek afektif, siswa memerlukan pendampingan agar mampu memahami dirinya, mengelola emosi secara sehat, serta membangun sikap positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosialnya. Dengan demikian, keberadaan layanan bimbingan dan konseling memiliki posisi strategis dalam mendukung proses pendidikan, karena membantu siswa berkembang secara seimbang dan meningkatkan kesiapan mereka dalam menghadapi tuntutan akademik maupun sosial.

Pada dasarnya, bimbingan bertujuan untuk membantu seluruh siswa agar mampu menyesuaikan diri secara sehat, berkembang secara optimal, serta menjadi individu yang mandiri dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Sejalan dengan pendapat Nugraha et al. (2024) yang mengungkapkan atas layanan bimbingan dan konseling berperan sebagai fasilitator perkembangan individu sehingga siswa dapat

mengaktualisasikan potensi dirinya secara maksimal. Selain itu, layanan bimbingan dan konseling juga berfungsi mengatasi berbagai permasalahan pribadi dapat terbantu dan terselesaikan oleh siswa baik sosial, maupun akademik yang berpotensi menghambat proses perkembangan mereka.

Salah satu layanan yang memiliki peran penting dalam bimbingan dan konseling adalah layanan forum bimbingan. Layanan ini merupakan proses pemberian bantuan kepada individu dalam setting kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media interaksi. Rismi dkk. (2022) mengungkapkan bahwa forum bimbingan memungkinkan anggota forum untuk saling bertukar pengalaman, memberikan umpan balik, serta memperoleh pemahaman baru terkait permasalahan yang dihadapi. Melalui interaksi tersebut, siswa tidak hanya mendapatkan solusi atas masalahnya, tetapi juga belajar dari pengalaman orang lain.

Lebih lanjut, (Tusadiah dkk., 2025) efektivitas layanan bimbingan kelompok telah banyak dibuktikan melalui berbagai penelitian. Sejumlah

studi menunjukkan bahwa layanan ini mampu meningkatkan aspek psikologis siswa, seperti kepercayaan diri, efikasi diri, serta kemampuan sosial. Hal tersebut diperkuat oleh temuan penelitian. Penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok secara efektif dapat meningkatkan efikasi diri siswa melalui interaksi sosial, berbagi pengalaman, dan dukungan antaranggota kelompok..

Layanan bimbingan kelompok juga terbukti efektif dalam mendukung perkembangan diri siswa termasuk meningkatkan self-esteem dan keterampilan sosial mereka.. Peningkatan ini terjadi karena proses bimbingan kelompok berlangsung dalam dinamika yang terstruktur, sehingga siswa memperoleh kesempatan untuk belajar memahami diri, mengembangkan komunikasi interpersonal, serta membangun sikap positif melalui pengalaman bersama dalam kelompok. (Bahriyah, S. I. 2025).

Dalam konteks ini, bimbingan kelompok hadir sebagai salah satu pendekatan intervensi yang terbukti efektif dalam membantu peserta didik menghadapi berbagai permasalahan

psikososial yang mereka hadapi, termasuk masalah penerimaan diri. Dalam upaya meningkatkan penerimaan diri, Melalui bimbingan kelompok, peserta didik diberi kesempatan untuk belajar secara kolektif. Mereka dapat berbagi pengalaman satu sama lain, sekaligus mendapat dukungan berharga baik dari teman sebaya maupun fasilitator yang mendampingi.

Melalui interaksi yang terjadi di dalam kelompok, siswa dapat memahami bahwa permasalahan yang mereka hadapi bukan hanya dialami sendiri, sehingga muncul rasa diterima dan dihargai. Selain itu, Dalam praktiknya, program bimbingan kelompok meningkatkan kepercayaan diri serta penerimaan diri peserta didik umumnya dijalankan melalui beberapa tahapan yang saling terhubung dan terstruktur dengan baik, sehingga prosesnya lebih terarah serta mampu mencapai tujuan layanan secara optimal.

Merujuk pada berbagai permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pemanfaatan layanan bimbingan kelompok dapat berhubungan dengan

tingkat penerimaan diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah terdapat keterkaitan antara kedua variabel tersebut yang berpengaruh terhadap perilaku siswa, baik dalam aspek pribadi maupun sosial. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai peran layanan bimbingan kelompok dalam mendukung perkembangan penerimaan diri siswa secara lebih optimal.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini memilih pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengeksplorasi hubungan antara dua variabel utama: pemanfaatan layanan bimbingan kelompok (X) sebagai variabel independen dan penerimaan diri siswa (Y) sebagai variabel dependen. Dalam studinya, peneliti menetapkan populasi sebesar 30 siswa dari kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sumenep. Dari populasi tersebut, diambil sampel sebanyak 20 siswa menggunakan teknik random sampling pengambilan secara acak tanpa memperhatikan strata tertentu.

