



**STUDI TENTANG PENERIMAAN DIRI SISWA TERHADAP *BODY*
IMAGE SISWA SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Syarat-Syarat dan Memenuhi
Tugas-Tugas Akhir Memenuhi dalam Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

Oleh

EVI DAYANTI SIREGAR
NIM. 0303172163

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2021**



**STUDI TENTANG PENERIMAAN DIRI SISWA TERHADAP *BODY*
IMAGE SISWA SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Syarat-Syarat dan Memenuhi
Tugas-Tugas Akhir Memenuhi dalam Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

Oleh

EVI DAYANTI SIREGAR
NIM. 0303172163

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Khairuddin Tambusai, M.Pd
NIP. 19621203 198903 1002

Ahmad Syarqawi, M.Pd
NIB. 1100000095

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM

FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2021



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Williem Iskandar Pasar V 20371 telp. 66229265, Medan 20731

SURAT PENGESAHAN

Skripsi ini berjudul “**STUDI TENTANG PENERIMAAN DIRI SISWA TERHADAP *BODY IMAGE* SISWA SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN**” yang disusun oleh **EVI DAYANTI SIREGAR** yang telah dimunaqasahkan dalam Sidang Munaqasyah Strata Satu (S.1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan pada tanggal:

30 AGUSTUS 2021

21 Muharam 1443

Skripsi telah diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan

**Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan**

Ketua

Dr.Nurussakinah Daulay, M.Psi
NIP. 198212092009122002

Sekretaris

Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002

Anggota Penguji

Drs. Khairuddin Tambusai, M.Pd
NIP. 19621203 198903 1002

Ahmad Syarqawi, M.Pd
NIB. 1100000095

Dr. Afrahul Fadhilah Daulay, M.A
M.Psi
NIP.196812141993032001

Dr. Nurussakinah Daulay,
M.Psi
NIP. 19821209 200912 2 002

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan

Dr. Mardianto, M.Pd
NIP.196712121994031004

Nomor : Istimewa
Lampiran -
Perihal : Skripsi

Medan, 30 Agustus 2021
Kepada Yth :

A.n Evi Dayanti Siregar

**Bapak Dekan Fakultas
Ilmu
Tarbiyah dan Keguruan
UIN Sumatera Utara
Di Medan**

Assalamu`alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi mahasiswa A.n Evi Dayanti Siregar yang berjudul : **“STUDI TENTANG PENERIMAAN DIRI SISWA TERHADAP *BODY IMAGE* SISWA SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN”**. Maka kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima dan disetujui untuk dapat diajukan dalam sidang Munaqasyah skripsi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian saudara kami ucapkan terimakasih.

Wassalam

PEMBIMBING SKRIPSI

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Khairuddin Tambusai, M.Pd
NIP. 19621203 198903 1002

Ahmad Syarqawi, M.Pd
NIB. 1100000095



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Williem Iskandar Pasar V 20371 telb. 6615683-6622925 Fax.6615683, Email: bki.fitk.uinsu.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

B-23496/ITK/ITK.IV.8/KS.02/10/2021

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Evi Dayanti Siregar

NIM : 0303172163

Judul Skripsi : Studi Tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap Body Image Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Karya ilmiah yang bersangkutan di atas telah melalui proses uji deteksi plagiasi menggunakan aplikasi Turnitin dengan hasil 28%.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan, Oktober 2021
a.n Dekan
Ka. Prodi BKPI

Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi
NIP. 19821209 200912 2 002

Tembusan :

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
UIN Sumatera Utara Medan

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :Evi Dayanti Siregar
NIM : 33.17.2163
TTL :Depok, 18 September 1999
Program Studi :Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Alamat : Jl. Jamalayu LBS LINK IV Sihitang,
Padangsidempuan.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul **“STUDI TENTANG PENERIMAAN DIRI SISWA TERHADAP *BODY IMAGE* SISWA SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN”**. benar-benar karya asli saya, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila terdapat kesalahan dan kekeliruan didalamnya, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab saya. Demikian surat pernyataan inisaya buat dengan sebenarnya.

Medan, 30 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan

[Evi Dayanti Siregar](#)

NIM. 33.17.2163



ABSTRAK

Nama : Evi Dayanti Siregar
NIM : 0303172163
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Pembimbing Skripsi I : Drs. Khairuddin Tambusai, M.Pd
Pembimbing Skripsi II : Ahmad Syarqawi, M.Pd
Judul Skripsi : Studi Tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap *Body Image* Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan
No. HP : 082273975508
E-mail : evidayantisiregar1@gmail.com

Kata kunci: Siswa, Penerimaan Diri, *Body Image*

Skripsi ini mengkaji tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap *Body Image* Siswa. Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyaknya kasus ketidak percaya diri siswa terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh siswa tersebut. Peneliti juga melihat ketika observasi di sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan terdapat beberapa siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk penerimaan diri terhadap *body image* siswa, dampak, dan upaya guru BK dalam membentuk sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan deskriptif dan merupakan penelitian kualitatif, dengan mengambil latar SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data yang dilakukanyaitu dengan menelaah seluruh data, mereduksinya, menyajikan dan menyimpulkan data yang ada.

Hasil penelitian menunjukkan: (1) Penerimaan diri terhadap *body image* kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan yang rendah. Hal tersebut dikarenakan masih terdapat beberapa siswa yang belum merasa kondisi fisik dan bentuk tubuh yang tidak menarik. Hal tersebut menimbulkan rasa ketidakpercayaan pada diri siswa yang mengakibatkan siswa ingin merubah kondisi fisik serta bentuk tubuhnya tersebut. (2) Dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat mengganggu keberlangsungan belajar siswa. Dimana siswa tersebut bersifat seolah-olah acuh terhadap pelajarannya. Hal ini dikarenakan siswa tersebut tidak memiliki rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di dalam kelas. Hal ini tentu saja sangat berpengaruh dalam keefektifan belajar siswa di dalam kelas. Hal tersebut sangat berpengaruh dalam keefektifan belajar siswa di kelas. (3) Upaya yang guru BK lakukan dalam menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa tersebut. Guru BK memberikan layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, dan layanan konseling individual kepada siswa yang memang membutuhkan layanan tindak lanjut terhadap masalah penerimaan diri terhadap *body image* yang rendah.

Mengetahui,
Pembimbing I

Drs. Khairuddin Tambusai, M.Pd

NIP. 19621203 198903 1002

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat dan salam disampaikan pula kepada Nabi Muhammad SAW sebagai nabi dan rasul yang diutus Allah untuk membawa agama islam serta ajaran-Nya yang sempurna dalam menuntun keselamatan di dunia dan akhirat.

Skripsi ini berjudul “*Studi Tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap Body Image Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan*”, disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan baik dalam segi kemampuan dan penggunaan bahasa, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun agar skripsi ini lebih baik lagi dan berguna bagi orang lain. Untuk kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini, peneliti tidak dapat membalas partisipasi pihak lain yang turut memberikan bantuan moril maupun materil untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Kepada Bapak **Prof. Dr. Syahrin Harahap, MA** Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Kepada Bapak **Dr. Mardianto, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan, dan seluruh wakil dekan I, II, dan III.
3. Kepada Ibu **Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi** Selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan yang telah banyak memberi peneliti motivasi, ilmu pengetahuan dan fasilitas yang diberikan kepada peneliti.

4. Kepada Bapak **Drs. H. Khairuddin Tambusai, M.Pd** sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu dan memotivasi serta meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya selama penyusunan skripsi ini.
5. Kepada Bapak **Ahmad Syarqawi, M.Pd** sebagai Dosen Pembimbing II yang juga telah banyak membantu serta memotivasi saya serta rela meluangkan waktu banyak untuk membimbing dan mengarahkan saya selama penyusunan skripsi ini.
6. Kepada semua pihak yang telah membantu di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, Ibu **Dra. Risna Wahyuni, MA** selaku Kepala Sekolah, Ibu **Siti Khadijah, S.Pd.i** selaku Guru Bimbingan Konseling, Bapak **Rahmad Faisal Hasibuan, S.Pd** selaku Wali Kelas, Kepala Tata Usaha dan Jajarannya, juga siswa-siswi kelas VIII yang telah banyak membantu peneliti dalam melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
7. Kepada Ibu **Nurhayani, S.Ag., S.S.M.Si** sebagai dosen yang telah telah banyak membantu serta memotivasi saya selama penyusunan skripsi ini.
8. Kepada insan yang paling berharga bagi saya, Ayah saya **Alm. H. Husein Siregar, Emrizal Siregar, S.H** dan Ibu saya **Ir. Hj. Sahroida Daulay, Juhria Rambe**. Yang selalu menyayangi, menasehati, mencukupi, mendukung segala usaha saya terutama dalam menyelesaikan amanah saya di dunia pendidikan. Tiada kata yang mampu saya ucapkan atas rasa syukur kepada kedua orang tua hanya maaf dan terima kasih yang dapat saya sampaikan dan doa-doa terbaik saya kepada kedua orang tua saya.
9. Kepada kakak saya **Reni Sapitri. S.Pd, Dian Sari Siregar, S. Pd**, abang saya **Abdul Latief Siregar**, adik saya **Arfita Rosa**, abang ipar saya **Jul Hasian Harahap** yang telah memberi dukungan kepada saya dalam kehidupan sehari-hari dan perkuliahan saya.
10. Kepada seluruh keluarga dan saudara saya yang memberi dukungan

dalam perkuliahan saya.

11. Kepada teman saya **Intan Rofiah Nufasyah, S.Sos** yang merupakan sosok teman dekat yang paling banyak membantu saya di perkuliahan.
12. Kepada teman saya Wisuda 2021 **Indah Agustina, Zaidatul Fadilla Nasution, Dea Anggreini, Angga Pratama**, serta **Landa Suci, Ummi Kalsum Lubis, Hoddiana** dan seluruh Keluarga Besar BKPI 3 Stambuk 2017 yang sedari awal perkuliahan sampai sekarang sudah saya anggap sebagai keluarga yang begitu banyak kenangan manis dan pahit yang telah dilewati bersama.
13. Kepada teman saya **Arda Agustina, Azmiral Anwar, Ayu Andriati, S. Pd, Diva Yusra Nasution, Hindun Rahmi Hayati, Balqis Al Adawiyah, Suci Diayu Ramadhani, Rizky Utami** yang juga secara tidak langsung sudah memberi saya motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Kepada teman saya **Siti Warhamni, Desi Rahmadani Harahap, Syahrin Azim Mubaro**h dan seluruh Keluarga Besar KKN 33 Pakpak Barat, dan juga kelompok PPL 1, PPL 2, dan PPL 3 rekan yang juga sudah banyak membantu dan memotivasi saya.
15. Kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan moral maupun spiritual yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
16. Dan terakhir kepada orang-orang yang bertanya kapan saya wisuda, karena pertanyaan tersebut menambah motivasi saya dalam menyelesaikan perkuliahan saya.

Medan, 23 Agustus 2021

Evi Dayanti Siregar
NIM. 0303172163

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Penerimaan Diri	7
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	7
2. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri	10
3. Karakteristik Penerimaan Diri	14
B. <i>Body Image</i>	15
1. Pengertian <i>Body Image</i>	15
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	16
3. Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	17
C. Tugas Pokok Guru BK	19
D. Penelitian Relevan	26
BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Jenis dan Metode Penelitian	28
B. Subjek Penelitian	29
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
D. Sumber Data Penelitian	32
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik Pengumpulan Data	35
G. Teknik Analisis Data	35
H. Penjamin Keabsahan Data	35
BAB IV TEMUAN DAN HASIL PENELITIAN	

A. Temuan Umum	36
1. Sejarah Berdiri dan Perkembangan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	38
2. Visi, Misi, dan Tujuan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	38
3. Sumber Daya Manusia SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	42
4. Sarana dan Fasilitas Sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	46
B. Temuan Khusus	48
1. Penerimaan Terhadap <i>Body Image</i> pada Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	48
2. Dampak Penerimaan <i>Body Image</i> Terhadap Perilaku Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	51
3. Upaya Guru BK dalam Membentuk Penerimaan Diri Terhadap <i>Body Image</i> Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	54
C. Pembahasan Penelitian	57
1. Penerimaan Terhadap <i>Body Image</i> pada Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	57
2. Dampak Penerimaan <i>Body Image</i> Terhadap Perilaku Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan	60
3. Upaya Guru BK dalam Membentuk Penerimaan Diri Terhadap <i>Body Image</i> Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	63
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	32
Tabel 4.1 Keadaan Pendidik dan Pegawai SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan berdasarkan Tingkat Pendidikan Terakhir, Status Guru dan Jenis Kelamin	43
Tabel 4.2 Data Guru dan Status Guru SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	44
Tabel 4.3 Keadaan Siswa/i SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	45
Tabel 4.4 Sarana dan Fasilitas SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Lokasi Penelitian	32
Gambar 4.1 Sturuktur organisasi SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara dengan Guru BK.....	70
Lampiran 2. Pedoman Wawancara dengan Wali Kelas	73
Lampiran 3. Pedoman Wawancara dengan Siswa	76
Lampiran 4. Rekapitulasi Hasil Wawancara dengan Guru BK.....	80
Lampiran 5. Rekapitulasi Hasil Wawancara dengan Wali Kelas	87
Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Wawancara dengan Siswa.....	91
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	111
Lampiran 8. Surat Izin Riset	114
Lampiran 9. Surat Telah Melakukan Riset	115
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup	116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan berasal dari kata “didik”, lalu kata ini mendapat awalan me sehingga menjadi ‘mendidik’, artinya memelihara dan memberi latihan. Dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya ajaran, tuntunan, dan pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Pendidikan dapat diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan.¹

Pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.²

Melalui pendidikan diharapkan siswa dapat tumbuh berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya, mampu memberikan kontribusi positif sehingga mempunyai sikap dan kemampuan keterampilan. Hal itu disebabkan bahwa pendidikan merupakan ujung tombak kemajuan suatu bangsa serta sangat penting dan sangat diperlukan dalam aspek apapun. Secara umum pendidikan berfungsi mencerdaskan dan memberdayakan individu dan masyarakat sehingga dapat hidup mandiri dan bertanggung jawab dalam membangun masyarakat.³

Di sekolah siswa merupakan subjek yang menerima pendidikan di dalam sekolah. Mereka merupakan individu yang ikut berperan dalam menyelenggarakan pendidikan di sekolah dan mendapatkan pelayanan sesuai dengan bakat, minat,

¹Muhibbin Syah, 2010, *Psikologi Pendidikan*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, h. 10

²Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, *Tentang Sidiknas dan Peraturan Pemerintah dan Tentang Standar Nasional Pendidikan Serta Wajib Belajar*, Bandung: Citra Umbara, h. 42

³Syafaruddin, dkk, 2012, *Ilmu Pendidikan Islam: Melejitkan Budaya Umat*, Jakarta : Hijri Pustaka Utama, h. 42

kemampuannya agar tumbuh kembangnya baik dan memiliki kepuasan dalam menerima pembelajaran yang diberikan di sekolah.

Lebih lanjut dalam Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional. Siswa merupakan anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.⁴ Sebagai suatu komponen masukan dalam sistem pendidikan, siswa diarahkan agar menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan nasional siswa merupakan manusia yang sedang berkembang untuk memenuhi tugas-tugasnya perkembangannya.

Siswa SLTP dan SLTA merupakan remaja yang berkembang dan pada dirinya sedang terjadi dinamika yang begitu dinamis sesuai dengan tugas-tugas perkembangan yang sedang terjadi pada dirinya, sehingga lingkungan terutama orang tua dan guru harus memainkan peranannya membantu siswa (remaja) yang sedang berkembang itu.

Remaja akan mengalami perkembangan fisik cepat yang terkadang dapat membuat mereka tidak dapat menerimanya sehingga menimbulkan berbagai masalah secara psikologis. Perkembangan fisik sebagai perubahan dalam bentuk jasmaniah pada seseorang merupakan gejala yang bersifat dinamis dan terus-menerus. Pertumbuhan fisik remaja meliputi perubahan ukuran tubuh. Proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri gender primer dan perkembangan ciri-ciri gender sekunder. Berbicara tentang pertumbuhan anggota tubuh pada remaja lebih cepat dari tubuh mereka pada masa anak-anak.

Siswa merasa memiliki proporsi tubuh tidak seimbang badan terlalu kurus maupun besar, warna kulit yang terlalu gelap, penampilan tidak proporsionalitas ini biasanya membuat remaja merasa frustrasi dan tidak puas terhadap bentuk dan keadaan tubuhnya. Penilaian siswa terhadap bentuk tubuhnya disebut citra terhadap tubuh (*body image*).

Body image (citra tubuh) pada manusia merupakan gambaran tubuh seseorang yang terbentuk di dalam hati individu, dengan kata lain, menurut individu itu sendiri. Berbagai gambar bentuk tubuh membuatnya remaja tidak puas dengan

⁴Republik Indonesia, 2006, *Undang-Undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen & Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sisdiknas*, Bandung: Permana, h. 65

kondisi fisiknya. Remaja sering kali merasakan berat badan yang tidak ideal, warna kulit yang tidak sesuai, hidung kurang mancung. Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh membuat remaja merasa tidak percaya diri akan penampilan tubuhnya.

Fenomena mengenai *body image* (citra tubuh) ini pada umumnya terjadi tidak terkecuali pada remaja di mana remaja mengatakan bahwa mereka tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Memiliki hidung yang tergolong pesek, rambut yang tidak tebal, warna kulit yang gelap, badan terlalu besar. merupakan salah satu dari masalah-masalah yang dialami oleh siswa mengenai tentang bentuk tubuhnya yang tidak sempurna dimana siswa tersebut merasa kurang menerima keadaan fisiknya tersebut. Biasanya siswa melakukan banyak upaya untuk memperbaiki dirinya agar bisa berpenampilan lebih menarik lagi. Hal tersebut bisa dilihat mulai dari fenomena siswa yang konsumsi obat-obat diet, meluruskan rambutnya, serta membeli produk-produk untuk memutihkan kulit.

Usaha-usaha yang dilakukan oleh siswa untuk memperbaiki dirinya tersebut tidak lepas dari beberapa faktor. Dimana salah satu faktor itu adalah siswa tersebut melihat contoh dari figur seorang artis maupun *selebgram* yang memiliki badan ideal seperti yang didambakan banyak remaja pada umumnya. Hal itu mereka dapatkan dari berbagai sumber dari media sosial yang banyak tersedia saat ini misalnya *instagram*, *tiktok*, *facebook* dan lain sebagainya.

Fenomena-fenomena di atas jelas menggambarkan bahwa ada siswa merasa tidak puas bentuk tubuh yang dimilikinya pada saat ini. Sehingga, banyak siswa yang melakukan upaya-upaya untuk memperbaiki penampilannya tersebut. Hal ini sebenarnya tentu sangat bertolak belakang dengan tugas-tugas perkembangan siswa yang mana masih dalam fase remaja. karena remaja itu juga memiliki tugas perkembangan yaitu menerima kenyataan jasmaninya. Namun, jika siswa merasakan tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya hal tersebut dapat mengakibatkan kesulitan siswa dalam menerima dirinya, sehingga dimana siswa mengalami ketidakbahagiaan.

Penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya. Perubahan

perubahan perkembangan yang dialaminya. Jika siswa dapat menerima dirinya dengan baik maka siswa tersebut memiliki kepribadian yang baik serta perkembangan mental yang baik juga.

Bimbingan dan konseling sebagai salah satu komponen penting dalam pendidikan di sekolah adalah merupakan upaya pemberian bantuan kepada siswa untuk menciptakan lingkungan perkembangan yang kondusif, dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan, supaya siswa dapat memahami dirinya sehingga sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan tugas-tugas perkembangan.⁵

Kemudian di dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa bidang bimbingan diantaranya, adalah bidang pengembangan pribadi. Dimana dalam bidang pengembangan pribadi ini materi pengembangan pribadi yang dapat dikembangkan dalam tema-tema bimbingan antara lain: mengenali dan kelebihan dan kekurangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, arti dan tujuan beribadah, nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup, mengenal perasaan diri dan cara mengekspresikannya secara efektif, manajemen *stress*, serta mengenal peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan.⁶

Penyelenggara bimbingan dan konseling di sekolah adalah guru BK/konselor. Guru BK sesuai dengan tugas pokoknya bertanggung jawab untuk membantu siswa sesuai dengan kebutuhan mereka, terutama yang berkaitan dengan pengembangan pengembangan pribadi siswa berkenaan dengan citra diri, yaitu guru BK mengarahkan agar dapat menerima dirinya secara positif dan dinamis.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, ditemukan siswa yang mengalami fenomena yang menggambarkan bahwa terdapat siswa merasa tidak puas dengan citra tubuh (*body image*) yang dimilikinya. Siswa merasa dirinya memiliki tubuh yang tidak menarik, seperti badan terlalu kurus/gemuk, warna kulit yang terlalu gelap, rambut yang tidak lurus, badan yang terlalu pendek. Sehingga, siswa tersebut melakukan upaya-

⁵Achmad Juntika Nurihsan, 2006, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama, h.42

⁶Ahmad Syarqawi, dkk, 2019, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Konsep dan Teori*, Medan: Kencana, h.34

upaya untuk memperbaiki penampilannya, seperti dengan mengonsumsi obat penggemuk atau pelangsing tubuh, krim-krim pemutih, obat melurus rambut, serta obat peninggi badan. Peneliti menjadi tertarik untuk melakukan penelitian dengan membahas judul ”*Studi Tentang Penerimaan Diri Terhadap Body Image Pada Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan*”.