Peneliti menggunakan angket (kuesioner) sebagai instrumen utama. Angket tersebut disusun secara khusus berdasarkan indikator yang relevan dengan masing-masing variabel yang diteliti. Variabel pemanfaatan layanan bimbingan kelompok diukur melalui aspek partisipasi siswa, intensitas keikutsertaan, serta pemahaman terhadap materi layanan. Sementara itu, variabel penerimaan diri diukur melalui kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan diri, sikap

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.636	40

positif terhadap diri sendiri, serta tingkat kepercayaan diri.

Dalam tahap pengumpulan data, peneliti menyebarkan angket kepada responden yang telah ditetapkan sebelumnya. Setelah data terkumpul, peneliti kemudian menganalisisnya menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment untuk mengidentifikasi hubungan signifikan antara kedua variabel. Seluruh perhitungan dan

analisis statistik dilakukan dengan memanfaatkan program SPSS sebagai alat bantu.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Sebelum penyebaran angket dilakukan, peneliti melakukan uji coba instrumen terlebih dahulu. Tujuannya? Memastikan bahwa setiap butir pertanyaan yang digunakan benar-benar valid dan layak untuk keperluan penelitian. Uji coba instrumen dilakukan pada tahap pra-penelitian di SMA Negeri 1 Sapeken. Selanjutnya, Dalam menilai kualitas instrumen, peneliti melaksanakan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Hasilnya menunjukkan bahwa dari total 40 butir pertanyaan pada variabel bebas (bimbingan kelompok), hanya 34 item yang memenuhi kriteria dan dinyatakan valid untuk penelitian. Sementara 6 item sisanya dinyatakan tidak valid dan therefore dikategorikan dari proses pengumpulan data utama.

Variabel terikat (penerimaan diri siswa) terdapat 30 item yang dinyatakan valid dari 40 pertanyaan dan pernyataan. Pada uji reliabilitas di ketahui *Cronbach's Alpha* = 0,636

dari variabel bebas (Bimbingan kelompok).

Reliabilitas di ketahui *Cronbach's Alpha* = 0,638 output dari Hasil pengujian reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.638	40

menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki tingkat keterbacaan yang memadai. Berdasarkan temuan ini, instrumen yang digunakan dapat diandalkan dan layak untuk digunakan dalam tahap pengumpulan data utama.

Dalam tahap analisis data, peneliti mengandalkan teknik korelasi Pearson Product Moment untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel pemanfaatan layanan bimbingan kelompok dan penerimaan diri siswa. Sebelum correlation test dijalankan, peneliti terlebih dahulu memastikan bahwa data memenuhi berbagai prasyarat statistik meliputi uji normalitas dan linearitas. Tujuannya? Memastikan bahwa teknik korelasi parametrik dapat applied secara tepat. Setelah semua prasyarat terpenuhi, barulah correlation analysis dilakukan untuk melihat seberapa erat hubungan antara kedua variabel

tersebut. Berikut adalah hasil dari pengujian korelasi Pearson Product Moment dalam penelitian ini..

Correlations			
		B	P
B	Pearson	1	.828**
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	36	36
P	Pearson	.828**	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	36	36

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 siswa di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep mengenai hubungan antara bimbingan kelompok dan penerimaan diri siswa, data diperoleh melalui penyebaran angket pada variabel X (bimbingan kelompok) dan variabel Y (penerimaan diri siswa). Masing-masing variabel terdiri dari 20 item pernyataan yang disusun menggunakan skala Likert. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti melakukan pengolahan dan analisis data dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 25. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui arah dan kekuatan

hubungan antara kedua variabel yang diteliti.

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,828 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$. Temuan ini membuktikan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara layanan bimbingan kelompok dan penerimaan diri siswa di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep. Nilai korelasi (r) sebesar 0,828 ini termasuk dalam kategori hubungan yang sangat kuat. Dengan kata lain, semakin optimal layanan bimbingan kelompok dijalankan, semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri yang dimiliki siswa.