B. Batasan Masalah

Sungguh sangat luas dan banyak masalah yang dapat dibahas berkenaan judul di atas, namun karena adanya keterbatasan pada peneliti maka masalah yang akan dibahas dibatasi sebagai berikut:

1. Penerimaan terhadap *body image* pada siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
2. Dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
3. Upaya guru BK dalam memberikan pemahaman tentang *body image* pada siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

C. Rumusan Masalah

Masalah penelitian sebagaimana dikemukakan di atas dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana penerimaan terhadap *body image* pada siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan?
2. Bagaimana dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan?
3. Apa upaya yang dilakukan guru BK dalam membentuk penerimaan *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan?

D. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan untuk penelitian ini adalah:

1. Mendiskripsikan bagaimana penerimaan *body image* pada siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
2. Mendiskripsikan bagaimana dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
3. Mendiskripsikan upaya apa yang dilakukan guru BK dalam membentuk penerimaan *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

E. Manfaat Penelitian

Bertitik tolak dari tujuan penelitian yang telah dirumuskan di atas, maka besar sekali harapan peneliti agar penelitian ini bermanfaat untuk:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi Guru BK, siswa, maupun masyarakat akan pentingnya penerimaan diri siswa terhadap *body image* agar bisa menjadi lebih baik.
2. Memperluas wawasan ilmu pengetahuan khususnya pendidikan bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan penerimaan diri siswa terhadap *body image* bagi siswa di sekolah.
3. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan informasi serta dapat digunakan oleh peneliti lainnya dalam penulisan karya ilmiah.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Menurut Sheerer penerimaan diri adalah sikap dalam menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima kelebihan dan kelemahannya. Menerima diri berarti telah menyadari memahami dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan dan kemampuan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab. Sheerer menambahkan seseorang yang dapat menerima dirinya adalah jika seseorang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupan, menganggap bahwa dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain, mampu bertanggung jawab terhadap perilakunya, mampu menerima pujian secara objektif, dan tidak menyalahka diri sendiri.⁷

Selanjutnya menurut Pannes penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. Jadi, individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya. Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya.

Hal tersebut didukung oleh pendapat dari Hjelle dan Ziegler yang menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menjengkelkan, dan toleransi terhadap kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menjadi sedih atau marah. Individu ini dapat menerima dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan. Jadi, individu yang mampu menerima dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan dirinya sebagaimana dirinya mampu menerima

⁷Denia Martini Machdan, *Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tuna Daksa di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan*, Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Vol. 1 No. 02 , Juni 2012, h. 81-82

kelebihannya. Sartain dkk, Hurlock, dan Skinner berpendapat bahwa penerimaan diri adalah keinginan untuk memandang diri seperti apa adanya, dan mengenali diri sebagaimana adanya. Ini tidak berarti kurangnya ambisi karena masih adanya keinginan-keinginan untuk meningkatkan diri, tetapi tetap menyadari bagaimana dirinya saat ini. Dengan kata lain, kemampuan untuk hidup dengan segala kelebihan dan kekurangan diri ini tidak berarti bahwa individu tersebut akan menerima begitu saja keadaannya, karena individu ini tetap berusaha untuk terus mengembangkan kekurangan yang dimilikinya, dan mampu mengelolanya.⁸

Penerimaan diri merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama dalam aktualisasi diri. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan tersebut memungkinkan untuk bersifat positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam diri sendiri baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik yang memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.⁹

Penerimaan diri dalam islam adalah bagian dari kajian *qona'ah* Makna *qanaa'ah* merupakan merasa ridha dan cukup dengan pembagian rezeki yang diberikan Allah SWT. Sifat *qana'ah* merupakan salah satu tanda yang menampakkan kesempurnaan iman, karena sifat ini menampakkan keridhaan orang yang mempunyainya terhadap semua ketentuan dan takdir Allah SWT. termasuk dalam hal pembagian rizki.

⁸Endah Puspita Sari dkk, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi 2002, No. 2, 73 – 88, h. 75-76

⁹Muhammad Walimsyah Sitorus, dkk, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri Siswa SMAN 1 Babelan*, Enlighten: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 2 No. 1(Jan-Jun2019), 18-23. H. 19

Firman Allah SWT. dalam Al-Quran surat Az Zukhruf ayat 32 yang berbunyi:

أَهُمْ يُقْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ سَخِرِيًّا وَرَحْمَتٌ رَبِّكَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ - ٣٢

Artinya: “Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu? Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan Kami telah meninggikan sebahagian mereka atas sebahagian yang lain beberapa derajat, agar sebahagian mereka dapat mempergunakan sebahagian yang lain. dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan”.¹⁰

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat dipahami bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk menerima realistis dirinya. Atas kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya. Serta mampu hidup dengan keyakinan dengan karakteristik dan penghargaan yang tinggi terhadap diri individu itu sendiri serta dapat bertanggung jawab atas perilakunya. Individu yang memiliki sifat penerimaan diri yang baik dalam hidupnya akan semakin diterima bahkan disukai oleh orang lain sehingga, individu tersebut dengan mudah bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Namun, sebaliknya jika individu tersebut tidak memiliki sifat penerimaan diri yang baik dalam dirinya akan merasa tidak bahagia dan bahkan bisa membenci dirinya sendiri, akan kesulitan untuk menjalin hubungan dengan orang lain.

2. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Menurut Hurlock ada sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya sebagai berikut:

a. Pemahaman Diri atau Wawasan Diri (*Self Understanding*)

Pemahaman diri (*self understanding*) adalah sebuah pengakuan, kesadaran dan cara pandang mengenai dirinya secara jujur, nyata dan apa adanya. Seseorang yang memiliki pemahaman diri tidak hanya memiliki kapasitas intelektual namun juga memiliki kesempatan untuk menemukan jati dirinya. Kurangnya pemahaman diri dapat disebabkan

¹⁰Reza Mina Pahlewi, *Makna Self-Acceptance dalam Islam (Analisis Fenomenologi Sosok Ibu dalam Kemiskinan di Provinsi D.I Yogyakarta)*, Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam vol. 16, No. 2, Desember 2019, Hal 209-210

oleh ketidaktahuan, kurangnya kesempatan untuk menemukan jati diri, atau seseorang yang berpura-pura tentang dirinya agar bisa disukai. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan secara berdampingan, berarti individu yang dapat memahami diri sendiri akan semakin dapat menerima dirinya. Aspek penerimaan diri bisa meliputi, kondisi fisik, psikis, intelektual, bakat dan minat yang menjadi kelebihan dan kekurangannya. Kurangnya pemahaman diri menyebabkan ketidaksesuaian antara konsep diri yang diinginkan dan konsep diri yang diidealkan hal ini diperoleh dari kontak sosial.

b. Harapan yang Realistis (*Realistic Expectations*)

Ketika seseorang memiliki harapan untuk mencapai prestasi secara realistis maka dia akan memiliki kesempatan untuk mencapainya. Hal ini dapat memberikan kepuasan diri yang menjadi dasar dalam penerimaan diri. Harapan yang realistis bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, serta bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya. Individu yang mungkin memiliki tujuan realistis namun kurang memiliki pengetahuan dan keterampilan individu tersebut bisa jadi mengalami kesulitan untuk mencapai tujuan. Sebagai contoh, seseorang memiliki bakat administrasi dalam berbisnis atau industri, namun dia tidak memiliki pendidikan yang cukup, maka kemungkinan dia tidak memiliki peluang untuk mendemonstrasikan potensi yang dimilikinya.¹¹

c. Tidak Adanya Hambatan dalam Lingkungan (*Absence of Environmenta; Obstacles*)

Seseorang yang telah memiliki harapan realistis, namun lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan tersebut akan sulit dicapai. Hal ini bisa mengakibatkan individu mengalami kesulitan menerima dirinya namun, ketika rintangan tersebut mampu untuk dilalui maka dia sanggup mencapai

¹¹Catur Baimi Setyaningsih, 2013, *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) dengan Penerimaan Diri pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta*, (Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Yogyakarta, 2013), h. 14

kesuksesan dan puas terhadap prestasi yang telah dicapai. Orang yang puas dengan apa yang dicapai dapat membuat mereka mampu untuk menerima dirinya.

d. Sikap dari Masyarakat yang Menyenangkan (*Favorable Sosial Attitudes*)

Individu yang diterima dengan baik oleh masyarakat dapat membuatnya memiliki penerimaan diri yang baik. Harapan yang realistis dari masyarakat akan membuat individu dapat memahami kekurangan dan kelebihanannya. Penerimaan masyarakat dapat ditujukan dengan: a) tidak adanya prasangka buruk, b) adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain, c) kesediaan individu untuk memiliki kebiasaan yang ada dilingkungan sekitar.

e. Tidak Adanya Tekanan Emosional yang Berat (*Absence of Severe Emotional Stress*)

Tekanan emosional dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis. Biasanya pekerjaan rumah dan lingkungan kerja dapat membuat individu merasa tertekan. Individu yang terhindar dari tekanan memungkinkannya untuk dapat melakukan hal terbaik dan memiliki orientasi diri, orientasi terhadap lingkungan, merasa *relax* dan bahagia. Selain itu, individu yang terhindar dari tekanan juga akan merasa lebih *relax* dan bahagia. Kondisi ini sangat berperan dalam evaluasi sosial yang mana menjadi dasar dalam evaluasi diri dan penerimaan diri.

f. Keberhasilan (*Preponderance Successes*)

Keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri, sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.¹²

g. Identifikasi Penyesuaian Diri yang Baik dengan Orang Lain (*Identification with Well-adjusted People*)

Individu yang mengidentifikasi penyesuaian diri orang lain dengan baik dapat membangun sikap positif terhadap diri sendiri, penilaian diri dan penerimaan diri. Penilaian yang didapat selama di rumah dapat

¹² Ibid, h.15

berkontribusi penting dalam pembentukan pribadi yang sehat. Seharusnya seorang ibu menjadi sumber identifikasi bagi anak-anaknya, dan memiliki penilaian yang berpengaruh dalam kepribadian anak-anaknya.

h. Perspektif Diri (*Self Perspective*)

Individu yang memiliki perspektif diri mampu memahami diri sendiri dan orang lain. Perspektif diri yang luas dapat meningkatkan penerimaan diri individu.

i. Pola Asuh yang Baik Dimasa Kecil (*Good Childhood Training*)

Pendidikan yang baik selama di rumah dan sekolah dapat berpengaruh dalam perkembangan diri dan konsep diri. Pola asuh yang demokratis membuat individu memiliki kepribadian yang sehat dan cenderung mampu menghargai dirinya sendiri sehingga, memiliki kontrol diri yang baik.

j. Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self Concept*)

Individu yang memiliki konsep diri akan mampu memahami dirinya dalam setiap waktu. Jika konsep diri individu bagus maka dia mampu menerima dirinya, sebaliknya jika konsep diri individu rendah maka individu akan melakukan penolakan diri. Individu yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, kadang menyukai dirinya dan kadang tidak menyukai dirinya, maka ia akan sulit menunjukkan siapa dirinya yang sebenarnya kepada orang lain, karena individu sendiri memiliki ambivalensi terhadap dirinya.¹³

Sedangkan menurut Ridha faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah individu yang memiliki *Body Image* yang stabil sehingga mampu memahami diri sendiri dan memiliki keyakinan diri yang baik disertai rasa aman untuk mengembangkan diri. Hal ini mendorong individu untuk menentukan harapan yang realistis dan puas dengan diri sendiri. Penerimaan diri yang positif juga dapat dipengaruhi dengan keberhasilan yang pernah dialami, memperhatikan pandangan orang lain tentang dirinya, pengidentifikasian diri dengan orang yang baik dalam

¹³Ibid, h. 14-17

penyesuaian diri, dan diberikan kesempatan serta dihargai oleh lingkungan.¹⁴

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu terdapat dua faktor. Faktor pertama berasal dari dalam dirinya. Contohnya individu yang memiliki wawasan yang luas, pemahaman yang bagus terhadap dirinya, dan memiliki harapan yang tinggi terhadap hidupnya pasti memiliki sifat penerimaan diri dalam dirinya. Faktor kedua yaitu berasal dari lingkungan sekitar. Individu yang dapat berintraksi baik dengan lingkungan sekitar, serta memiliki pola asuh yang baik juga memiliki sifat penerimaan diri yang baik di dalam hidupnya.

3. Karakteristik Penerimaan Diri

Menurut Jersild karakteristik individu yang memiliki penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri.
- b. Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain.
- c. Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional.
- d. Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan.
- e. Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri.¹⁵

Menurut Berger & Philips penerimaan diri memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Mempunyai keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan, sehingga yakin dan dapat melakukan sesuatu yang bermanfaat dan optimis.
- b. Sikap dan perilakunya lebih berdasarkan nilai-nilai dan standar yang ada pada dirinya dari pada didasari oleh tekanan-tekanan dari luar dirinya.

¹⁴Muhammad Ridha, *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta*, Empathy Vol. I No.1 Desember 2012, h. 114-115

¹⁵*Ibid*, h. 271

- c. Menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain. Individu memandang dirinya secara positif yang ditandai dengan mencintai diri sendiri dan tidak membandingkan dengan orang lain.
- d. Berani bertanggung jawab terhadap perilakunya. Individu berani memikul resiko terhadap perilakunya sehingga mampu mengatasi masalah tanpa menyalahkan orang lain.
- e. Menerima pujian dan celaan secara objektif.
- f. Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimiliki atau pun mengingkari kelebihanannya.
- g. Tidak merasa ditolak orang lain, tidak pemalu, serta menganggap dirinya berbeda dari orang lain.¹⁶

Jadi, individu yang memiliki penerimaan diri akan memiliki harapan yang realistis (nilai-nilai standar), penilaian yang realistis (nilai-nilai standar), pendirian diri yang kuat, harga diri, menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, memiliki keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan, menerima pujian dan celaan secara objektif, berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, tidak merasa ditolak, tidak pemalu, dan menganggap dirinya berbeda dengan orang lain.

B. Body Image

1. Pengertian *Body Image*

Menurut Thompson *body image* adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh seseorang, berat ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah kepada penampilan fisik. Evaluasi dibagi menjadi tiga komponen yaitu persepsi, yang secara umum mengarah kepada keakuratan dalam mempersepsikan ukuran (perkiraan ukuran tubuh), komponen subyektif yang mengarah pada kepuasan, perhatian, evaluasi kognitif dan kecemasan serta komponen perilaku, yang memfokuskan kepada penghindaran individu terhadap situasi yang mengakibatkan ketidaknyamanan terhadap penampilan fisik. Seperti yang diungkapkan oleh Chas (bahwa evaluasi

¹⁶*Ibid*, h. 272

penampilan (*appearance evaluation*) dan orientasi penampilan (*appearance orientation*) menjadi komponen penting dalam evaluasi diri (*self evaluation*).¹⁷

Menurut Schlundt dan Jhonson mengatakan bahwa *body image* merupakan gambaran mental yang tertuju kepada perasaan yang dialami tentang bentuk tubuh yang berupa penilaian positif dan penilaian negatif. Basow menjelaskan bahwa *body image* merupakan bagaimana kita menerima dan juga merasakan tentang tubuh kita. Penilaian mengenai penampilan fisik disebut sebagai *body image*. Menurut Cash & Pruzinsky *body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Berscheid menyatakan bahwa remaja yang memiliki persepsi positif terhadap gambaran tubuh lebih mampu menghargai dirinya. Individu tersebut cenderung menilai dirinya sebagai orang dengan kepribadian cerdas, asertif, dan menyenangkan. Dacey dan Kenny mengemukakan bahwa persepsi negatif remaja terhadap gambaran tubuh akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan remaja lain.¹⁸

2. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Thompson mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah:

- a. Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus
Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginkannya.
- b. Budaya
Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.
- c. Siklus hidup
Pada dasar individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masalah.

¹⁷Catur Baimi Setyaningsih, 2013, op.cit, h. 25

¹⁸Kinanti Indika, 2010, *Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja Yang Obesitas*, Fakultas Psikologi: Universitas Sumatera Utara, h. 32

d. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh di dalamnya.

e. Konsep diri

Gambaran individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

f. Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh.

g. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.¹⁹

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa faktor-faktor perkembangan *body image* sangat dipengaruhi oleh jenis kelamin, media massa, hubungan interpersonal, pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, budaya, siklus hidup, sosialisasi, konsep diri, peran gender, dan pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu.

3. Aspek-Aspek *Body Image*

Menurut riskha dkk, kepuasan dan ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh dapat diukur dengan aspek-aspek pada *body image*. Aspek-aspek dalam *body image*, terdiri dari:

a. Evaluasi penampilan (*Appearance evaluation*)

Penilaian individu terhadap bentuk tubuh dan penampilannya, apakah menarik atau tidak menarik, memuaskan atau belum memuaskan terhadap penampilan keseluruhan tubuhnya.

b. Orientasi penampilan (*Appearance orientation*)

Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilannya.

¹⁹Tasnim, *Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri SMA Swasta Harapan 1 Medan*, Fakultas Psikologi: Universitas Medan Area Medan 2019, h. 136

- c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body area satisfaction*)
Kepuasan individu terhadap area tubuh tertentu, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.
- d. Kecemasan menjadi gemuk (*Overweight preoccupation*)
Menggambarkan kecemasan individu terhadap kegemukan, serta kewaspadaan terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.
- e. Pengkategorian ukuran tubuh (*Self Classified Weight*)
Penilaian individu terhadap berat badan, apakah dalam kategori kurus atau gemuk.²⁰

Thompson menjelaskan aspek-aspek dalam body image, yaitu:

- a. Persepsi terhadap bagian-bagian tubuh
Tentang apa yang dipikirkan oleh individu mengenai keadaan tubuhnya dan merupakan ketepatan individu dalam mempersepsi atau memperkirakan ukuran tubuhnya.
- b. Penampilan secara keseluruhan
Tentang individu menyikapi bagaimana keadaan tubuhnya yang berkaitan dengan kepuasan atau ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya.
- c. Perbandingan dengan orang lain
Tentang cara individu bagaimana membandingkan dirinya dengan orang lain, pada situasi ini dapat menyebabkan individu mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penampilan fisik.
- d. Sosial budaya
Masyarakat akan menilai apa yang baik dan tidak baik dalam hal citra tubuh atau *body image*. Tren yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap *body image* individu. Tren tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya.²¹

²⁰ Ibid, h.138

²¹ Ibid, h.140

C. Tugas Pokok Guru Bimbingan dan Konseling

Menurut Camicall dan Calvin kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah pengumpulan data siswa, layanan informasi konseling, penempatan dan layanan tindak lanjut. Menurut Abu Bakar M. luddin mengemukakan bahwa tugas konselor sekolah yaitu: ²²

1. Memberikan siswa kesempatan untuk berbicara tentang masalah-masalah
2. Melakukan konseling dengan keputusan yang optimal
3. Melakukan konseling dengan siswa yang mengalami kegagalan akademis
4. Melakukan konseling dengan siswa dalam mengevaluasi kemampuan pribadi dan keterbatasan
5. Melakukan konseling dengan siswa tentang kesulitan belajar

Mulyasa mengatakan bahwa guru pembimbing sebagai pendidik bertanggung jawab untuk mewariskan nilai-nilai dan norma-norma kepada generasi berikutnya sehingga terjadi proses konservasi nilai, karena melalui proses pendidikan diusakan terciptanya nilai-nilai baru. ²³

Tugas guru BK secara umum ada dua yaitu memberikan layanan BK dan mengasuh siswa. ²⁴ Dalam melaksanakan layanan berpedoman kepada BK pola tujuh belas plus yang disempurnakan terdiri dari delapan bidang bimbingan, sepuluh jenis layanan dan enam kegiatan pendukung.