Penelitian ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi yang sangat berarti bagi perkembangan siswa. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik memiliki kesempatan untuk berinteraksi secara langsung, menyuarakan pendapat, dan berbagi pengalaman dengan sesama. Dengan begitu, mereka diharapkan dapat memahami diri sendiri dan orang lain dengan lebih baik. Suasana pendukung dalam kelompok juga menciptakan rasa penerimaan dan penghargaan diri. Hal inilah yang

kemudian timbul dukungan sosial yang secara signifikan mampu meningkatkan kepercayaan diri dan penerimaan diri siswa.

Dalam konteks perkembangan psikologis remaja, penerimaan diri memegang peranan yang sangat vital. Masa remaja mampu menerima dirinya dengan baik, mereka cenderung dapat menghargai baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, memiliki kepercayaan diri yang memadai, dan beradaptasi dengan lingkungan sosial secara positif. Di sisi lain, ketika penerimaan diri rendah, remaja tersebut berisiko mengalami berbagai problemas seperti rasa rendah diri, minimnya kepercayaan diri, kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, serta hambatan dalam proses perkembangan sosial dan emosionalnya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dimuat dalam *Counseling For All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Temuan penelitian mengungkap bahwa layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan konsep diri siswa secara signifikan. Konsep diri yang positif memiliki keterkaitan erat

dengan penerimaan diri, karena siswa yang mampu memahami dan mengenali dirinya dengan baik cenderung lebih mudah menerima kondisi dirinya secara menyeluruh, baik kelebihan maupun kekurangannya. (Zebua, 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya juga memperkuat hasil yang ditemukan dalam studi ini. *Sigma-Mu Journal* ditemukan bahwa layanan bimbingan kelompok yang memanfaatkan teknik diskusi efektif dalam membantu siswa meningkatkan pemahaman diri mereka. Introspeksi diri merupakan salah satu indikator penting dalam pembentukan penerimaan diri, karena remaja yang mampu mengenali potensi, keterbatasan, serta karakteristik dirinya secara realistis akan lebih mudah membangun sikap menerima diri secara positif, khususnya dalam konteks kehidupan di lingkungan sekolah. (Ijaji, R., & Nurwahidin, M. 2023).

Dari perspektif teori, layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi signifikan terhadap kemampuan siswa dalam memperoleh pengalaman belajar secara sosial. Melalui berbagai

kegiatan kelompok, peserta didik diberikan kesempatan untuk melatih kemampuan dalam mengemukakan pendapat dan pikiran mereka, mendengarkan pandangan orang lain, menghargai perbedaan, serta mengembangkan keterampilan interpersonal. Proses ini secara tidak langsung membentuk sikap yang lebih positif terhadap diri sendiri, karena siswa merasa diterima, dihargai, dan memiliki ruang untuk didengarkan. Kondisi tersebut sangat relevan terhadap remaja yang berada pada pencarian jati diri.

Temuan penelitian ini mengungkap hubungan yang positif dan bermakna antara kedua variabel. Hal ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki fungsi yang lebih luas dari sekadar kegiatan diskusi sebagai sarana efektif untuk pengembangan pribadi siswa. Terdapat kecenderungan yang jelas, semakin giat peserta didik mengikuti program bimbingan kelompok, semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri yang mereka kembangkan. Hal ini terjadi karena siswa memperoleh dukungan emosional, motivasi, serta pengalaman sosial yang membantu

mereka memahami kekuatan dan kelemahan dirinya secara lebih realistis.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian dan berbagai pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini berhasil membuktikan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara layanan bimbingan kelompok dengan penerimaan diri siswa di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep. Dengan nilai koefisien korelasi yang mencapai 0,828, dapat diartikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut termasuk dalam kategori yang sangat kuat. Temuan ini memberikan implikasi penting: layanan bimbingan kelompok perlu terus dikembangkan dan ditingkatkan sebagai salah satu strategi efektif untuk membantu siswa memperkuat penerimaan diri sekaligus mendukung proses perkembangan kepribadian mereka secara menyeluruh.

D. Kesimpulan

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pemanfaatan layanan

bimbingankelompok dengan penerimaan diri siswa di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep. Hasil analisis korelasi Pearson Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,828 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ mengindikasikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang sangat kuat. Berdasarkan temuan ini, dapat diharapkan adanya peningkatan kualitas layanan bimbingankelompok sebagai upaya mendukung penerimaan diri siswa secara optimal.