Mengasuh dengan keputusan menteri pendidikan dan kebudayaan dan Kepala Badan Administrasi Kepegawaian Negara nomor: 0433/P/1993 dan Nomor: 25 tahun 1993, diharapkan kepada setiap sekolah adalah melaksanakan bimbingan konselor untuk 150 Orang siswa. ²⁵

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk siswa baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara

²²Abu Bakar M. luddin 2010, *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*, Bandung: Citapustaka Media Perintis, h. 47

²³Mulyasa, 2017, *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*, Bandung: Remaja Rosada Karya, h. 18

²⁴Abu Bakar M. luddin, 2010, *op.cit*, h. 52

²⁵Prayitno, dkk, 2017, *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi, h. 46

optimal, dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar dan perencanaan karier melalui berbagai bentuk layanan dan kegiatan pendukung.²⁶

Oleh karena itu kekhususan untuk tugas dan tanggung jawab guru pembimbing atau konselor sebagai suatu profesi yang berbeda dengan bentuk tugas sebagai guru mata pelajaran, maka beban tugas atau penghargaan jam kerja guru pembimbing atau konselor ditetapkan 36 jam/ minggu, beban tugas tersebut meliputi:

1. Kegiatan menyusun program pelayanan dalam semua bidang dan jenis-jenis layanan, kegiatan pendukung yang dihargai sebanyak 12 jam
2. Kegiatan melakukan pelayanan dalam bidang bimbingan pribadi, sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karir serta semua jenis layanan termasuk kegiatan yang dihargai sebanyak 18 jam
3. Kegiatan evaluasi pelaksanaan pelayanan dalam bimbingan pribadi, sosial, bimbingan belajar serta bimbingan karir semua jenis layanan dan kegiatan pendukung dihargai 6 jam
4. Guru pembimbing membimbing 150 orang dihargai 18 jam, selebihnya dihargai sebagai bonus dengan ketentuan sebagai berikut:
 - a. 10-15 siswa = 2 jam
 - b. 16-30 siswa = 4 jam
 - c. 31-45 siswa = 6 jam
 - d. 76 atau lebih =12 jam²⁷

Ada beberapa bentuk layanan bimbingan dan konseling yaitu:

1. Layanan Orientasi

Layanan orientasi adalah layanan bimbingan yang dilakukan untuk memperkenalkan siswa baru dan atau seseorang terhadap lingkungan yang baru dimasukinya. Pemberian layanan ini bertolak dari anggapan bahwa memasuki lingkungan baru bukan lah hal yang selalu dapat berlangsung dengan mudah dan menyenangkan bagi setiap orang.

2. Layanan Informasi

Secara umum, bersama dengan layanan orientasi bermaksud memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang

²⁶Fenti Hikmawati, 2012, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, h. 1.

²⁷Abu Bakar M. Luddin, 2010, *op.cit*, h. 52-53

dikehendaki. Ada tiga alasan utama pemberian layanan informasi diperlukan diselenggarakan.

Pertama membekali individu dengan berbagai pengetahuan tentang lingkungan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi berkenaan dengan lingkungan sekitar, pendidikan, jabatan, maupun sosial budaya, *kedua* memungkinkan individu dapat menentukan arah hidupnya, kemana individu tersebut ingin pergi syarat dasar untuk menentukan arah hidup adalah apabila individu tersebut mengetahui apa (informasi) yang dilakukan serta bagaimana bertindak secara kreatif dan dinamis berdasarkan dasar informasi-informasi yang diberikan individu. *Ketiga* setiap individu adalah unik. Keunikan itu akan membawakan pola pengambilan keputusan dan bertindak yang berbeda-beda disesuaikan dengan aspek-aspek kepribadian masing-masing individu.²⁸

3. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan adalah usaha membantu siswa merencanakan masa depannya selama masih di sekolah dan madrasah dan sesudah tamat dan memilih program lanjut sebagai persiapan untuk kelak memangku jabatan tertentu perkembangan sering dihadapkan pada kondisi yang disatu sisi serasi.

Individu dalam proses perkembangan sering didapatkan sering dihadapkan dengan kondisi yang disatu sisi serasi atau kondusif mendukung perkembangan dan disisi lain kurang serasi atau kurang mendukung.

4. Layanan Penguasaan Konten

Menurut Prayitno menyebutkan dalam Tohirin layanan penguasaan konten merupakan suatu layanan bantuan kepada individu (siswa) baik sendiri maupun dalam kelompok untuk menguasai kemampuan tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari merupakan satu unit konten yang di dalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai prespektif, afeksi, sikap dan tindakan. Dengan penguasaan konten, individu (siswa) diharapkan mampu memenuhi kebutuhan serta mengatasi masalah-masalah yang dialaminya.²⁹

5. Layanan Konseling Perorangan

Konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang guru BK/konselor terhadap seorang siswa dalam

²⁸Prayitno dan Erman Amti, 2004, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, h. 255 dan 259

²⁹Abu Bakar M. Luddin, 2010, op.cit, h. 148 dan 152

rangka pengentasan masalah pribadi siswa. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara siswa dan guru BK/konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dihadapi siswa.

Dalam layanan konseling perorangan memberikan ruang dan suasana yang mungkin siswa membuka diri secara transparan. Dalam suasana seperti itu, ibarat siswa sedang berkaca. Melalui “kaca” itu siswa memahami kondisi diri sendiri (dan lingkungannya) dan permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan yang dimiliki serta kemungkinan upaya mengatasi masalahnya itu.

6. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan konseling dapat diselenggarakan baik secara perorangan maupun kelompok. Secara perorangan layanan konseling dilaksanakan melalui konseling perorangan atau layanan konsultasi sedangkan secara kelompok atau konseling kelompok dan bimbingan kelompok. Kedua layanan kelompok mengikuti sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pimpinan kelompok.

BKP (bimbingan kelompok) dan KKP (konseling kelompok) mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. “Dalam bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok sedangkan dalam konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.”³⁰

7. Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok, layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan konseling kelompok fungsi pengentasan. Layanan pendukung aplikasi instrumentasi data, konferensi kasus kunjungan rumah dan ahli tangan kasus.

8. Layanan Konsultasi

³⁰Prayitno, 2017, *Konseling Professional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*, Jakarta: PT Gaja Grafindo Persada, h. 107 dan 133

Layanan konsultasi memungkinkan siswa memperoleh pemahaman dan cara-cara yang perlu dilaksanakan menangani kondisi atau permasalahan pihak ketiga pada dasarnya dilaksanakan secara perorangan dalam muka antara guru BK/konselor dengan siswa. Siswa juga dapat terhadap dua orang atau lebih jika siswa mengkehendaknya.

9. Layanan Mediasi

Layanan mediasi memungkinkan siswa mencapai kondisi yang positif dan kondusif di antara para siswa yaitu pihak-pihak berselisih. Kondisi awal yang negatif dan ekpositif diantara belah pihak diarahkan dan dibina oleh konselor sedemikian sehingga berubah menjadi kondisi yang diinginkan bersama. Mediasi pada dasarnya dilaksanakan mengantarai atau menghubungkan kedua pihak atau lebih yang semula berpihak atau lebih yang semula berpisah, baik perorangan maupun kelompok secara tatap muka antara konselor dan klien.³¹

10. Layanan Advokasi

Layanan ini ditujukan untuk memberikan pembelaan terhadap siswa yang sebenarnya tidak terlibat atau tidak bersalah sehingga hak-haknya dapat diwujudkan secara adil. Dengan demikian dalam bimbingan dan konseling seluruh persoalan dalam kehidupan siswa, baik di dalam keluarga, sekolah maupun dalam interaksi sosial di tengah-tengah masyarakat ditemukan bimbingan dan konselinya melalui layanan yang dilaksanakan guru bimbingan dan konseling.

Selanjutnya bentuk-bentuk kegiatan pendukung dalam bimbingan dan konseling itu secara umum kegiatan pendukung dalam bimbingan dan konseling adalah :

1. Aplikasi Instrumentasi

Aplikasi instrumentasi bimbingan dan konseling yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk mengumpulkan data dan keterangan tentang siswa (klien), keterangan tentang lingkungan siswa (klien), dan “lingkungan yang lebih luas” pengumpulan data ini dapat dilaksanakan berbagai instrumen tes maupun non tes. Aplikasi instrumentasi bimbingan dan konseling bermaksud mengumpulkan data dan keterangan tentang siswa baik secara individual dan kelompok, keterangan dengan lingkungan siswa, dan lingkungan

³¹Abu Bakar M.luddin, 2010, op.cit, h. 67-69.

lebih luas (termasuk di dalamnya informasi pendidikan dan jabatan). Pengumpulan data dan keterangan ini dapat dilakukan dengan berbagai instrumen baik tes dan non tes.³²

2. Himpunan Data

Penyelenggaraan himpunan data yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk menghimpun seluruh data keterangan yang relevan dengan keperluan pengembangan siswa. Himpunan data perlu diselenggarakan secara berkelanjutan, sistematis, komprehensif, terpadu dan sifatnya tertutup. Penyelenggaraan himpunan data bermaksud menghimpun seluruh data keterangan relevan dengan keperluan perkembangan siswa dalam berbagai aspek.

3. Konferensi Kasus

Konferensi kasus yaitu kegiatan pendukung bimbingan dan konseling untuk membahas permasalahan yang dialami oleh siswa yang diharapkan dapat memberikan bahan keterangan kemudahan dan komitmen bagi tertuntaskannya permasalahan tersebut. Pertemuan dalam rangka konferensi kasus bersifat terbatas dan tertutup dalam konferensi kasus secara spesifik dibahas permasalahan yang dialami siswa tertentu dalam suatu forum.³³

4. Kunjungan Rumah

Kunjungan rumah bermaksud upaya mendeteksi kondisi keluarga dalam kaitan dengan permasalahan individu siswa yang menjadi tanggung jawab pembimbing atau konselor dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Kunjungan rumah dilakukan apabila data siswa untuk kepentingan pelayanan bimbingan dan konseling belum atau tidak diperoleh melalui wawancara dan angket, kunjungan rumah dilakukan dalam rangka mengumpulkan data atau melengkapi data siswa yang terkait dengan keluarga.

5. Alih Tangan Kasus

Bagaimanapun guru bimbingan dan konseling adalah manusia yang biasa yang selain memiliki kelebihan memiliki kelemahan. Tidak semua masalah siswa berbeda dalam pengetahuan guru BK untuk memecahkan masalahnya. Demikian juga tidak semua kasus atau masalah siswa berbeda dalam kewenangan guru BK

³²Dewa Ketut Sukardi dkk, 2018, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta h. 79

³³*Ibid*, h. 80-81

untuk pemecahannya secara keilmuan maupun profesi. Adakalanya kasus-kasus tertentu dalam kewenangan keilmuan psikologi dan penanganannya merupakan kewenangan psikologi dan psikiater.³⁴

6. Tampilan Kepustakaan

Kegiatan pendukung ini diarahkan pada bagaimana anak dibimbing untuk dapat memanfaatkan sarana dan sumber belajar yang ada di perpustakaan dengan baik, sehingga kegiatan belajarnya dapat berlangsung secara optimal.

Dengan demikian kegiatan pendukung dalam bimbingan dan konseling sepenuhnya diarahkan untuk membantu agar layanan yang diberikan dapat berjalan secara efektif dalam membina dan mengembangkan potensi siswa.

Dari beberapa layanan dan kegiatan pendukung yang tersebut sangat penting untuk dilakukan karena dengan menjelaskan layanan dan kegiatan pendukung tersebut seorang guru bimbingan konseling mampu memahami kebutuhan siswa, mengenal siswa lebih dekat, serta membantu guru mata pelajaran dapat mengetahui setiap kelebihan dan kekurangan masing-masing siswa.

Menurut pendapat di atas, maka peneliti dapat memahami bahwa fungsi bimbingan konseling itu pada intinya memiliki tujuan yang sama yaitu membantu perkembangan diri individu secara optimal dan dinamis baik tentang dirinya, karir, dan hubungan sosial. Dalam Islam fungsi bimbingan konseling adalah mencegah perbuatan manusia dari yang tidak baik menjadi baik dalam istilah dikenal dengan *amar ma'ruf nahi mungkar*. Hal ini dijelaskan oleh Allah SWT. dalam surat Ali Imran ayat 110 yang berbunyi:

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آمَنَ أَهْلُ
الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ

Artinya: Kamu adalah umat terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah. Sekira ahli kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka diantara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik.³⁵

³⁴Prayitno dan Erman Amti, 2004, op.cit, h. 325

³⁵Departemen Agama RI, 2012, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: Yayasan Penyelenggara dan Penterjemah Al-Qur'an, h. 94

Sejalan dengan itu Rasullullah Muhammad SAW. bersabda:

قَالَ كَيْفَ إِصَاعَتُهَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ إِذَا أُسْنِدَ الْأَمْرُ إِلَى غَيْرِ أَهْلِهِ فَانْتَظِرِ السَّاعَةَ

Artinya: Rasullullah Shallahu ‘alaihi wassalam bersabda:” Jika amanat telah disia-siakan, tunggu saja kehancurannya terjadi.” Ada seorang sahabat bertanya; bagaimana maksud amanat disia-siakan? Nabi menjawab; “ Jika urusan diserahkan bukan kepada ahlinya, maka tunggulah kehancuran itu.³⁶

Berdasarkan ayat dan Hadits di atas, maka jelaslah *amar ma'ruf nahi mingkar* merupakan tugas utama guru bimbingan konseling dan tujuan utama adalah untuk menjadikan siswa memenuhi KES (kehidupan efektif sehari-hari).

D. Penelitian Relevan

1. Siti Maryam dan Ifdil, Universitas Negeri Padang, 2019, dengan judul Hubungan *Body Image* Dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Jurusan BK FIP UNP dengan judul hubungan *body image* dengan penerimaan diri mahasiswa putri, maka hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa (a) Kondisi penerimaan diri mahasiswa putri Jurusan BK FIP UNP pada umumnya berada pada kategori rendah. Hal demikian berarti bahwa penerimaan diri mahasiswa putri tergolong rendah, (b) Kondisi *body image* mahasiswa putri Jurusan BK FIP UNP pada umumnya berada pada kategori negatif. Hal demikian berarti bahwa *body image* mahasiswa putri tergolong negatif, (c) Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri mahasiswa putri Jurusan BK FIP UNP dimana semakin positif *body image* mahasiswa putri, maka semakin tinggi penerimaan dirinya. Sebaliknya, semakin negatif *body image* mahasiswa putri, maka semakin rendah penerimaan dirinya.
2. Kristina L Silalahi dan Nunik Patriona, UNPRI, 2018 Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *body image* dengan *self-acceptance* (penerimaan diri) pada pasien ulkus diabetikum di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan Tahun 2016 dengan responden 16 orang. maka diperoleh suatu

³⁶ Salim Bahresy, 2011, *Terjemahan Riadusshalihin*, Surabaya: Bina Ilmu, h. 214

kesimpulan ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self-acceptance* (penerimaan diri) pada pasien ulkus diabetikum di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan Tahun 2016.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Metode Penelitian

Jenis dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggunakan pendekatan deskriptif dengan menempatkan peneliti sebagai instrumen utama dan penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisa fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok.

Metode penelitian kualitatif sangat diperlukan pendekatan penelitian yang sifatnya empiris. Oleh sebab itu peneliti dalam proposal skripsi ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Bogdan dan Taylor berpendapat bahwa penelitian kualitatif merupakan sebuah prosedur penelitian yang akan menghasilkan data, berupa data deskriptif yaitu data yang terdapat kata-kata tertulis atau lisan dari orang atau individu dan kelompok terhadap sebuah perilaku yang sedang diamati.³⁷

Ada beberapa alasan yang menjadi dasar peneliti menggunakan penelitian kualitatif: pertama, penelitian kualitatif akan lebih mudah dalam menyesuaikan saat ditemukan data yang bersifat berdimensi ganda. Kedua, dalam penelitian kualitatif peneliti akan lebih mudah menjalin hubungan antara peneliti dan penelitian. Ketiga, peneliti akan lebih memiliki kepekaan dan daya penyesuaian diri permasalahan yang dihadapi.³⁸

Sedangkan alasan menggunakan pendekatan deskriptif, karena dalam penelitian ini tidak menguji hipotesis, tetapi lebih kepada menggambarkan keadaan atau peristiwa yang sedang diteliti, serta lebih kepada menggambarkan fakta-fakta, kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat.³⁹

Proses penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data berulang ulang ke lokasi penelitian dengan membuat catatan data dan informasi yang didengar dan dilihat selanjutnya data tersebut dianalisis. Data dan informasi yang

³⁷Lexy Moleong, 2017, *Metode penelitian kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, h. 4

³⁸Suharsimi Arikunto, 2002, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT Rineka Cipta, h. 309

³⁹Margono, 2006, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT Rineka Cipta, h. 41

dikumpulkan, dikelompokkan, dan dianalisis kemudian ditemukan makna dari penerimaan diri terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

Menurut pendapat Moleong penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat dilihat. Artinya dalam penelitian ini menjelaskan bahwa apa yang ditemukan di sekolah/lokasi penelitian digunakan sebagai hasil penelitian yang telah dilakukan.⁴⁰

Penelitian kualitatif menghasilkan deskripsi atau uraian berupa kata-kata tertulis dari perilaku para aktor yang diamati dari situasi sosial. Selanjutnya tujuan penelitian kualitatif untuk membentuk pemahaman-pemahaman yang rasional. Aktifitas internal yang dilakukan dalam penelitian ini diantaranya adalah mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi dengan mereka, berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya.

Dalam hal ini penelitian mengumpulkan berbagai data dan informasi melalui observasi terhadap fenomena serta makna yang melatarbelakanginya. Data observasi dan wawancara akan dipaparkan sesuai dengan apa yang dimaksud oleh informan, alasan-alasan yang menjadi dasar melakukan sesuatu kemudian diinterpretasi berdasarkan maksud dan alasan pelakunya.

B. Subjek Penelitian

Subjek yang diteliti dalam penelitian kualitatif disebut informan untuk menggali informasi yang dibutuhkan peneliti. Spradley dalam Salim dan Syahrums menyatakan bahwa informan yang dipilih haruslah seseorang yang benar-benar memahami situasi yang ingin diteliti untuk memberikan Informasi kepada peneliti. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah beberapa informan yang terlibat dalam judul penelitian di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

Informan dalam penelitian kualitatif sengaja dipilih atau ditetapkan. Hal ini didasarkan pada anggapan informan dimaksudkan mampu dan berwenang memberikan informasi-informasi yang lengkap dan terpercaya mengenai elemen-elemen yang ada.

⁴⁰Lexy Moleong, op.cit, h. 5

Sebagai informasi data penelitian ini, peneliti mengambil beberapa sumber informan data dari :

1. Siswa sebagai subjek utama dalam penelitian di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
2. Guru BK sebagai penyelenggara bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
3. Wali kelas sebagai pembimbingan siswa belajar di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

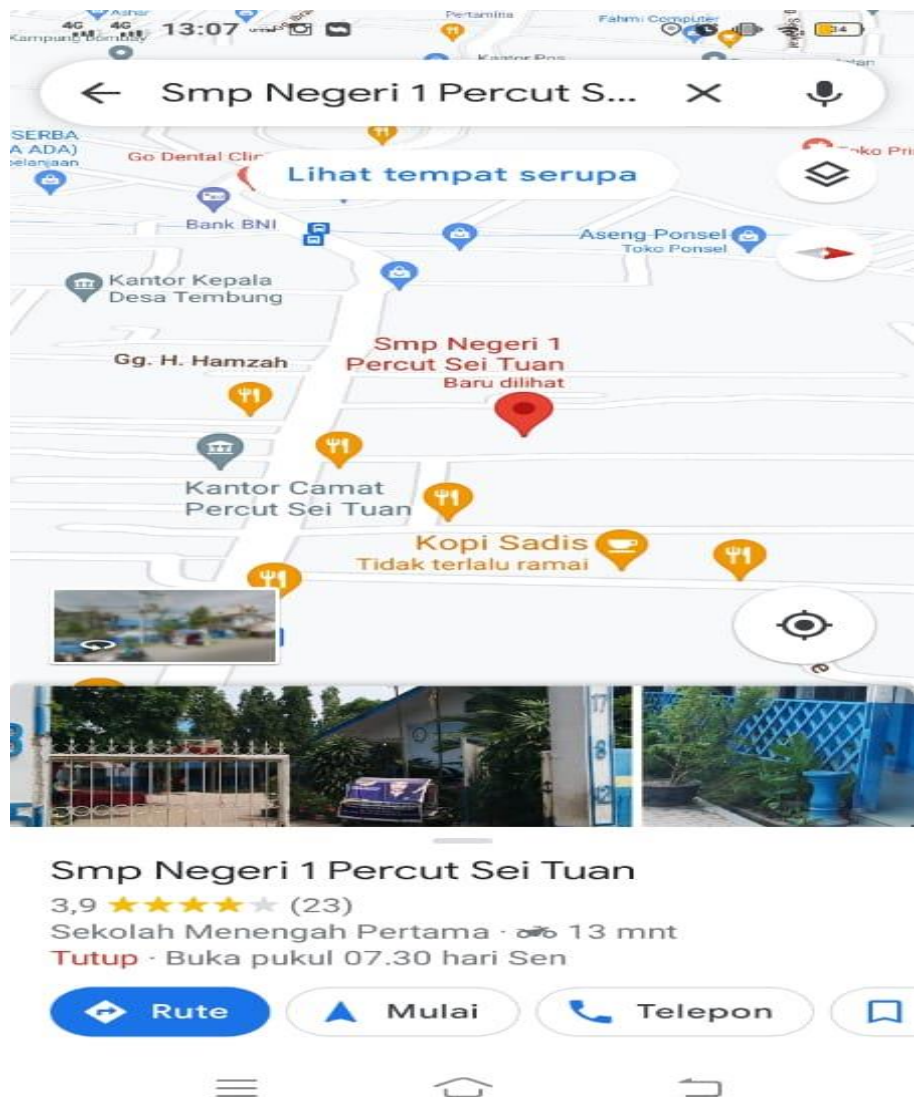
C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian merupakan objek dan sumber data dari lokasi yang diteliti sehingga informasi yang diperoleh bisa memberikan data yang akurat dalam penelitian. Adapun yang menjadi lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan yang berada di Utara Medan yang beralamatkan di Jl. Besar Tembung, Bandar Khalipah, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20371.

Dilihat dari kondisi geografisnya SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan berada di tengah-tengah Kawasan jalan besar Tembung berdekatan dengan kantor camat Percut Sei Tuan, dan kantor kepala desa Tembung. Peneliti memilih sekolah ini karena pembimbing skripsi peneliti menyarankan agar melakukan penelitian di sekolah tersebut dan peneliti telah mendapatkan izin dari kepala sekolah/madrasah untuk melaksanakan penelitian yang berkenaan dengan penerimaan diri siswa terhadap *body image* (citra tubuh) siswa yang ada di sekolah tersebut.

Gambar 3.1
Lokasi Penelitian



2. Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan berlangsung selama 6 (enam) bulan. Dengan rincian penggunaan waktu sebagai berikut : a) menyiapkan rancangan dan instrumen penelitian, b) melakukan pengumpulan data, dan c) melakukan pengelolaan data dan menyusun laporan penelitian.

Tabel 3.1
Waktu Penelitian

No.	Jenis Kegiatan	Bulan/Minggu																											
		Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Persiapan kelengkapan		■	■	■																								
2.	Observasi awal kesekolah					■	■	■																					
3.	Menyusun proposal									■	■	■	■	■															
	Melakukan kepenelitian kesekolah															■	■	■	■										
5.	Mengelola hasil data																			■	■								
6.	Menganalisis data																					■	■						
7.	Menyusun hasil penelitian																							■	■				
8.	Menentukan hasil penelitian																									■	■		

D. Sumber Data Penelitian

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder.

1. Sumber data primer adalah data yang diperoleh dari sumber data pertama melalui prosedur dan teknik pengambilan data berupa *interview* dan observasi. Dalam penelitian kualitatif, jumlah sumber data atau responden tidak ditentukan sebelumnya, sebab apabila telah diperoleh informasi yang maksimal maka tujuan menelaah sudah dipenuhi. Oleh karena itu konsep

sampel dalam penelitian kualitatif adalah berkaitan dengan bagaimana memilih responden dan situasi sosial tertentu dapat memberikan informasi secara faktual dan akurat mengenai fokus penelitian. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan. Sumber data primer penelitian ini meliputi:

- a. Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
 - b. Guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
 - c. Wali kelas SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
2. Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari sumber yang tidak langsung, diambil dari data dokumentasi dan arsip-arsip penting. Data yang telah dikumpulkan untuk maksud selain menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Data ini dapat ditemukan dengan cepat. Adapun data sekunder dalam penelitian ini adalah dokumen-dokumen tentang masalah-masalah *body image* (citra tubuh) yang di alami oleh siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.⁴¹

E. Instrumen Pengumpulan Data

Guna untuk mendapatkan dan melengkapi data-data yang mendukung penelitian ini, peneliti akan menggunakan instrumen sebagai alat bantu dalam bentuk pedoman wawancara (*interview*), lembar pengamatan (*observasi*) dan dokumentasi.

Interview atau wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan, dan yang diwawancarai yang memberikan jawaban atas pernyataan untuk melakukan *interview*, ada beberapa faktor yang mempengaruhi dan saling terkait antara satu dengan yang lain. Wawancara membutuhkan waktu yang lebih lama, hanya saja respon tidak terlihat (mimik muka, gerakan tubuh dan situasi wawancara) dari mereka-mereka yang diwawancarai dapat terlihat dengan mudah.⁴²

⁴¹Sugiyono, 2010, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: CV. Alfabeta, h. 137

⁴²Syahrum dan Salim, 2012, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Cita Pustaka Media, h. 141

Melalui wawancara peneliti berusaha memperoleh informasi secara langsung dan bertatap muka dengan responden. Dengan wawancara tatap muka peneliti dapat mengamati sikap responden dalam menerima peneliti, berdasarkan sikap responden tersebut peneliti mengatur strategi untuk menciptakan suasana yang akrab setelah suasana kedekatan muncul barulah peneliti menggali data yang dibutuhkan secara mendalam. Dengan demikian, peneliti melakukan wawancara langsung kepada subjek penelitian yaitu siswa, guru BK dan wali kelas.

Adapun teknis yang digunakan peneliti dalam melakukan wawancara adalah dengan mengkombinasikan wawancara terstruktur dan non terstruktur. Wawancara terstruktur yang peneliti maksudkan adalah sebelum terjun ke sekolah peneliti sudah menyiapkan bahan wawancara atau pedoman wawancara yang sudah jelas ditujukan kepada subjek wawancara dan begitu pula sebaliknya, sedangkan wawancara non terstruktur adalah wawancara yang secara spontanitas tanpa adanya pedoman wawancara.

Observasi atau pengamatan, digunakan dalam penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengamati secara langsung dinamika atau fenomena subjek dan objek penelitian. Pengamatan ini dilakukan secara sengaja dan terencana serta memuat tujuan-tujuan tertentu sehingga peneliti membuat daftar atau lembar observasi yang dapat digunakan untuk memberikan penilaian terhadap unit analisis. Daftar observasi juga dapat digunakan untuk mengambil data sekunder, dimana penelitian ini dilakukan terhadap dokumen-dokumen, *medical record*, atau sejenisnya.⁴³

Dokumentasi berasal dari bahasa dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Metode dokumentasi berarti cara mengumpulkan data dengan mencatat data-data yang sudah ada. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data dalam bentuk catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat, agenda dan lain sebagainya. Untuk memudahkan dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan alat bantu seperti: kamera, buku catatan maupun lembar-lembar catatan alat-alat tersebut digunakan untuk merekam data penelitian.

⁴³Jemmy Rumengan, 2013, *Metodologi Penelitian*, Bandung: Ciptapustaka Media Perintis, h. 66-67

F. Instrumen Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

1. Observasi, merupakan kegiatan yang dilakukan peneliti untuk melakukan pengamatan langsung secara sistematis apa yang dilihat dan didengar. Observasi dalam penelitian ini dilakukan secara langsung kepada siswa, guru BK, dan wali kelas di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.
2. Wawancara, dilakukan terhadap responden sebagai sumber data dan informasi dengan tujuan penggalian informasi tentang fokus penelitian. Wawancara dilakukan untuk mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan dan kepedulian. Adapun informasi yang peneliti hendak himpun dengan wawancara guna untuk mengetahui tentang penerimaan diri siswa terhadap *body image*.
3. Dokumentasi, dalam penelitian kualitatif dokumen dan foto diperlukan sehubungan dengan *setting* tertentu yang digunakan untuk menganalisis data. Metode untuk mencari serta mengumpulkan berbagai terkait yang mendukung penelitian seperti data sekolah, data siswa, catatan khusus, buku tamu, data perkembangan siswa, hasil belajar siswa, data guru, buku-buku, catatan penting dan lainnya.⁴⁴

G. Teknik Analisis Data

Bogdan dan Biklen menjelaskan bahwa analisis data ialah proses mencari dan mengatur secara sistematis transkrip wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain yang telah dikumpulkan untuk menambah pemahaman sendiri mengenai bahan-bahan tersebut sehingga memungkinkan temuan tersebut dilaporkan kepada pihak lain. Dengan analisis data, maka data tersusun dengan baik dan teratur sehingga dapat diketahui makna dari temuan sesuai dengan fokus penelitian. Teknik analisis data penelitian ini berpedoman pada langkah-langkah yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Reduksi data, dalam penelitian ini yang dimaksud dengan reduksi data adalah suatu proses penyeleksian, penyederhanaan, pengabstrakan dan pemindahan data mentah kedalam bentuk yang lebih mudah dikelola.

⁴⁴ Ibid, h.71

2. Penyajian data, yaitu menampilkan informasi yang didapat melalui kegiatan reduksi dan merupakan proses pemberian sekumpulan informasi yang sudah disusun yang memungkinkan untuk penarikan kesimpulan. Kemudian informasi yang diperoleh baik melalui observasi maupun wawancara dihimpun dan diorganisasikan berdasarkan fokus masalah yang diteliti.
3. Menarik kesimpulan/verifikasi, yaitu langkah yang terakhir dilakukan dalam menganalisis data. Dalam kegiatan ini peneliti selalu memelihara sikap keterbukaan dan menghindari diri dari sikap *skeptis* agar kesimpulan yang akan diambil dapat lebih rinci, mendalam, dan jelas. Dengan bertambahnya data yang dikumpulkan secara sirkuler bersama reduksi dan penyajian, maka kesimpulan merupakan suatu konfigurasi yang utuh.⁴⁵

H. Penjaminan Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif faktor keabsahan data juga harus diperhatikan karena suatu penelitian tidak ada artinya jika tidak mendapatkan pengakuan atau kepercayaan. Untuk mendapatkan pengakuan terhadap hasil penelitian ini terletak pada keabsahan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian. Dalam menentukan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Menurut Lexy Moleong dalam bukunya bahwa teknik triangulasi merupakan suatu teknik yang digunakan untuk mengukur keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data dalam rangka kepastian pengecekan atau pembandingan terhadap data tersebut. Triangulasi dilakukan dalam rangka memperoleh data yang absah dan valid. Triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain (diluar dari data yang telah didapatkan) sebagai bahan pengecekan atau pembandingan terhadap data yang telah didapatkan sebelumnya.

Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah melalui pengecekan sumber lainnya. Maksudnya ialah membandingkan dan mengecek kembali derajat kepercayaan suatu informasi yang telah diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif.

Hal ini dapat dicapai dengan jalan:

⁴⁵Salim, 2018, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Citapustaka Media, h. 144-147

1. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara,
2. Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum, dengan apa yang dikatakannya secara pribadi,
3. Membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu,
4. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang yang berpendidikan rendah, menengah, tinggi, orang berada, dan orang pemerintahan,
5. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.⁴⁶

Triangulasi juga dilakukan untuk melakukan pengecekan ulang terhadap sumber data. Pengecekan ulang terhadap sumber data yang dilakukan dengan membandingkan antara hasil wawancara dengan hasil pengamatan, membandingkan apa yang dikatakan kepala sekolah, apa yang dikatakan guru BK dan pendidik dan tenaga kependidikan lain serta peserta didik. Jadi, triangulasi berarti cara terbaik untuk menghilangkan perbedaan-perbedaan konstruksi kenyataan yang ada dalam konteks suatu studi sewaktu mengumpulkan data tentang berbagai kejadian dan hubungan dari berbagai pandangan. Dengan menggunakan teknik ini akan memungkinkan diperolehnya hasil penelitian yang valid dan benar dari penelitian yang dilakukan. Hasil data yang diperoleh dituangkan dalam pembahasan penelitian setelah dikumpulkan semua data yang diperoleh dari sekolah.

⁴⁶Lexy Moleong, *op.cit*, h. 330-331

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL TEMUAN

A. Temuan Umum Penelitian

1. Sejarah Berdiri dan Perkembangan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, yang beralamat di Jalan Besar Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Pada mulanya, sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan hanya tempat belajar dan membaca bagi masyarakat yang kurang mampu, namun dengan seiring perkembangan lembaga-lembaga pendidikan dan kemajuan ilmu pengetahuan maka masyarakat membutuhkan suatu lembaga pendidikan yang formal.

Dengan didasari oleh keinginan masyarakat yang begitu besar terhadap lembaga pendidikan yang formal maka didirikanlah lembaga pendidikan lanjutan tingkat pertama yang diberi nama SMP Kenanga. Pada tahun 1966 sekolah ini berubah status dari sekolah swasta menjadi sekolah negeri, kemudian nama sekolah ini juga dirubah menjadi SMP N Tembung.

Namun dengan seiring menjamurnya lembaga pendidikan di Kabupaten Deli Serdang ini khususnya di Kecamatan Percut Sei Tuan maka Pemerintah merubah nama sekolah ini dari SMP N Tembung Menjadi SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Demikian disampaikan oleh Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, yakni ibu Dra. Risna Wahyuni, MA.⁴⁷

Selanjutnya Ibu Dra. Risna Wahyuni, MA menyebutkan bahwa pada mulanya jumlah lokal yang ada untuk kegiatan belajar mengajar adalah 3 ruang, kemudian dengan banyaknya jumlah siswa yang ingin belajar di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan maka pihak sekolah membangun beberapa lokal tambahan. Hingga sampai saat ini jumlah ruangan yang digunakan untuk proses belajar mengajar adalah sebanyak 27 ruang.

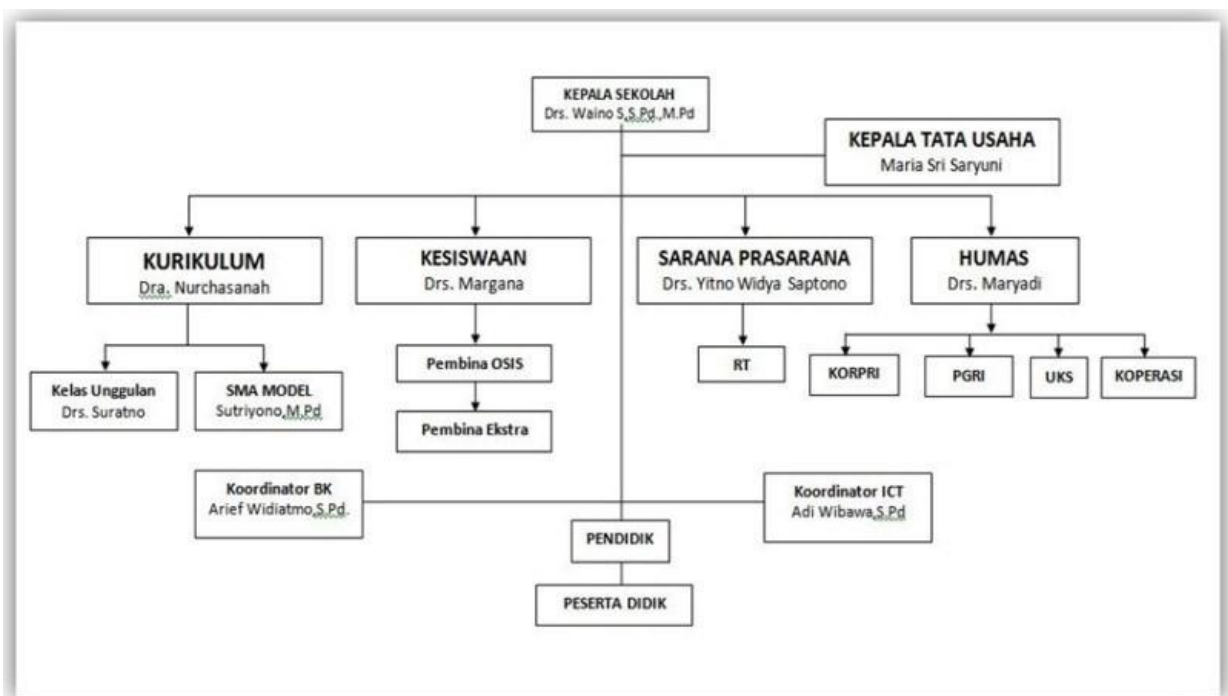
⁴⁷Wawancara dengan Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, Dra. Risna Wahyuni, MA di ruang kerja beliau, tanggal 21 Juni 2021

Dalam perkembangan selanjutnya, SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan telah beberapa kali berganti kepemimpinan Kepala Sekolah, yaitu:

- 1) Muhammad Zein Lubis, BA (1975-1981)
- 2) Muhammad Tholib Harahap, BA (1982-1986)
- 3) Mantahari Siregar, BA (1987-1991)
- 4) Dra. Umi Kalsum (1992-1995)
- 5) Abdul Jawad Batubara, BA (1996-2001)
- 6) Hj. Ardiwah Parinduri, S.Pd (2002-2016)
- 7) Dra. Risna Wahyuni, MA (2016- sekarang)⁴⁸

Sejak awal berdiri sampai saat sekarang ini, SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan telah menyusun struktur organisasi pengelolaan sekolah secara berkala, yang dimaksudkan untuk memudahkan pembagian kerja masing-masing pihak yang terlibat dalam pengelolaan sekolah. Pada tahun 2016/2017 struktur organisasi SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan⁴⁹ telah tersusun kembali.

Gambar 4.1
Stuktur Organisasi SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan



⁴⁸ Profil SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2021-2022

⁴⁹ Ibid

2. Visi, Misi dan Tujuan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Dalam kamus bahasa Indonesia kata visi mempunyai beberapa arti yaitu penglihatan atau pengamatan, apa yang tampak dalam khayalan, pandangan atau wawasan ke depan, kemampuan untuk melihat pada inti persoalan, kemampuan untuk merasakan sesuatu yang tidak tampak melalui kehalusan jiwa dan ketajaman penglihatan. Sedangkan misi adalah mendeklarasikan tentang apa yang harus dikerjakan oleh organisasi atau lembaga dalam mewujudkan visi.⁵⁰

Secara singkat dapat ditarik kesimpulan bahwa visi adalah rancangan atau tujuan yang dibuat oleh satu organisasi atau instansi dalam rangka mewujudkan tujuan didirikannya organisasi tersebut. Sedangkan misi adalah langkah-langkah yang harus ditempuh satu organisasi atau instansi yang mendukung dalam proses pencapaian tujuan dari organisasi tersebut.

Dalam perjalanan pendidikan yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini telah ditetapkan visi dan misinya sejak didirikan. Namun dengan berjalannya berbagai kebijakan dan berubahnya peraturan pemerintah serta penyesuaian terhadap program yang dilaksanakan maka visi dan misi di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini juga mengalami perubahan.

Tahun 2012 adalah awal daripada diterapkannya program adiwiyata atau program lingkungan hidup di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Maka pada tahun ini pihak sekolah membuat suatu visi dan misi yang berkaitan dengan adiwiyata, kemudian visi misi itu bertujuan untuk mewujudkan sekolah adiwiyata yang bersih dan sehat. Kemudian pada tahun 2016 dilakukan revisi terhadap visi dan misi yang sudah dibuat karena dipandang kurang relevan dengan perkembangan ilmu dan kebutuhan peserta didik. Berikut adalah visi dan misi serta tujuan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan yang telah direvisi.

a. Visi

“Unggul dalam Prestasi, Berwawasan IPTEK Berdasarkan IMTAQ, dan Berbasis Lingkungan Hidup”

⁵⁰ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/> diunduh pada hari Selasa 11 Juni 2019 pukul 19.30 WIB

b. Misi

1. Menumbuhkan pribadi bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
2. Menyelenggarakan pembelajaran yang efektif untuk mengoptimalkan potensi siswa berwawasan lingkungan.
3. Mengembangkan sikap aktif, kreatif, dan inovatif.
4. Menambah penghayatan terhadap ajaran agama yang berwawasan lingkup hidup.
5. Menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, dan rindang.
6. Peduli terhadap fungsi lingkungan.

c. Tujuan

1. Tumbuhnya pribadi bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
2. Terselenggaranya pembelajaran yang efektif untuk mengoptimalkan potensi siswa berwawasan lingkungan.
3. Berkembangnya sikap aktif, kreatif, dan inovatif
4. Tertanamnya penghayatan terhadap ajaran agama yang berwawasan lingkungan hidup.
5. Terciptanya lingkungan yang bersih, sehat dan rindang.
6. Terwujudnya kepedulian terhadap fungsi lingkungan.