Penelitian ini menegaskan bahwa layanan bimbingankelompok memainkan peran yang sangat berarti dalam membantu siswa memahami dan menerima diri mereka secara positif. Melalui berbagai kegiatan kelompok, peserta didik diberi kesempatan untuk berinteraksi secara aktif, berbagi pengalaman hidup, menyampaikan pikiran dan pendapat, serta menerima dukungan sosial dari teman-teman sebaya maupun guru BK. Suasana pendukung dan kondusif dalam kelompok menciptakan rasa aman dan nyaman sehingga siswa mudah mengakui baik keunggulan maupun kelemahan mereka tanpa merasa rendah diri.

Penerimaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja. Siswa yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung lebih percaya diri, mampu menerima kritik dan saran secara terbuka, serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial secara sehat. Sebaliknya, siswa dengan penerimaan diri rendah lebih rentan merasa minder, kurang percaya diri, dan mengalami hambatan dalam perkembangan sosial maupun emosional. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa meningkatkan penerimaan diri dan membangun perkembangan kepribadian yang lebih baik.

Hasil penelitian ini turut mendukung temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan konsep diri, pemahaman diri, serta kemampuan sosial siswa. Melalui dinamika kelompok, siswa belajar menghargai pendapat orang lain, memahami kondisi dirinya secara lebih realistis, serta membangun sikap positif terhadap diri sendiri. Pengalaman

sosial yang diperoleh dari interaksi kelompok menjadi faktor penting yang turut mendukung terbentuknya penerimaan diri yang lebih kuat.

Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok perlu terus dikembangkan oleh guru dan dijalankan secara optimal bimbingan dan konseling disekolahan. Guru BK diharapkan mampu merancang layanan yang dibutuhkan oleh siswa harus sesuai, sehingga perkembangan siswa lebih percaya diri menjadi individu, mampu menerima dirinya dengan baik, serta siap menghadapi tuntutan kehidupan pribadi maupun sosial secara lebih matang.

DAFTAR PUSTAKA

- Hendi, H., Ikham, D., Suryana, E., & Abdurrahmansyah, A. (2023). Menavigasi Perkembangan Masa Remaja Awal: Perkembangan, Tantangan, dan Kesempatan. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(10), 7629-7639.
- Firdausi, M. A. (2024). Penerimaan Diri Terhadap Siswa-Siswi Smp Plus Al-Qodiri Jember. *Jurnal BK UNESA*, 14(5).
- Parwati, N., & Sugiharto, D. Y. P. (2022). Hubungan kontrol diri dan pengalaman mengikuti konseling kelompok terhadap penerimaan diri siswa di sekolah menengah pertama. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 195-203.
- Hardianti, B., & Munjirin, A. (2024). Pengaruh positive thinking dalam meningkatkan self acceptance pada siswa. *Psychological Journal: Science and Practice*, 4(1), 227-230.
- Elpas, Z., & Netrawati, N. (2025). Gambaran Penerimaan Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA). *Consilium*, 4(1), 42-50.
- Aulina, N. (2019). Konsep diri, kematangan emosi, dan perilaku bullying pada remaja. *Cognicia*, 7(4), 434-445.
- Ndruru, W. M. (2025). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Toma. *Counseling For All*:

- Jurnal Bimbingan dan
Konseling*, 5(1), 80-96. Semarang (Doctoral
dissertation, Universitas Ivet).
- Nugraha, N. A., & Rosita, T. (2024). Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa SMPN 3 Cimahi. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 7(3), 255-262.
- Rismi, R., Suhaili, N., Marjohan, M., Afdal, A., & Ildil, I. (2022). Bimbingan kelompok dalam pemahaman nilai empati untuk meningkatkan sikap prososial siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 14-19.
- Tusadiah, H., & Hasibuan, M. F. (2025). Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Di Sanggar Bimbingan Kepong. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(03), 9-17.
- Bahriyah, S. I. (2025). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Smp Negeri 40*
- Ulan, A., Idris, I., & Alwi, N. M. (2021). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Permainan untuk Membantu Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa. *Pedagogika*, 120-133.
- Zebua, M. K. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 3 Mandrehe Utara Tahun Pelajaran 2023/2024. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 27-36.
- Ijaji, R., & Nurwahidin, M. (2023). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Bagi Siswa Kelas X Sman 5 Bandar Lampung. *Sigma-Mu*, 15(2), 30-39.