Berdasarkan pemaparan visi, misi dan tujuan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat kita cermati bahwa orientasi pendidikan yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan berhaluan kepada pengembangan ilmu pengetahuan yang seluas-luasnya terhadap peserta didik dan menyertainya dengan iman dan taqwa yang ditanamkan ke dalam diri peserta didik.

Jika diperhatikan lebih lanjut lagi orientasi yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan tidak hanya pengembangan Imtaq saja, akan tetapi pihak sekolah berusaha untuk mengintegrasikan nilai-nilai adiwiyata ke dalam pembelajaran yang dituangkan ke dalam RPP.

Dari pemaparan visi, misi serta tujuan yang dibuat oleh SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini dapat kita lihat bahwa keseriusan pihak sekolah dalam usaha menanamkan nilai-nilai adiwiyata ke dalam diri siswa dan usaha untuk menjaga dan

melestarikan lingkungan yang dimulai dari lingkungan sekolah.

3. Sumber Daya Manusia SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

a. Keadaan Tenaga Pengajar dan Pegawai SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Guru adalah orang yang memegang peranan penting di dalam proses pembelajaran di sekolah. Berhasil atau tidaknya suatu sekolah melaksanakan tugasnya, besar ketergantungannya kepada keadaan guru. Guru harus memiliki segala pengetahuan yang dibutuhkan dalam kegiatan mengajarnya. Hal ini disebabkan, setiap guru dituntut memiliki kemampuan maksimal di bidang materi pelajaran, metode dan sejumlah ilmu pengetahuan terutama ilmu mengajar. Seorang guru memperoleh pengetahuan dalam mengajar melalui pengalaman dan pendidikan. Sebab itu, latar belakang pendidikan menjadi sangat penting artinya untuk mendapatkan guru yang berkualitas.

Demikian juga halnya di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, dalam kegiatan belajar mengajarnya didukung oleh keadaan guru yang berkualitas. Berdasarkan data dokumentasi sekolah menunjukkan bahwa secara umum jumlah guru di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini sebanyak 56 orang, ditambah 1 orang kepala sekolah, 1 orang kepala tata usaha, dan 2 orang staf tata usaha.

Berdasarkan data dokumentasi SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan bahwa sebagian besar guru dan pegawai yang ada di sekolah ini berstatus PNS, dan ada beberapa masih berstatus sebagai guru honorer. Adapun latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh guru dan pegawai di sekolah ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1

Keadaan Pendidik dan Pegawai SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

No	Tingkat Pendidikan	Status Guru			Jenis Kelamin		Jumlah
		GT	GTT	Honor	Lk	Pr	
1	S2/S3	5			2	3	5
2	S1	50	1		18	33	51
3	D4						
4	D3						
6	D1	1				1	1

	Jumlah	56	-	1	20	37	57
--	--------	----	---	---	----	----	----

Berdasarkan data yang dikemukakan di atas, menunjukkan bahwa dari segi kuantitas, jumlah guru yang mengajar di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini sudah banyak dan memadai untuk mengajar pada jenjang pendidikan menengah pertama, dan dari segi kualitas guru yang mengajar di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan sudah baik dari kualifikasi pendidikan gurunya.

Semua guru yang mengajar berlatar belakang pendidikan sarjana strata satu (S.1) dengan jumlah 89.5% dari seluruh guru yang ada di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, ada yang sudah berpendidikan pascasarjana strata dua (S.2) dan strata tiga (S.3) sejumlah 9% dari jumlah total guru-guru di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, dan ada pula yang berlatar belakang pendidikan diploma satu (D.1) sebanyak 2% dari seluruh jumlah pendidik yang ada di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan.

Tabel 4.2

Data Guru dan Status Guru SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

No	Mata Pelajaran	Jumlah Guru	Status Guru			
			PNS	GTT	Bantu	Honor
1	Pendidikan Agama Islam	3	3			
2	Pendidikan Agama Kristen	1				1
3	Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan	5	5			
4	Bahasa Indonesia	6	6			
5	Bahasa Inggris	4	4			
6	Matematika	7	7			
7	Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Terpadu	11	11			
8	Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) Terpadu	4	4	1		
9	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan	3	3			
10	Seni Budaya	3	3			
11	Prakarya	2	2			
12	Teknologi Informasi dan	2	2			

	Komunikasi (TIK)					
13	Bimbingan Konseling (BK)	6	6			
14	Lainnya					
	t o t a l	57	57	1		1

b. Keadaan Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Siswa atau peserta didik adalah suatu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar mengajar. Siswa merupakan subjek sekaligus objek yang akan dihantarkan kepada tujuan pendidikan. Adapun yang perlu diperhatikan dalam diri siswa dan merupakan unsur terpenting yang harus ditumbuhkan dalam diri mereka adalah kegairahan dan kesediaan untuk belajar.

Faktor ini adalah prasyarat bagi siswa untuk mengikuti seluruh kegiatan belajar mengajar secara aktif dan kreatif. Guru dan pihak lembaga pendidikan (sekolah) harus memperhatikan kenyataan ini, dan berbuat bagi kepentingan belajar peserta didik.

Kemudian, berdasarkan data statistik dan dokumentasi yang ada di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, jumlah siswa yang belajar pada tahun ajaran 2021-2022 adalah sebanyak orang, yang terdiri dari orang laki-laki, dan orang perempuan, dengan jumlah ruangan sebanyak 27 ruang. Untuk mengetahui secara rinci keadaan dan jumlah siswa/i di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 3

Keadaan Siswa/i di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2020-2021

Tahun Ajaran	Jumlah Pendaftar (Calon Siswa Baru)	Kelas VII		Kelas VIII		Kelas IX		Jumlah	
		Jumlah Siswa	Jumlah Rombel	Jumlah Siswa	Jumlah Rombel	Jumlah Siswa	Jumlah Rombel	Jumlah Siswa	Jumlah Rombel
2019/2020	975	288	9	288	9	289	9	865	27
2020/2021	775	320	10	288	9	360	10	968	28
2021/2022	727	288	9	320	10	328	9	936	27

Berdasarkan data di atas, menunjukkan bahwa jumlah siswa yang belajar di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini cukup banyak, yang mengisi 27 ruang kelas. Hal ini menunjukkan bahwa ada kepercayaan yang besar diberikan oleh masyarakat kepada sekolah ini untuk mendidik anak-anaknya agar memperoleh ilmu pengetahuan yang dapat diterapkan di tengah-tengah kehidupan bermasyarakat, serta dapat dijadikan lompatan untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang menengah atas, baik di Kabupaten Deli Serdang, Kota Medan maupun di wilayah lain di Provinsi Sumatera Utara serta di kota-kota besar di provinsi lain.

4. Sarana dan Fasilitas Sekolah SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Sarana dan fasilitas merupakan salah satu syarat bagi kelangsungan proses belajar mengajar yang baik. Tanpa adanya sarana dan fasilitas yang memadai, maka tujuan dari proses pembelajaran tidak mungkin tercapai. Sarana dan fasilitas itu meliputi seluruh alat-alat yang diperlukan bagi kelangsungan proses pendidikan dan pengajaran yang sesuai dengan kurikulum suatu sekolah.

Demikian juga halnya dengan SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, sarana dan fasilitas bagi sekolah ini merupakan salah satu syarat kelangsungan proses belajar mengajar. Untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang keadaan sarana dan fasilitas yang ada di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 4

Sarana dan Fasilitas SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

No.	Sarana dan Fasilitas yang Dimiliki	Jumlah
1.	Ruang Kantor Kepala Sekolah	1 Ruang
2.	Ruang Dewan Guru	1 Ruang
3.	Ruang Tata Usaha	1 Ruang
4.	Ruang Belajar Lengkap dengan Meja dan Kursi Belajar Siswa Maupun Guru	27 Ruang
5.	Laboratorium IPA	1 Ruang
6.	Laboratorium Komputer	1 Ruang
7.	Laboratorium PAI	1 Ruang
8.	Perpustakaan	1 Ruang

9.	Ruang Komputer (Multimedia)	1 Ruang
10.	Ruang UKS	1 Ruang
11.	Musholla	1 Ruang
12.	Aula	1 Ruang
13.	Ruang Bimbingan dan Konseling	1 Ruang
14.	Sekretariat Paskibra	1 Ruang
15.	Sanggar Pramuka	1 Ruang
16.	Sekretariat PMR	1 Ruang
17.	Sekretariat Adiwiyata	1 Ruang
18.	Ruang Kesenian	1 Ruang
19.	Kantin	3 Ruang
20.	Gudang	1 Ruang
21.	Kamar Mandi/WC Guru	2 Unit
22.	Kamar Mandi/WC Siswa	8 Unit
23.	Lapangan <i>Badminton</i>	1 Unit
24.	Lapangan <i>Volley Ball</i>	1 Unit

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa jumlah sarana dan fasilitas yang ada di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini sudah baik dan memadai, karena jumlah ruang belajarnya cukup banyak dan berkualitas baik untuk menampung jumlah siswa yang mengikuti kegiatan belajar. Di samping itu, juga tersedia sarana laboratorium untuk kegiatan penunjang pembelajaran sesuai dengan kebutuhan siswa. Sarana penunjang lainnya ada perpustakaan yang dimaksudkan untuk menambah pengetahuan siswa tentang materi pelajaran dan pengembangan bakat dan minat siswa membaca buku.

Kemudian, sarana ruang komputer untuk menunjang tugas-tugas belajar siswa dan tugas-tugas ketatausahaan di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan ini. Selanjutnya ada sarana ibadah berupa musholla untuk menunjang pelaksanaan kegiatan keagamaan dan ibadah siswa maupun guru di SMP ini, pada saat jam istirahat siswa dianjurkan untuk melaksanakan sholat dhuha di musholla ini. Kemudian terdapat juga sarana kesehatan, yakni ruang UKS.

Apabila siswa atau guru membutuhkan pertolongan pertama ketika mengalami suatu masalah kesehatan (sakit ringan) atau karena sesuatu hal yang

mengakibatkan adanya luka. Di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan juga terdapat beberapa sarana yang menunjang bakat dan minat siswa, yakni berupa sekretariat PMR, Pramuka, Adiwiyata, Paskibra.

Tujuan diadakannya beberapa sarana tersebut adalah menumbuhkan serta mengasah bakat yang ada pada siswa. Ada juga sarana penunjang aktivitas olahraga siswa dan guru, ada kantin, dan ada kamar mandi/wc baik untuk guru maupun siswa. Kondisi ini menunjukkan bahwa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan semakin berbenah dan meningkatkan berbagai sarana dan fasilitas yang ada di sini, serta melengkapi apa yang masih dibutuhkan di sekolah.

B. Temuan Khusus Penelitian

1. Penerimaan Terhadap *Body Image* Pada Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. Jadi, individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya. Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya.⁵¹

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di kelas VIII SMP 1 Negeri Percut Sei Tuan bahwa peneliti melihat terdapat beberapa siswa yang sikap penerimaan diri terhadap *body image*-nya dapat dikatakan rendah, hal ini ditemukan terdapat siswa yang masih memiliki sifat yang kurang percaya diri. Mereka masih merasa dirinya jauh dibawah orang lain, tidak menghargai dirinya sendiri.

Peneliti juga melihat terdapat beberapa siswa yang tidak mengikuti disiplin berpakaian di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan merupakan sekolah yang memegang teguh tentang disiplin berpakaian. Yang mana banyak peraturan yang dibuat pihak sekolah mengenai tata tertib berpakaian.

⁵¹ Endah Puspita Sari dkk, *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi* , Jurnal Psikologi 2002, No. 2, 73 – 88, h. 75-76

Peraturan tersebut tentu saja mengharuskan siswanya untuk mematuhi. Salah satu peraturan yang ada dimana para siswa diwajibkan memakai sepatu hitam polos.

Peraturan tersebut tentu membuat resah para siswa karena remaja sangat memperhatikan penampilan. Karena sepatu hitam polos dianggap siswa sebagai gaya penampilan yang kuno. Sehingga terdapat siswa yang melanggar peraturan tersebut. Siswa di SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan merasa bahwa penampilan yang menarik adalah penampilan dengan mengikuti gaya berpakaian yang ada dikalangan remaja saat ini. Yaitu memakai sepatu berwarna. Dengan memakai sepatu berwarna siswa merasa bahwa dirinya berpenampilan menarik, tidak seperti memakai sepatu berwarna hitam polos yang terlihat kuno.

Kemudian, peneliti juga melihat terdapat beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik. sehingga para siswa tersebut memiliki sikap penerimaan diri terhadap *body image* yang baik, dimana mereka dapat mengekspresikan dirinya dengan baik, mampu menerima kondisi fisik yang dimilikinya saat ini, dan memiliki sifat kepercayaan diri yang baik, serta dapat melakukan hal-hal yang ingin dicapainya.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan wali kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Sebagai berikut:

“Menurut saya siswa belum sepenuhnya memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya, secara garis besar mereka hanya menghargai apa yang dapat mereka pahami saja tidak secara keseluruhan. Karena, secara umum mereka terlihat labil karena belum memiliki kestabilan emosi dan kematangan pemikiran yang baik. Kemudian juga, Masih banyak siswa yang belum menerima kelemahannya, sebagian dari mereka tidak merasa percaya diri dan hampir selalu menyalahkan segala hal kepada diri mereka dan kekurangannya.”⁵²

Berdasarkan wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri terhadap *body image* siswa dapat dikatakan rendah, hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana siswa berpenampilan dan dari rasa kepercayaan diri siswa, serta masih terdapat siswa yang mengalami labil, dan tidak memiliki kestabilan dalam emosi siswa tersebut.

⁵² Wawancara dengan wali kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada hari Selasa, 22 Juni 2021 pukul 14.00 WIB.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Mengenai penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa tersebut, sebagai berikut:

“Menurut saya belum semua siswa di sekolah ini memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya. Karena jika dilihat masih banyak siswa yang mencoba memperbaiki penampilan yang ada dalam dirinya contohnya saja siswa memakai riasan-riasannya agar terlihat cantik, kemudian ada beberapa siswa yang menggunakan behel, dan juga memakai krim-krim pemutih pada kulitnya.

Kemudian, beberapa siswa yang telah memiliki penilaian yang realistis terhadap kekurangan serta kelebihan yang ada pada dirinya. Namun ada beberapa siswa juga yang belum memiliki sifat penilaian yang realistis terhadap keterbatasan yang dimilikinya. Kemudian, ada beberapa siswa yang telah menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ia capai.

Namun, ada beberapa siswa juga yang belum bisa menerima keadaan dirinya secara baik sehingga tidak bisa mewujudkan keinginan yang siswa ingin capai, dan juga ada beberapa siswa yang telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya. Namun, ada beberapa siswa juga yang belum bisa menerima kelemahan yang ada dirinya.”⁵³

Berdasarkan wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri terhadap *body image* siswa dapat dikatakan kurang baik, hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana siswa berpenampilan dan dari rasa kepercayaan diri siswa tersebut. Siswa masih saja menganggap dirinya lemah dan belum bisa menerima kelemahan yang pada dirinya tersebut.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Mengenai penerimaan dirinya terhadap *body image*, sebagai berikut:

“Harapan saya semoga muka saya glowing, tinggi, putih, cantik. Agar terlihat lebih cantik dan menarik, saya masih merasa diri saya tidak sempurna dan masih menganggap diri saya rendah, kemudian saya masih merasa diri saya tidak sempurna dan masih menganggap diri saya rendah.”⁵⁴

⁵³ Wawancara dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada Rabu, 23 Juni 2021 pukul 11.00 WIB

⁵⁴ Wawancara dengan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada Selasa, 13 Juli 2021 pukul 14.00 WIB

Berdasarkan wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri terhadap *body image* siswa dapat dikatakan kurang baik, hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana siswa berpenampilan dan dari rasa kepercayaan diri siswa tersebut yang menyebabkan siswa ingin merubah *body image* (citra tubuh) yang dimilikinya saat ini.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan wali kelas, guru BK, dan siswa. Peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa tersebut masih dikatakan kurang baik. Karena terdapat beberapa siswa yang masih memiliki rasa tidak percaya diri dalam dirinya. Siswa tersebut cenderung tidak dapat mengeskpresikan dirinya dengan baik, masih menganggap dirinya lemah, membanding-bandingkan kondisi fisiknya dengan sekitarnya, dan menyalahkan dirinya sendiri terhadap kekurangan yang ia miliki. Yang mana hal tersebut dapat menjadi faktor penghambat keefektifan siswa dalam kegiatan belajar di sekolahnya.

Dari hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan kepada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengenai studi tentang penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, diperoleh bahwa mengenai penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengalami penurunan, sebagai contoh hal ini bisa diperhatikan saat siswa berada di kelas, dimana terdapat beberapa siswa yang memiliki sifat ketidakpercayaan diri yang menyebabkan siswa tersebut terlihat acuh dalam pelajarannya. Sejalan dengan yang disampaikan oleh wali kelas bahwasanya sifat penerimaan diri siswa VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat dikatakan rendah, wali kelas juga mengatakan bahwa sikap penerimaan diri terhadap *body image* yang kurang ini dapat dilihat dari bagaimana siswa berpenampilan.

Siswa mengikuti tren yang ada untuk memperbaiki kondisi fisiknya. Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan yang disampaikan oleh guru BK SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengungkapkan bahwasanya sikap penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa bila diperhatikan saat ini mengalami penurunan. Sikap penerimaan diri siswa yang menurun ini dikatakan berasal dari rasa percaya diri siswa yang kurang yang diakibatkan banyaknya kritikan dari keluarga, lingkungan sekitar, serta teman-temannya mengenai kondisi fisik siswa yang kurang menarik.

2. Dampak Penerimaan *Body Image* Terhadap Perilaku Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Body image merupakan bagaimana kita menerima dan juga merasakan tentang tubuh kita. Penilaian mengenai penampilan fisik disebut sebagai citra tubuh (*body image*). *Body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Remaja yang memiliki persepsi positif terhadap gambaran tubuh lebih mampu menghargai dirinya. Individu tersebut cenderung menilai dirinya sebagai orang dengan kepribadian cerdas, asertif, dan menyenangkan. Kemudian, persepsi negatif remaja terhadap gambaran tubuh akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan remaja lain.⁵⁵

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan bahwa dampak dari penerimaan diri terhadap *body image* yang kurang baik adalah siswa tidak dapat mengekspresikan dirinya dengan baik sehingga siswa tidak dapat melakukan hal-hal yang ingin dicapainya, memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah yang menyebabkan siswa tidak dapat menerima kondisi fisiknya saat ini yang menyebabkan siswa memiliki sifat membandingkan diri dengan orang lain.

Peneliti juga melihat dampak dari penerimaan diri terhadap *body image* siswa yang rendah itu dapat mempengaruhi proses belajar siswa. Dimana peneliti melihat siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah atau kurangnya rasa kepercayaan dirinya sulit untuk menunjukkan dirinya di dalam kelas. Siswa merasa tidak percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya saat proses pembelajaran berlangsung. Hal itu jelas mengganggu keefektifan belajar siswa.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan wali kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Mengenai dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa, sebagai berikut:

“Dari yang saya lihat dampak yang terjadi terhadap siswa akibat tidak memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya. Adalah siswa tersebut kurang bisa mengekspresikan dirinya secara maksimal, kemudian siswa juga merasakan ketidakpercayaan dalam

⁵⁵Kinanti Indika, 2010, *Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja Yang Obesitas*, Fakultas Psikologi: Universitas Sumatera Utara, h. 32

dirinya yang menyebabkan siswa tersebut terhambat dalam proses belajarnya. Terhambat dalam proses belajarnya disini maksudnya adalah ketika siswa sedang berada dalam proses belajar mengajar siswa tidak percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya dihadapan teman-temannya. Hal tersebut menjadikan siswa tidak bisa mengembangkan kemampuannya secara maksimal.”⁵⁶

Berdasarkan wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa dapat dikatakan mengganggu proses keberlangsungan pembelajaran yang diikuti oleh siswa. Dimana siswa tidak percaya diri dan tidak bisa mengekspresikan dirinya secara maksimal. Hal tersebut menjadi penghambat dalam kegiatan belajar siswa.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Mengenai dampak penerimaan diri *body image* terhadap perilaku siswa tersebut, sebagai berikut:

”Saat ini banyak siswa yang masih belum memahami apa yang menjadi body image mereka, hal ini menyebabkan siswa juga belum mampu menerima body image mereka, khususnya terhadap kekurangan yang mereka miliki. Tidak adanya penerimaan terhadap body image menjadikan banyak siswa seolah abai terhadap lingkungannya, padahal yang terjadi adalah kekhawatiran atau ketidak percayadirian siswa untuk berada di lingkungan tersebut atau bahkan untuk mengatasi masalah di lingkungan itu. Lingkungan dalam hal ini menjadi sangat luas, misalnya dalam proses pembelajaran, proses bersosial dengan guru dan teman lainnya. Mereka cenderung tidak mau ambil andil/berinisiatif karena terlalu khawatir akan kemampuannya, meragukan dirinya sendiri, dan tidak adanya keyakinan terhadap dirinya.”⁵⁷

Berdasarkan wawancara terhadap wali kelas dan guru BK, peneliti menyimpulkan bahwa dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa adalah siswa seolah acuh dengan lingkungan sekitarnya dikarenakan siswa merasakan ketidakpercayaan dalam dirinya yang menjadikan siswa tersebut tidak mau ambil andil dalam lingkungan belajarnya. Sehingga hal ini dapat dikatakan mengganggu proses keberlangsungan pembelajaran yang diikuti oleh siswa. Dimana siswa tidak percaya diri dan tidak bisa mengekspresikan dirinya secara maksimal.

⁵⁶ Wawancara dengan wali kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada hari Selasa, 22 Juni 2021 pukul 14.00 WIB.

⁵⁷ Wawancara dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada Rabu, 23 Juni 2021 pukul 11.00 WIB

Hal tersebut menjadi penghambat dalam kegiatan belajar siswa.

Dari hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan kepada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengenai studi tentang penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, diperoleh bahwa mengenai dampak penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan yang menyebabkan proses pembelajaran siswa terganggu. Sebagai contohnya hal ini bisa diperhatikan pada saat siswa berada di kelas dimana siswa tidak memiliki rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas.

Wali kelas juga mengatakan bahwa siswa yang memiliki penerimaan diri terhadap *body image* yang rendah sulit untuk mengikuti pelajaran dengan baik. Dimana siswa tersebut seolah terlihat acuh terhadap pelajarannya. Hal tersebut dikarenakan siswa tersebut tidak memiliki rasa percaya diri untuk menunjukkan kemampuannya.

Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan yang disampaikan oleh guru BK SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengungkapkan bahwasanya dampak dari penerimaan diri siswa terhadap *body image* yang rendah ini sangat berpengaruh dengan keefektifan belajar siswa di kelas. Dimana siswa merasa dirinya lemah dibandingkan dengan teman-temannya. Hal ini menyebabkan siswa tersebut memiliki rasa ketidakpercayaan diri untuk mencapai hal-hal yang ia inginkan dan tampil terbuka di depan kelas.

3. Upaya Guru BK Dalam Membentuk Penerimaan Diri Terhadap *Body Image* Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Dalam menjalankan fungsinya sebagai guru BK di sekolah. Guru BK memiliki tugas yang dijalankan di sekolah yaitu membantu peserta didik/ konseli agar dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya serta menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang mencakup aspek pribadi, sosial, belajar, karir secara utuh dan optimal.

Berdasarkan pada tujuan umum tersebut, selanjutnya dirumuskan tujuan khusus layanan bimbingan dan konseling, yaitu membantu konseli agar mampu: (a) memahami dan menerima diri dan lingkungannya; (b) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir dan kehidupannya dimasa yang akan

datang; (c) mengembangkan potensinya seoptimal mungkin; (d) menyesuaikan diri dengan lingkungannya; (e) mengatasi hambatan atau kesulitan yang dihadapi dalam kehidupannya dan (f) mengaktualisasikan dirinya secara pertanggung jawab.

Kemudian di dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa bidang bimbingan diantaranya, adalah bidang pengembangan pribadi. Dimana dalam bidang pengembangan pribadi ini materi pengembangan pribadi yang dapat dikembangkan dalam tema-tema bimbingan antara lain: mengenali dan kelebihan dan kekurangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, arti dan tujuan beribadah, nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup, mengenal perasaan diri dan cara mengekspresikannya secara efektif, manajemen *stress*, serta mengenal peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan.⁵⁸

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan bahwa upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling dalam membentuk penerimaan diri terhadap *body image* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan adalah dengan melaksanakan konseling kelompok. Upaya lain yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling adalah dengan memberi nasehat, pemahaman, dan pengertian kepada siswa yang sikap penerimaan diri terhadap *body image* nya kurang baik.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dilakukan guru bimbingan konseling hanya kepada siswa yang mengalami penurunan kepercayaan diri sehingga menimbulkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* nya kurang baik. Hal ini dilakukan guru bimbingan konseling agar siswa memahami bagaimana sikap penerimaan diri terhadap *body image* yang baik serta mencegah siswa untuk melakukan penyimpangan dalam hal mengenai penerimaan diri terhadap *body image*.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Mengenai upaya dalam membentuk penerimaan diri terhadap *body image* siswa tersebut, sebagai berikut:

“Layanan BK yang saya berikan kepada siswa untuk membantu siswa tersebut dalam memahami dirinya sendiri serta menerima kondisi

⁵⁸ Ahmad Syarqawi,dkk, 2019, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Konsep dan Teori*, Medan: Kencana, hal. 34

fisiknya yaitu saya memberikan layanan informasi terlebih dahulu di dalam kelas bagaimana cara kita untuk menerima kondisi fisik kita dan memahami diri sendiri kemudian saya memberikan layanan bimbingan kelompok kepada para siswa-siswa tersebut dengan membahas topik-topik mengenai cara memahami diri sendiri dan menerima kondisi fisik. Jika diperlukan saya juga memberikan konseling individual kepada siswa yang benar-benar memerlukan layanan tersebut. Sehingga siswa tersebut dapat memahami dirinya sendiri serta menerima kondisi fisiknya.”⁵⁹

Berdasarkan wawancara terhadap guru BK, peneliti menyimpulkan bahwa upaya yang guru BK lakukan dalam menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa tersebut. Guru BK memberikan layanan-layanan BK yang dirasakan perlu diberikan terhadap siswa dalam menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa. Pertama, guru BK memberikan layanan informasi terhadap siswa mengenai pentingnya rasa percaya diri di dalam diri siswa tersebut.

Kedua, guru BK memberikan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa. Dengan topik tugas mengenai tentang hal-hal yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri di dalam diri siswa yang mana rasa percaya diri tersebut dapat menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa. Ketiga, guru BK juga memberikan layanan konseling kelompok untuk tindak lanjut dari layanan bimbingan kelompok yang diberikan guru BK sebelumnya. Kemudian, jika diperlukan guru BK juga memberikan layanan konseling individual kepada siswa yang memang membutuhkan layanan tindak lanjut terhadap masalah penerimaan diri terhadap *body image* yang kurang baik.

Dari hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan kepada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan mengenai studi tentang penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, diperoleh bahwa upaya guru BK dalam membentuk sikap penerimaan diri terhadap *body image* pada diri siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, dengan permasalahan ini guru BK memberikan beberapa layanan bimbingan dan konseling pada siswa.

Guru BK memberikan layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling kelompok, serta konseling individu jika dibutuhkan untuk tindak lanjut mengenai

⁵⁹ Wawancara dengan guru BK kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan pada Rabu, 23 Juni 2021 pukul 11.00 WIB

permasalahan penerimaan diri siswa yang rendah. Guru BK mengungkapkan bahwa dirinya berperan sebagai konselor dan fasilitator siswa dalam mengembangkan serta meningkatkan potensi siswa terutama dalam mengenai penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Hal ini juga didukung oleh pernyataan wali kelas di mana wali kelas juga melakukan kolaborasi dengan guru BK dalam membangun sikap penerimaan diri siswa terhadap *body image*.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti di kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan adalah sebagai berikut:

1. Penerimaan Diri Terhadap *Body Image* Pada Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Penerimaan diri adalah sikap dalam menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima kelebihan dan kelemahannya. Menerima diri berarti telah menyadari memahami dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan dan kemampuan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab. Seseorang yang dapat menerima dirinya adalah jika seseorang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupan, menganggap bahwa dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain, mampu bertanggung jawab terhadap perilakunya, mampu menerima pujian secara objektif, dan tidak menyalahkan diri sendiri.

Dari hasil analisis peneliti mengenai penerimaan diri terhadap *body image* pada siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat dikatakan kurang baik. Karena masih terdapat beberapa siswa yang memiliki penerimaan diri terhadap *body image* nya kurang baik. Peneliti melihat siswa yang memiliki penerimaan diri yang kurang baik itu tersebut. Tidak memiliki sifat kepercayaan diri yang baik. Siswa tersebut cenderung bersifat tidak percaya diri terhadap kondisi fisik dan bentuk tubuhnya. Masih terdapat beberapa siswa yang merasa dirinya rendah dibandingkan lingkungan sekitarnya. Siswa tersebut menganggap dirinya lemah, serta menyalahkan dirinya sendiri atas kekurangan yang siswa miliki.

Fakta ini sesuai dengan teori yang oleh dikemukakan oleh Jersild dalam

jurnal Ridha mengenai karakteristik individu yang memiliki penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri.
- b. Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain.
- c. Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional.
- d. Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan.
- e. Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri.⁶⁰

Penerimaan diri terhadap *body image* siswa yang rendah ini dapat diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah dari diri siswa itu sendiri, orang tua, keluarga, lingkungan, teman sejawat atau pergaulan siswa, serta trauma yang mungkin dialami siswa tersebut. Dalam meningkatkan penerimaan diri terhadap *body image* siswa dibutuhkan peran dari beberapa individu yaitu, diri siswa itu sendiri, keluarga, guru BK, wali kelas, dan teman-teman disekitar siswa tersebut.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hurlock ada sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya sebagai berikut:

1. Identifikasi Penyesuaian Diri yang Baik dengan Orang Lain
(*Identification with Well-adjusted People*)

Individu yang mengidentifikasi penyesuaian diri orang lain dengan baik dapat membangun sikap positif terhadap diri sendiri, penilaian diri dan penerimaan diri.

2. Perspektif Diri (*Self Perspective*)

Individu yang memiliki perspektif diri mampu memahami diri sendiri dan orang lain. Perspektif diri yang luas dapat meningkatkan

⁶⁰ Muhammad Ridha, *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta*, Empathy Vol. I No.1 Desember 2012, h.271

penerimaan diri individu.

3. Pola Asuh yang Baik Dimasa Kecil (*Good Childhood Training*)

Pendidikan yang baik selama dirumah dan sekolah dapat berpengaruh dalam perkembangan diri dan konsep diri.

4. Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self Concept*)

Individu yang memiliki konsep diri akan mampu memahami dirinya dalam setiap waktu. Jika konsep diri individu bagus maka dia mampu menerima dirinya, sebaliknya jika konsep diri individu rendah maka individu akan melakukan penolakan diri. ⁶¹

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri terhadap *body image* kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan kurang baik. Hal tersebut dikarenakan masih terdapat beberapa siswa yang belum merasa kondisi fisik dan bentuk tubuh yang ia miliki tidak menarik. Hal tersebut menimbulkan rasa ketidakpercayaan pada diri siswa yang mengakibatkan siswa ingin merubah kondisi fisik serta bentuk tubuhnya tersebut.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri terhadap *body image* siswa diantaranya adalah faktor internal yaitu dari dalam diri siswa itu sendiri dan faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan siswa itu sendiri. Membentuk sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa tidak serta merta dilakukan oleh siswa sendiri, melainkan dibutuhkan peran orang lain seperti orang tua ketika siswa sedang di rumah, guru BK dan wali kelas jika siswa sedang berada di sekolah, dan bahkan masyarakat jika siswa sedang berada dilingkungan dan teman sekitarnya.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Ridha mengenai faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah individu yang memiliki *Body Image* yang stabil sehingga mampu memahami diri sendiri dan memiliki keyakinan diri yang baik disertai rasa aman untuk mengembangkan diri. Hal ini mendorong individu untuk menentukan harapan yang realistis dan puas dengan diri sendiri. Penerimaan diri yang positif juga dapat dipengaruhi dengan keberhasilan yang pernah dialami, memperhatikan pandangan orang lain tentang dirinya,

⁶¹Catur Baimi Setyaningsih, 2013, *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta*, (Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Yogyakarta, 2013), h. 14-17

pengidentifikasian diri dengan orang yang baik dalam penyesuaian diri, dan diberikan kesempatan serta dihargai oleh lingkungan.⁶²

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri terhadap *body image* kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan masih rendah. Hal tersebut dikarenakan masih terdapat beberapa siswa yang belum merasa kondisi fisik dan bentuk tubuh yang ia miliki tidak menarik. Hal tersebut menimbulkan rasa ketidakpercayaan pada diri siswa yang mengakibatkan siswa ingin merubah kondisi fisik serta bentuk tubuhnya tersebut.

Faktor penyebab siswa memiliki penerimaan diri terhadap *body image* yang rendah dikarenakan faktor dari diri siswa itu sendiri dan faktor lingkungan siswa, seperti berasal dari keluarga, lingkungan sekitar dan teman sejawatnya. Maka dari itu untuk membentuk sifat penerimaan diri siswa terhadap *body image*-nya bukan hanya dari dalam diri siswa melainkan dibutuhkan peran orang lain seperti orang tua ketika siswa sedang di rumah, guru BK dan wali kelas jika siswa sedang berada di sekolah, dan bahkan masyarakat jika siswa sedang berada dilingkungan dan teman sekitarnya.

2. Dampak Penerimaan *Body Image* Terhadap Perilaku Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Body image (citra tubuh) pada manusia merupakan gambaran tubuh seseorang yang terbentuk di dalam hati individu, dengan kata lain, menurut individu itu sendiri. Berbagai gambar bentuk tubuh membuatnya remaja tidak puas dengan kondisi fisiknya. Remaja sering kali merasakan berat badan yang tidak ideal, warna kulit yang tidak sesuai, hidung kurang mancung.

Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh membuat remaja merasa tidak percaya diri akan penampilan tubuhnya. Fenomena mengenai *body image* ini pada umumnya terjadi tidak terkecuali pada remaja di mana remaja mengatakan bahwa mereka tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Memiliki hidung yang tergolong pesek, rambut yang tidak tebal, warna kulit yang gelap, badan terlalu besar.

⁶²Muhammad Ridha, *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta*, Empathy Vol. I No.1 Desember 2012, h. 114-115

Usaha-usaha yang dilakukan oleh siswa untuk memperbaiki dirinya tersebut tidak lepas dari beberapa faktor. Dimana salah satu faktor itu adalah siswa tersebut melihat contoh dari figur seorang artis maupun *selebgram* yang memiliki badan ideal seperti yang didambakan banyak remaja pada umumnya. Hal itu mereka dapatkan dari berbagai sumber dari media sosial yang banyak tersedia saat ini misalnya *instagram*, *tiktok*, *facebook* dan lain sebagainya.

Dari hasil analisis peneliti mengenai dampak penerimaan diri *body image* terhadap perilaku siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan. Siswa yang memiliki penerimaan diri terhadap *body image* yang kurang baik akan berdampak pada perilaku siswa tersebut. Dimana disini siswa memiliki perilaku yang acuh. Siswa tersebut terlihat seolah acuh dengan pelajarannya di kelas. Siswa cenderung kurang percaya diri terhadap dirinya sendiri.

Menimbulkan siswa tidak aktif di dalam kegiatan belajar mengajar. Siswa merasa dirinya tidak mampu untuk mengemukakan pendapat ketika pelajaran berlangsung. Hal ini tentu sangat berdampak tidak baik bagi keberlangsungan proses pembelajaran siswa di sekolah. Dimana ketika siswa tidak mampu untuk aktif di dalam kelasnya. Maka, prestasi belajar siswa tersebut akan menurun.

Fakta ini sesuai dengan teori yang oleh dikemukakan Hurlock bahwa individu yang menerima dirinya memiliki dampak sebagai berikut:

a. Dalam penyesuaian diri

Karakteristik individu yang memiliki penyesuaian diri merasa Bahagia dengan keadaan diri sendiri dan tidak ingin menjadi orang lain. Individu mengakui segala kelemahan dan kelebihanannya, serta memiliki kepercayaan diri dan harga diri. Selain itu, individu rela menerima kritikan dari orang lain, sehingga memiliki penilaian yang realistis dan dapat menggunakan potensi yang dimiliki secara efektif. Individu juga memiliki kepercayaan untuk menyelesaikan masalah hidupnya bahkan bisa memaknainya sebagai kehidupan yang berharga.

b. Dalam penyesuaian sosial

Individu yang memiliki penerimaan diri mampu bertoleransi dengan orang lain. Ia biasanya tertarik untuk membantu orang lain dan mampu menunjukkan rasa empatinya, sehingga semakin diterima oleh orang lain. Individu juga memiliki penyesuaian sosial yang lebih baik daripada individu yang berorientasi pada diri sendiri karena biasanya mereka merasa tidak kuat dan rendah diri.⁶³

Body image dapat dipengaruhi oleh banyak hal. Salah satunya adalah budaya. Budaya disini dimaksudkan sebagai cara pandang diri yang ada pada individu itu sendiri dan bagaimana individu itu mengkomunikasikan norma yang ada dengan bentuk tubuh, ukuran tubuh, penampilan, serta daya Tarik fisik individu itu sendiri. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Tompson mengenai faktor-faktor pembentuk *body image*:

a. Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap *body image* yang baik akan sesuai dengan yang diinginkan.

b. Budaya

Adanya pengaruh di sekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.

c. Siklus hidup

Pada dasarnya individu menginginkan untuk kembali memiliki *body image* yang ideal.

d. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh di dalamnya.

e. Konsep diri

Gambaran individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

f. Peran gender

⁶³ Catur Baimi Setyaningsih, 2013, *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta*, (Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Yogyakarta, 2013), h. 22

Dalam hal ini peran orangtua sangat penting bagi *body image* individu, menjadikan individu tersebut lebih cepat terpengaruh.

g. Pengaruh distorsi *body image* pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.⁶⁴

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat mengganggu keberlangsungan belajar siswa. Dimana siswa tersebut bersifat seolah-olah acuh terhadap pelajarannya. Dikarenakan siswa tersebut tidak memiliki rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di dalam kelas. Siswa tersebut selalu beranggapan bahwasanya dirinya lemah dan lebih rendah dibandingkan orang lain atau teman-temannya. Hal ini tentu saja sangat berpengaruh dalam keefektifan belajar siswa di kelas. Serta siswa juga tidak dapat mengembangkan dirinya dengan baik. Siswa merasa dirinya tidak mampu untuk mencapai hal yang siswa ingin capai.

3. Upaya Guru BK Dalam Membentuk Penerimaan Diri Terhadap *Body Image* Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk siswa baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar dan perencanaan karier melalui berbagai bentuk layanan dan kegiatan pendukung.⁶⁵ Tugas guru BK di sekolah adalah melaksanakan bimbingan dan konseling serta mengasuh siswa sebanyak 150 orang. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dilaksanakan dengan berpegang kepada pedoman ketentuan yang telah ditetapkan, ketentuan tersebut yaitu layanan bimbingan dan konseling pola 17 plus.

Kemudian di dalam bimbingan dan konseling terdapat beberapa bidang bimbingan diantaranya, adalah bidang pengembangan pribadi. Dimana dalam

⁶⁴ Villi Januar, Dona Eka Putri, 2007, *Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak*, Depok: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, hal. 55

⁶⁵Fenti Hikmawati, 2012, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, h. 1.

bidang pengembangan pribadi ini materi pengembangan pribadi yang dapat dikembangkan dalam tema-tema bimbingan antara lain: mengenali dan kelebihan dan kekurangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, arti dan tujuan beribadah, nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup, mengenal perasaan diri dan cara mengekspresikannya secara efektif, manajemen *stress*, serta mengenal peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan.⁶⁶

Penyelenggara bimbingan dan konseling di sekolah adalah guru BK. Guru BK sesuai dengan tugas pokoknya bertanggung jawab untuk membantu siswa sesuai dengan kebutuhan mereka, terutama yang berkaitan dengan pengembangan pengembangan pribadi siswa berkenaan dengan *body image*, yaitu guru BK mengarahkan agar dapat menerima dirinya secara positif dan dinamis.

Berdasarkan hasil dari analisis yang peneliti lakukan mengenai upaya guru BK dalam membentuk penerimaan diri terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan, guru BK memberikan beberapa layanan BK kepada siswa. Layanan tersebut terdiri dari layanan informasi mengenai tentang membentuk sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa, kemudian dilanjut dengan layanan konseling kelompok mengenai tentang membentuk sikap penerimaan diri terhadap *body image* di dalam diri siswa, kemudian guru BK juga memberikan layanan konseling individu kepada siswa-siswa yang dianggap masih belum bisa menyelesaikan permasalahan penerimaan diri terhadap *body image* di dalam diri siswa tersebut.

Layanan-layanan ini diberikan oleh guru BK bertujuan agar siswa dapat mengentaskan permasalahan mengenai penerimaan diri terhadap *body image* yang rendah, pada dirinya. Dan terlaksananya kehidupan efektif sehari-hari (KES) dalam dirinya dan menjalankan tugas perkembangan serta menjalankan aktifitasnya dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah.

⁶⁶Ahmad Syarqawi,dkk, 2019, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Konsep dan Teori*, Medan: Kencana, h.34

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian yang telah peneliti deskripsikan pada BAB IV dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Penerimaan diri terhadap *body image* kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan kurang baik. Hal tersebut dikarenakan masih terdapat beberapa siswa yang belum merasa kondisi fisik dan bentuk tubuh yang ia miliki tidak menarik. Hal tersebut menimbulkan rasa ketidakpercayaan pada diri siswa yang mengakibatkan siswa ingin merubah kondisi fisik serta bentuk tubuhnya tersebut. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri terhadap *body image* siswa diantaranya adalah faktor internal yaitu dari dalam diri siswa itu sendiri dan faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan siswa itu sendiri.
2. Dampak penerimaan *body image* terhadap perilaku siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan dapat mengganggu keberlangsungan belajar siswa. Siswa tersebut bersifat seolah-olah acuh terhadap pelajarannya. Dikarenakan siswa tersebut tidak memiliki rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di dalam kelas. Siswa tersebut selalu beranggapan bahwasanya dirinya lemah dan lebih rendah dibandingkan orang lain atau teman-temannya. Hal ini tentu saja sangat berpengaruh dalam keefektifan belajar siswa di kelas.
3. Upaya yang guru BK lakukan dalam menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa tersebut. Guru BK memberikan layanan-layanan BK yang dirasakan perlu diberikan terhadap siswa dalam menumbuhkan sikap penerimaan diri terhadap *body image* siswa. Pertama, guru BK memberikan layanan informasi terhadap siswa mengenai pentingnya rasa percaya diri di dalam diri siswa tersebut. Kedua, guru BK memberikan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa Ketiga, guru BK juga memberikan layanan konseling kelompok dan juga layanan konseling individual kepada siswa yang memang membutuhkan layanan

tindak lanjut terhadap masalah penerimaan diri terhadap *body image* yang kurang baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan tentang penerimaan diri siswa terhadap *body image* siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan maka ada beberapa saran yang diajukan oleh peneliti, antara lain:

1. Guru BK bertugas memberikan pelayanan yang sudah ada dalam bimbingan dan konseling dengan efektif, untuk mengembangkan potensi keberadaan siswa, dan dapat meringankan masalah yang dialami siswa, dan Memantau kemajuan siswa setiap saat setiap hari, dan melakukan penilaian untuk memahami kemajuan siswa
2. Guru wali kelas harus selalu bekerja sama dengan guru BK memberikan bimbingan dan konseling sesuai dengan perannya tentang membina dan membimbing siswa dalam rangka pelaksanaan layanan konseling yang terorganisir dengan baik.
3. Orang tua harus bekerjasama dengan pihak sekolah dalam menangani dan mengawasi siswa di rumah dan bimbingan anak-anak mereka ketika ada di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bahresy, Salim. 2011. *Terjemahan Riadusshalihin*. Surabaya: Bina Ilmu.
- Departemen Agama RI. 2012. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Yayasan Penyelenggara dan Penterjemah Al-Qur'an.
- Hikmawati, Fenti. 2012. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Indika, Kinanti. 2010. *Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja Yang Obesitas*. Fakultas Psikologi: Universitas Sumatera Utara.
- Januar, Villi. Putri, Dona Eka. 2007. *Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Luddin, Abu Bakar M. 2010. *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Machdan, Denia Martini. *Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tuna daksa Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental. Vol. No. 02 , (Juni 2012): 8-82
- Margono. 2006. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Moleong, Lexy. 2017. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyasa. 2017. *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: Remaja Rosada Karya.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Pahlewi, Reza Mina. 2019. *Makna Self-Acceptance dalam Islam (Analisis Fenomenologi Sosok Ibu dalam Kemiskinan di Provinsi D.I Yogyakarta)*. Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam vol. 16, No. 2.
- Prayitno dan Erman Amti. 2017. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Prayitno. 2017. *Konseling Professional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: PT Gaja Grafindo Persada.
- Prayitno, dkk. 2017. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Republik Indonesia. 2006. *Undang-Undang Republik Indonesia No 4 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen & Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sisdiknas*. Bandung: Permana.
- Ridha, Muhammad. *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta*. Empathy, Vol. I, No., (Desember 2012): 45
- Rumengan, Jemmy. 2013. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Ciptapustaka Media Perintis.
- Salim. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Citapustaka Media.
- Sari, Endah Puspita, dkk. *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*, Jurnal Psikologi, No. 2, 73 – 88, (2002): 75-76
- Setyaningsih, Catur Baimi. 2013. *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta*. Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sitorus, Muhammad Walimsyah., dkk. “*Pengaruh Bimbingan Kelompok Metode Permainan Terhadap Penerimaan Diri Siswa SMAN Babelan*”. Enlighten: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam. Vol. 2, No. 8-23, (Jan-Jun 2019): 9
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut., dkk. 2018. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syafaruddin, dkk. 2012. *Ilmu Pendidikan Islam: Melejitkan Budaya Umat*. Jakarta : Hijri Pustaka Utama.
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Syahrum dan Salim. 2012. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Cita Pustaka Media.
- Syarqawi, Ahmad, dkk. 2019. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Konsep dan Teori*. Medan: Kencana.

Tasnim. *Hubungan Antara Body Imagedengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Sma Swasta Harapan Medan*. Fakultas Psikologi, Universitas Medan, Area Medan (2019): 1.36

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. *Tentang Sidiknas dan Peraturan Pemerintah dan Tentang Standar Nasional Pendidikan Serta Wajib Belajar*. Bandung: Citra Umbara.

LAMPIRAN 1

Pedoman Wawancara Guru BK SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Indikator	Pertanyaan kepada guru BK
Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargaidirinya sendiri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri, dan mengapa siswa harus memiliki sifat menghargai dirinya sendiri? 2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa dalam memahami diri sendiri serta menerima kondisi fisiknya? 3. Apa saja faktor yang menyebabkan siswa tidak menghargai dirinya serta menerima kondisi fisiknya sendiri?
Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki pendirian yang kuat setra mengapa siswa harus memiliki pendirian yang kuat? 2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki pendirian diri yang kuat? 3. Apa faktor yang menyebabkan siswa tidak memiliki pendirian yang kuat?
Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional? 2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki sifat penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional?

	3. Apa saja faktor penyebab siswa tidak memiliki penelitian yang realitas terhadap keterbatasannya?
Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan	<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ingin siswa capai?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa agar menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ingin siswa capai?</p> <p>3. Apa saja faktor penyebab siswa tidak bisa melakukan apa yang ia inginkan?</p>
Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri	<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>3. Apa saja faktor penyebab siswa menyalahkan dirinya sendiri?</p>

2. *Body Image*

Indikator	Pertanyaan kepada guru BK
Penampilan secara keseluruhan	<p>1. Apakah menurut ibu siswa sudah memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p>

	3. Apa saja yang menjadi faktor siswa tidak merasa puas akan penampilannya?
Perbandingan dengan orang lain	<p>1. Apakah menurut ibu siswa sudah memiliki sifat tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa agar tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>3. Apa saja faktor yang menyebabkan siswa membandingkan dirinya dengan orang lain?</p>
Sosial budaya	<p>1. Apakah menurut ibu siswa berpenampilan dengan mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa menganggap dirinya ideal tanpa menjadikan tren yang ada sebagai patokan mengenai bentuk tubuh yang ideal?</p> <p>3. Apa yang menjadikan faktor siswa ingin mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p>

Medan, 27 Mei 2021

Validator



Nurhayani, S.Ag., S.S.M.Si

NIP. 197607192001122002

LAMPIRAN 2

Pedoman Wawancara Wali Kelas SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

1. Penerimaan Diri

Indikator	Pertanyaan kepada wali kelas
Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri, dan mengapa siswa harus memiliki sifat menghargai dirinya sendiri? 2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut? 3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?
Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki pendirian yang kuat? 2. Bagaimana cara bapak mengatasi permasalahan tersebut? 3. Apakah bapak dan guru bk bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?
Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional? 2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut? 3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?
Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut bapak siswa telah menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ingin siswa capai? 2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi

	<p>permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>
<p>Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri</p>	<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>

2. Body Image

Indikator	Pertanyaan kepada wali kelas
<p>Penampilan secara keseluruhan</p>	<p>1. Apakah menurut bapak siswa sudah memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>
<p>Perbandingan dengan orang lain</p>	<p>1. Apakah menurut bapak siswa sudah memiliki sifat tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>
<p>Sosial budaya</p>	<p>1. Apakah menurut bapak siswa berpenampilan dengan mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p>

	3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?
--	--

Medan, 27 Mei 2021

Validator



Nurhayani, S.Ag., S.S.M.Si

NIP. 197607192001122002

LAMPIRAN 3

Pedoman Wawancara Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

1. Penerimaan Diri

Indikator	Pertanyaan kepada siswa
Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri	1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut? 2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri? 3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?
Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain	1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda? 2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya? 3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?
Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional	1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?

	<p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>
Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan	<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>
Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri	<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>

2. Body Image

Indikator	Pertanyaan kepada siswa
Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri	1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?

	<p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>
Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpaku pada pendapat orang lain	<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>
Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional	<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p> <p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>
Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan	<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p>

	<p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>
Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri	<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>

Medan, 27 Mei 2021

Validator



Nurhayani, S.Ag., S.S.M.Si

NIP. 197607192001122002

LAMPIRAN 4

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Guru BK

Responden : Siti Khadijah, S.Pd.i

Jabatan : Guru BK VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Hari/Tanggal : Rabu/23 Juni 2021

Tempat : Ruang BK

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri, dan mengapa siswa harus memiliki sifat menghargai dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa dalam memahami diri sendiri serta menerima kondisi fisiknya?</p> <p>3. Apa saja faktor yang menyebabkan siswa tidak menghargai dirinya serta menerima kondisi fisiknya sendiri?</p>	<p>1. menurut saya siswa di sekolah ini ada beberapa yang telah memiliki sifat tersebut. Namun, terdapat juga beberapa siswa yang belum memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri. Dan mengapa siswa harus memiliki sifat tersebut. Dikarenakan sifat menghargai kondisi fisik sangat diperlukan untuk ada di dalam diri kita. Karena, jika tidak adanya sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri. Bisa dikatakan kita bukan bagian dari makhluk Allah SWT. yang tidak bersyukur.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan kepada siswa untuk membantu siswa tersebut dalam memahami dirinya sendiri serta menerima kondisi fisiknya yaitu saya memberikan layanan informasi terlebih dahulu di dalam kelas bagaimana cara kita untuk menerima kondisi fisik kita dan memahami diri sendiri kemudian saya memberikan layanan bimbingan kelompok kepada para siswa-siswa tersebut dengan</p>

	<p>membahas topik-topik mengenai cara memahami diri sendiri dan menerima kondisi fisik. Jika di perlukan saya juga memberikan konseling individual kepada siswa yang benar-benar memerlukan layanan tersebut. Sehingga siswa tersebut dapat memahami dirinya sendiri serta menerima kondisi fisiknya.</p> <p>3. Faktor yang menyebabkan siswa tidak menghargai dirinya sendiri serta tidak menerima kondisi fisiknya menurut saya yaitu siswa mengalami ketidakpercayaan di dalam dirinya itu dikarenakan karena banyak faktor dari luar diri siswa tersebut. Contohnya dari orang tua ada beberapa sebagian siswa yang orang tuanya sering mencela kondisi fisiknya kemudian ada juga beberapa siswa yang mendapatkan celaan tersebut dari teman-teman sekitarnya sehingga siswa tersebut tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara baik dan tidak dapat menghargai dirinya.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki pendirian yang kuat serta mengapa siswa harus memiliki pendirian yang kuat?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki pendirian diri yang kuat?</p> <p>3. Apa faktor yang menyebabkan siswa tidak memiliki pendirian</p>	<p>1. Menurut saya siswa di sekolah ini ada beberapa yang sudah memiliki pendirian yang kuat dan ada beberapa lagi yang belum memiliki pendirian kuat. Mengapa siswa harus memiliki pendirian kuat, dikarenakan siswa tersebut harus bisa menentukan mana yang yang baik maupun tidak baik untuk dirinya jika siswa tidak memiliki pendirian kuat maka siswa tersebut bisa dengan mudah digoyahkan pendiriannya sehingga</p>

<p>yang kuat?</p>	<p>ia tidak bisa menentukan hal yang baik untuk dirinya siswa tersebut memiliki pendirian yang labil.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan untuk membantu Siswa memiliki pendirian yang kuat yaitu dengan menggunakan bimbingan kelompok. Namun, jika diperlukan saya juga memberikan layanan konseling individu kepada siswa.</p> <p>3. Faktor yang menyebabkan siswa tidak memiliki pendirian kuat yaitu menurut saya itu terjadi dari faktor keluarga. Ada contoh kasus yang orang tuanya tidak punya rasa percaya yang tinggi kepada anaknya bahwa anaknya tersebut belum mampu menentukan pilihan yang baik terhadap dirinya. Sehingga orang tua terus saja memegang kendali terhadap pilihan hidup anaknya. Dengan begitu anak tersebut tidak memiliki pendirian yang kuat.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki sifat penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional?</p>	<p>1. Menurut saya ada beberapa siswa yang telah memiliki penilaian yang realistis terhadap kekurangan serta kelebihan yang ada pada dirinya. Namun ada beberapa siswa juga yang belum memiliki sifat penilaian yang realistis terhadap keterbatasan yang dimilikinya.</p> <p>2. Layanan yang saya berikan kepada siswa untuk memiliki sifat penilaian yang realistis terhadap keterbatasan serta kelebihan yang ada pada diri siswa yaitu saya menggunakan layanan bimbingan</p>

<p>3. Apa saja faktor penyebab siswa tidak memiliki penelitian yang realitas terhadap keterbatasannya?</p>	<p>kelompok dan jika diperlukan saya akan memberikan layanan konseling individu kepada siswa.</p> <p>3. Menurut saya faktor siswa belum memiliki sikap penerimaan secara realistis terhadap keterbatasan serta kelebihan terhadap dirinya yaitu siswa tidak memiliki rasa kepercayaan diri yang kuat di dalam dirinya. Hal tersebut disebabkan dari faktor lingkungan siswa tersebut. Contohnya faktor dari orang tua maupun temannya yang sering sekali masih mencela kekurangan yang ada pada dirinya.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ingin siswa capai?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa agar menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ingin siswa capai?</p> <p>3. Apa saja faktor penyebab siswa tidak bisa melakukan apa yang siswa inginkan?</p>	<p>1. Menurut saya ada beberapa siswa yang telah menerima keadaan dirinya serta bisa mewujudkan keinginan yang ia capai. Namun, ada beberapa siswa juga yang belum bisa menerima keadaan dirinya secara baik sehingga tidak bisa mewujudkan keinginan yang siswa ingin capai.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan kepada siswa tersebut yaitu saya memberikan layanan bimbingan kelompok untuk membahas mengenai bagaimana cara untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri. Kemudian, jika layanan tersebut ternyata belum cukup untuk mengatasi masalah siswa tersebut maka saya memberikan layanan konseling kelompok dengan pokok bahasan mengenai meningkatkan rasa kepercayaan diri. Kemudian jika di</p>

	<p>butuhkan lagi untuk layanan tindak lanjut maka saya memberikan layanan konseling individu kepada siswa yang memang membutuhkan layanan tersebut.</p> <p>3. Faktor yang menyebabkan siswa tidak bisa melakukan hal-hal yang diinginkan yaitu dikarenakan siswa tersebut kurang memiliki rasa percaya diri yang baik di dalam dirinya. Sehingga siswa tersebut tidak bisa mengekspresikan dirinya secara baik dan tidak bisa melakukan apa yang siswa ingin lakukan.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>3. Apa saja faktor penyebab siswa menyalahkan dirinya sendiri?</p>	<p>1. Menurut saya ada beberapa siswa yang telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya. Namun, ada beberapa siswa juga yang belum bisa menerima kelemahan yang ada dirinya.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan untuk membantu siswa menerima kelemahan yang ada pada dirinya yaitu saya memberikan layanan konseling kelompok dan jika diperlukan saya akan memberikan layanan konseling individu.</p> <p>3. Faktor yang menyebabkan siswa menyalahkan diri sendiri menurut saya karena siswa tersebut sering dicela oleh keluarga maupun teman-temannya. Sehingga siswa tersebut menyalahkan dirinya sendiri terhadap kekurangan yang ia miliki.</p>

Pertanyaan	Jawaban
-------------------	----------------

<p>1. Apakah menurut ibu siswa sudah memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p> <p>3. Apa saja yang menjadi faktor siswa tidak merasa puas akan penampilannya?</p>	<p>1. Menurut saya belum semua siswa di sekolah ini memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya. Karena jika dilihat masih banyak siswa yang mencoba memperbaiki penampilan yang ada dalam dirinya contohnya saja siswa memakai riasan-riasian agar terlihat cantik, kemudian ada beberapa siswa yang menggunakan behel, dan juga memakai krim-krim pemutih pada kulitnya.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan kepada siswa agar siswa tersebut memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya yaitu saya memberikan layanan konseling kelompok dan konseling individu jika dibutuhkan.</p> <p>3. Menurut saya yang menjadi faktor siswa tidak merasa puas akan penampilannya yaitu tidak adanya rasa kepercayaan diri di dalam diri siswa tersebut siswa selalu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa sudah memiliki sifat tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa agar tidak mebanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>3. Apa saja faktor yang</p>	<p>1. Menurut saya belum semua siswa memiliki sifat tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Karena masih terdapat beberapa siswa yang membandingkan dirinya dengan orang lain.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan untuk mengatasi hal tersebut yaitu saya memberikan layanan konseling kelompok dan bahkan konseling individu.</p>

<p>menyebabkan siswa membandingkan dirinya dengan orang lain?</p>	<p>3. Menurut saya yang menjadikan faktor penyebab siswa membandingkan dirinya dengan orang lain karena siswa tersebut belum memiliki rasa percaya dirinya yang yang baik.</p>
<p>1. Apakah menurut ibu siswa berpenampilan dengan mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p> <p>2. Bagaimana cara dan layanan BK apa yang ibu berikan untuk membantu siswa menganggap dirinya ideal tanpa menjadikan tren yang ada sebagai patokan mengenai bentuk tubuh yang ideal?</p> <p>3. Apa yang menjadikan faktor siswa ingin mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p>	<p>1. Menurut saya para siswa di sekolah memang mengikuti tren yang ada di kalangan remaja saat ini. Contohnya saja kita lihat dari cara siswa berpakaian, berpenampilan serta bergaya.</p> <p>2. Layanan BK yang saya berikan kepada siswa agar siswa menganggap dirinya ideal tanpa menjadikan itu sebagai patokan mengenai tubuh ideal yaitu saya memberikan layanan bimbingan kelompok kepada para siswa.</p> <p>3. Menurut saya yang menjadikan faktor siswa mengikuti tren yang ada di kalangan remaja saat ini yaitu siswa terlalu banyak menggunakan sosial media di mana baik itu di <i>instagram</i>, <i>tiktok</i> maupun aplikasi lainnya siswa menjadikan para <i>selebgram</i> maupun artis sebagai contoh dalam berpenampilan sehingga siswa tersebut mengikuti tren yang ada.</p>

LAMPIRAN 5

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas

Responden : Rahmad Faisal Hasibuan, S.Pd

Jabatan : Wali Kelas VIII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Hari/Tanggal : Selasa/22 Juni 2021

Tempat : Ruang Guru

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya sendiri, dan mengapa siswa harus memiliki sifat menghargai dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Menurut saya siswa belum sepenuhnya memiliki sifat menghargai kondisi fisiknya, secara garis besar mereka hanya menghargai apa yang dapat mereka pahami saja tidak secara keseluruhan, kenapa siswa harus memiliki sifat menghargai diri? Karena untuk menghargai sesuatu yang lain harus mulai dari diri sendiri dahulu.</p> <p>2. Caranya menurut saya adalah dengan cara mengawasi siswa yang kurang memahami sekaligus menghargai kondisi dan keadaan fisiknya lalu menindaklanjuti dengan proses yang ada.</p> <p>3. Tentu saja, karena dengan dibantu guru BK semuanya dapat diproses dengan baik dan diatasi sesuai dengan layanan BK yang ada.</p>
<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki pendirian yang kuat?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi</p>	<p>1. Tentu saja belum, secara umum mereka terlihat labil karena belum memiliki kestabilan emosi dan kematangan pemikiran yang baik.</p> <p>2. Mengawasi murid yang kurang memiliki pendirian yang kuat dan</p>

<p>permasalahan tersebut?</p>	<p>mulai membicarakan hal ini kepada guru BK.</p> <p>3. Tentu saja, guru BK yang paling paham harus melakukan tindakan dan proses selanjutnya membantu siswa.</p>
<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Seharusnya pada umur segitu kebanyakan siswa memiliki sifat narsistik yang dimana siswa saat itu pasti cenderung suka memuji dirinya dan mengedepankan tampilan fisiknya agar memiliki penilaian baik dari orang lain, jarang sekali ditemukan siswa yg memiliki sifat <i>insecure</i> atau tidak percaya diri dimasa remaja, namun ada beberapa yang seperti ini.</p> <p>2. Cara mengatasinya ialah dengan cara membantunya memahami dan mengenal dirinya, memotivasinya dan memberinya masukan masukan yang mendukung.</p> <p>3. Sangat berkerjasama, dengan bantuan guru BK dan layanannya semuanya dapat diatasi dengan lebih maksimal.</p>
<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah menerima keadaan dirinya serta bisa mengwujudkan keinginan yang ingin siswa capai?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK</p>	<p>1. sebagian sudah sebagian belum, seperti lebih cenderung belum karena mereka bingung harus kemana dan seperti apa.</p> <p>2. menyerahkannya kepada guru BK untuk diberikan bimbingan karier</p> <p>3. sangat berkerja sama karena BK</p>

bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?	memberikan bimbingan karier kepada siswa.
<p>1. Apakah menurut bapak siswa telah menerima kelemahan yang ada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Masih banyak siswa yang belum menerima kelemahannya, sebagian dari mereka tidak merasa percaya diri dan hampir selalu menyalahkan segala hal kepada diri mereka dan kekurangannya.</p> <p>2. Mulai mengingatkan dan memotivasi siswa dengan cara terus mendorong siswa berfikir positif dan bertingkah laku yang baik sehingga membuat <i>mindset</i> siswa lebih baik dari sebelumnya.</p> <p>3. Ada, dikarenakan guru BK tau bagaimana layanan yang tepat membantu siswa ketika dalam permasalahan ini.</p>

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Apakah menurut bapak siswa sudah memiliki rasa kepuasan terhadap penampilan dirinya seutuhnya?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Belum, menurut saya masih banyak siswa yang belum memiliki rasa percaya diri. Sehingga mereka masih belum puas dengan penampilan dirinya sendiri.</p> <p>2. Mulai mengingatkan dan memotivasi siswa dengan cara terus mendorong siswa berfikir positif dan memiliki rasa percaya diri yang baik sehingga membuat <i>mindset</i> siswa lebih baik dari sebelumnya.</p>

	3. Iya, karena guru BK tau bagaimana cara mengatasi masalah tersebut.
<p>1. Apakah menurut bapak siswa sudah memiliki sifat tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Belum, menurut saya masih banyak siswa yang belum memiliki rasa percaya diri. Sehingga mereka masih belum puas dengan penampilan dirinya sendiri.</p> <p>2. Mulai mengingatkan dan memotivasi siswa dengan cara terus mendorong siswa berfikir positif dan memiliki rasa percaya diri yang baik sehingga membuat <i>mindset</i> siswa lebih baik dari sebelumnya.</p> <p>3. Iya, karena guru BK tau bagaimana cara mengatasi masalah tersebut.</p>
<p>1. Apakah menurut bapak siswa berpenampilan dengan mengikuti tren yang ada dikalangan remaja saat ini?</p> <p>2. Bagaimana cara bapak untuk mengatasi permasalahan tersebut?</p> <p>3. Apakah bapak dan guru BK bekerjasama dalam mengatasi permasalahan tersebut?</p>	<p>1. Iya, karena dari yang saya lihat siswa berpenampilan seperti gaya-gaya para artis dan <i>selebgram</i>.</p> <p>2. Memberikan pemahaman bahwa pribadi yang menarik bukan hanya dilihat dari kondisi fisik dan gaya berpenampilan saja. Melainkan dilihat dari sudut pandang akhlak, kecerdasan, intelektual, dan karakter siswa tersebut.</p> <p>3. Iya, karena guru BK tau bagaimana cara mengatasi masalah tersebut.</p>

LAMPIRAN 6

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Siswa

Hari/Tanggal : Selasa/13 Juli 2021

Tempat : Ruangan Kelas

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>	<p>1. Harapan saya, saya memiliki tinggi dan berat badan yang ideal, karena saya akan terlihat cantik</p> <p>2. Saya juga tidak tahu, karna saya kadang juga tidak merasa bersyukur terhadap kondisi fisik saya.</p> <p>3. Faktornya adalah karena saya ingin terlihat cantik dengan pandangan orang lain.</p>
<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>	<p>1. Sikap saya sebenarnya sedih, tapi tidak saya perlihatkan kepada orang yang mencela saya.</p> <p>2. Kalau masih bisa saya maafkan saya akan diam saja, tetapi kalau perkataannya sudah kelewatan saya akan menentangnya.</p> <p>3. Karena apabila saya tidak menentangnya orang tersebut akan terus terusan mencela saya.</p>
<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p>	<p>1. Saya pernah berfikir rendah dari orang lain, karena apabila saya bersama teman saya, teman saya selalu dipuji sedangkan saya tidak.</p> <p>2. Faktornya adalah karena orang lain</p>

<p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>	<p>lebih menarik daripada saya.</p> <p>3. Dengan membandingkan kepada orang lain.</p> <p>4. Menurut saya hanya saya yang tau dengan kelebihan saya, karena saya tidak merasa percaya diri dengan kelebihan saya.</p>
<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>	<p>1. Dengan mencoba bersyukur.</p> <p>2. Saya membuat <i>planning</i> yang menjadikan saya menjadi manusia yang terus berkembang.</p> <p>3. Faktor yang menjadi pendorong adalah keinginan saya tersebut untuk terus menjadikan saya menjadi lebih baik.</p>
<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>3. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>	<p>1. Tidak.</p> <p>2. Saya selalu mencoba bersyukur dengan apa yang saya punya.</p> <p>3. Ya, saya sulit mengekspresikan diri saya karena tidak ada kepercayaan diri saya.</p>

Pertanyaan	Jawaban
-------------------	----------------

<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana menurut anda penampilan diri serta kondisi tubuh anda secara keseluruhan sudah menarik? 2. Apakah anda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang anda miliki sekarang agar terlihat menarik? 3. Mengapa anda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang anda miliki sekarang agar terlihat menarik? 4. Bagaimana cara anda untuk memperbaiki kondisi tubuh anda agar terlihat menarik? 5. Apa yang menjadi faktor anda ingin merubah kondisi tubuh anda sekarang? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saya belum menarik. 2. Jika bisa saya ada keinginan. 3. Karena itu membuat saya lebih dihargai oleh orang lain. 4. Dengan merawat diri. 5. Faktornya karena saya ingin dihargai seperti orang yang memiliki tubuh yang baik.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh anda tidak semenarik orang lain? 2. Mengapa anda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh anda tidak semenarik orang lain? 3. Bagaimana tanggapan anda mengenai perbedaan kondisi tubuh yang anda miliki dengan orang lain? 4. Apakah tanggapan di atas menjadikan anda memiliki pemikiran diri anda tidak semenarik orang lain dan mengapa? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya, terkadang saya memiliki pikiran seperti itu. 2. Karena orang lain lebih cantik. 3. Saya merasa manusia pasti mempunyai kekurangan, tapi kadang saya juga tidak sadar akan hal tersebut. 4. Iya. 5. Lingkungan.

5. Apa faktor yang menjadikan ananda merasa kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?	
<p>1. Bagaimana pendapat ananda mengenai bentuk tubuh yang ideal sesuai tren yang ada saat ini?</p> <p>2. Apakah ananda menjadikan tren mengenai bentuk tubuh yang ideal tersebut sebagai patokan mengenai keidealan butuh yang seutuhnya?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda untuk mengupayakan diri ananda agar sesuai dengan tren bentuk tubuh yang ideal tersebut?</p> <p>4. Apa faktor yang mendasari ananda ingin mengikuti tren yang ada?</p>	<p>1. Bentuk tubuh yang ideal itu tubuhnya tinggi, dan berat badannya sesuai tinggi badan.</p> <p>2. Iya</p> <p>3. Mengikuti tren diet dengan menjaga pola makan.</p> <p>4. Faktornya karena saya ingin terlihat cantik.</p>

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Siswa

Hari/Tanggal : Selasa/13 Juli 2021

Tempat : Ruangan Kelas

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>	<p>1. Harapan saya yakni saya harus lebih sering merawat/menjaga fisik saya, hal ini penting karena jika saya tidak merawat/menjaga fisik saya, saya akan jatuh sakit.</p> <p>2. Cara saya menghargai kondisi fisik dan diri saya sendiri yakin dengan selalu berfikir positif dan tetap optimistis.</p> <p>3. Karena menurut saya, saya kurang sering merawat dan memperhatikan kondisi fisik saya.</p>
<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>	<p>1. Saya akan bersikap santai saja, saya tidak peduli apa pendapat orang lain mengenai kondisi fisik saya.</p> <p>2. Tentu saya akan menentangnya, karena saya tau saya itu cantik.</p> <p>3. Karena menurut saya, seseorang yang menilai orang lain dengan pendapat yang kurang menyenangkan akan membuat orang lain tersebut tidak percaya diri, jadi saya harus menentang hinaannya tersebut, supaya mereka pikir-pikir lagi kalau mau mengungkapkan pendapat.</p>
<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah</p>	<p>1. Saya selalu berpikir bahwa semua orang itu sama, saya tidak</p>

<p>berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p> <p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>	<p>pernah merasa selalu rendah. Daripada orang lain karena semua manusia itu dimata sang Pencipta sama, yang membedakan hanya amal ibadahnya.</p> <p>2. Saya tidak pernah beranggapan seperti itu.</p> <p>3. Saya rasa keterbatasan dan kelebihan saya hanya saya yang tau.</p> <p>4. Caranya dengan selalu tampil percaya diri di depan semua orang.</p>
<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>	<p>1. Dengan mensyukuri atas apa yang sudah saya miliki sekarang.</p> <p>2. Dengan cara menunjukkan kepada orang lain hal-hal yang saya inginkan.</p> <p>3. Dikarenakan mewujudkan hal-hal yang ingin saya capai itu harus/wajib, setiap orang harus memiliki pencapaiannya masing-masing.</p>
<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p>	<p>1. Saya tidak akan menyalahkan diri saya atas hal tersebut.</p> <p>2. Saya tidak pernah menyalahkan jika saya mempunyai kekurangan pada diri saya, saya sangat mensyukuri tentang apa adanya diri saya.</p> <p>3. Dengan selalu tampil percaya diri.</p> <p>4. Tentu tidak.</p>

4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?	
---	--

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana menurut ananda penampilan diri serta kondisi tubuh ananda secara keseluruhan sudah menarik?</p> <p>2. Apakah ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>3. Mengapa ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda untuk memperbaiki kondisi tubuh ananda agar terlihat menarik?</p> <p>5. Apa yang menjadi faktor ananda ingin merubah kondisi tubuh ananda sekarang?</p>	<p>1. Tentu saja penampilan diri saya sangat menarik.</p> <p>2. Tidak, saya sudah sangat bersyukur karena memiliki kondisi tubuh yang ideal, banyak orang lain yang ingin memiliki kondisi tubuh seperti saya.</p> <p>3. Saya tidak memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh saya.</p> <p>4. Tidak perlu memperbaikinya, saya hanya perlu merawat dan menjaganya saja.</p> <p>5. Tidak ada.</p>
<p>1. Apakah ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p> <p>2. Mengapa ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p>	<p>1. Saya tidak pernah memiliki pemikiran yang seperti itu.</p> <p>2. Saya tidak pernah memiliki pemikiran yang seperti itu.</p> <p>3. Menurut saya hal itu biasa saja.</p> <p>4. Tidak.</p> <p>5. Saya menarik, jadi menurut saya tidak ada faktor.</p>

<p>3. Bagaimana tanggapan ananda mengenai perbedaan kondisi tubuh yang ananda miliki dengan orang lain?</p> <p>4. Apakah tanggapan di atas menjadikan ananda memiliki pemikiran diri ananda tidak semenarik orang lain dan mengapa?</p> <p>5. Apa faktor yang menjadikan ananda merasa kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p>	
<p>1. Bagaimana pendapat ananda mengenai bentuk tubuh yang ideal sesuai tren yang ada saat ini?</p> <p>2. Apakah ananda menjadikan tren mengenai bentuk tubuh yang ideal tersebut sebagai patokan mengenai keidealan tubuh yang seutuhnya?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda untuk mengupayakan diri ananda agar sesuai dengan tren bentuk tubuh yang ideal tersebut?</p> <p>4. Apa faktor yang mendasari ananda ingin mengikuti tren yang ada?</p>	<p>1. Menurut saya bentuk tubuh yang ideal itu sangat bagus, karena jika tidak ideal akan terjadi obesitas, tentunya tidak baik jika obesitas.</p> <p>2. Tentunya akan saya jadikan patokan mengenai keidealan tubuh, dan saya juga sudah ideal.</p> <p>3. Saya sudah ideal, dan untuk mempertahankannya, saya rajin berolahraga dan makan makanan yang rendah kalori.</p> <p>4. Karena <i>good looking</i> itu penting.</p>

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Siswa

Hari/Tanggal : Selasa/13 Juli 2021

Tempat : Ruangan Kelas

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>	<p>1. Harapan saya semoga wajah saya <i>glowing</i>, tinggi, putih, cantik. Agar terlihat lebih cantik dan menarik.</p> <p>2. Biasanya dengan membeli barang sebagai hadiah untuk diri sendiri serta lebih bersyukur dan berpikir jika semua orang punya kekurangan dan kelebihan tersendiri.</p> <p>3. Karena saya berpikir mungkin kurang enak dilihat.</p>
<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>	<p>1. Tidak langsung menerima pendapatnya.</p> <p>2. Menjadikan perbaikan untuk kedepannya. Jika pendapatnya bisa diterima.</p> <p>3. Karena orang lain berhak berpendapat, baik itu tentang diri kita atau dirinya sendiri.</p>
<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah</p>	<p>1. Saya tidak tau, karena saya masih merasa diri saya tidak sempurna dan masih menganggap diri saya rendah.</p>

<p>berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p> <p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>	<p>2. Karena saya kurang percaya diri dan saya sering diejek oleh orang lain.</p> <p>3. Saya tidak tau.</p> <p>4. Saya tidak tau.</p>
<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>	<p>1. Tidak tau, karena saya sendiri belum dapat menerima keadaan diri saya.</p> <p>2. Saya hanya bisa berkhayal karena saya tidak yakin saya bisa mewujudkan yang saya inginkan.</p> <p>3. Terlebih karena keadaan sekitar</p>
<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>	<p>1. Iya, apalagi saat sedang <i>overthingking</i> dan <i>badmood</i> biasanya saya menyalahkan kekurangan yang ada.</p> <p>2. Karena saya <i>overthingking</i> dan tidak percaya diri.</p> <p>3. Dengan bersyukur masih diberikan kekurangan yang ada karena masih banyak yang memiliki kekurangan banyak.</p> <p>4. Iya saya sangat sulit untuk mengekspresikan diri saya.</p>

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana menurut ananda penampilan diri serta kondisi tubuh ananda secara keseluruhan sudah menarik?</p> <p>2. Apakah ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>3. Mengapa ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda untuk memperbaiki kondisi tubuh ananda agar terlihat menarik?</p> <p>5. Apa yang menjadi faktor ananda ingin merubah kondisi tubuh ananda sekarang?</p>	<p>1. Sangat tidak menarik.</p> <p>2. Ada, saya ingin melangsingkan badan, memutihkan kulit saya, meninggikan badan saya.</p> <p>3. Karena saya ingin terlihat lebih sehat dan cantik.</p> <p>4. Rajin berolahraga.</p> <p>5. karena orang lain terlihat cantik dan sehat dan saya tidak.</p>
<p>1. Apakah ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p> <p>2. Mengapa ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p> <p>3. Bagaimana tanggapan ananda mengenai perbedaan kondisi tubuh yang ananda miliki dengan orang lain?</p> <p>4. Apakah tanggapan di atas menjadikan ananda memiliki</p>	<p>1. Iya.</p> <p>2. Karena saya rasa kondisi fisik saya tidak menarik.</p> <p>3. Perbedaan tiap orang memang ada. Namun, saya merasa tidak percaya diri dengan kondisi fisik saya.</p> <p>4. Iya, karena saya rasa saya tidak menarik.</p> <p>5. Karena saya rasa saya pendek, jelek dan hitam.</p>

<p>pemikiran diri ananda tidak semenarik orang lain dan mengapa?</p> <p>5. Apa faktor yang menjadikan ananda merasa kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p>	
<p>1. Bagaimana pendapat ananda mengenai bentuk tubuh yang ideal sesuai tren yang ada saat ini?</p> <p>2. Apakah ananda menjadikan tren mengenai bentuk tubuh yang ideal tersebut sebagai patokan mengenai keidealan butuh yang seutuhnya?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda untuk mengupayakan diri ananda agar sesuai dengan tren bentuk tubuh yang ideal tersebut?</p> <p>4. Apa faktor yang mendasari ananda ingin mengikuti tren yang ada?</p>	<p>1. Langsing dan tinggi.</p> <p>2. Iya, karena mengikuti tren membuat saya tampil menarik.</p> <p>3. Saya ingin diet, pake behel, perawatan kulit agar kulit saya putih dan <i>glowing</i>.</p> <p>4. Agar saya seperti orang lain.</p>

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Siswa

Hari/Tanggal : Rabu/14 Juli 2021

Tempat : Ruangan Kelas

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>	<p>1. Harapan saya adalah saya ingin memiliki tubuh yang sehat tidak gemuk. Karena menurut saya badan ideal adalah badan yang tidak gemuk.</p> <p>2. Dengan tidak mengonsumsi makanan mengandung lemak dan kalori dan selalu bersyukur.</p> <p>3. Karna tubuh ideal sangatlah penting, dan merawat diri salah satu faktor penentu bagaimana disiplin diri sendiri terjaga.</p>
<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>	<p>1. Saya memaafkannya, tetapi tidak melupakannya.</p> <p>2. Terima saja karena sudah ciptaan Tuhan.</p> <p>3. Ya fisik sudah seperti ini, jika dia menghina ciptaan Tuhan, sama halnya dia menghina dirinya sendiri.</p>
<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p> <p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p>	<p>1. Kadang berpikir saya tidak terlalu hebat daripada orang yang sudah menemukan jati dirinya tetapi disamping itu saya akan tetap belajar demi hidup</p>

<p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>	<p>saya, karna yang menjalani dan merasakan akibat nya saya sendiri.</p> <p>2. Saya merasa tidak lebih baik daripada orang lain.</p> <p>3. Selalu bersyukur.</p> <p>4. Caranya dengan dibidang apa saya handal, dan apa yang membuat saya senang melakukan hal yang saya kuasai.</p>
<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>	<p>1. Dengan cara bersyukur dengan apa yang saya miliki.</p> <p>2. Saya berlatih dan belajar lebih giat dibidang yang saya sukai.</p> <p>3. Keluarga.</p>
<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>	<p>1. Terkadang saya menyalahkan diri saya sendiri atas segala kekurangan saya.</p> <p>2. Karena menurut saya, saya belum menjadi manusia yang berguna dan pantas untuk dibanggakan oleh keluarga dan orang-orang sekitar saya.</p> <p>3. Dengan bersyukur.</p> <p>4. Terkadang saya memang sulit megeskpresikan diri saya karena saya merasa kurang percaya diri.</p>

Pertanyaan	Jawaban
<p>1. Bagaimana menurut ananda penampilan diri serta kondisi tubuh ananda secara keseluruhan sudah menarik?</p> <p>2. Apakah ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>3. Mengapa ananda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang ananda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda untuk memperbaiki kondisi tubuh ananda agar terlihat menarik?</p> <p>5. Apa yang menjadi faktor ananda ingin merubah kondisi tubuh ananda sekarang?</p>	<p>1. Menurut saya, saya belum menarik secara keseluruhan.</p> <p>2. Iya, karena saya rasa itu perlu.</p> <p>3. Karena terkadang saya masih merasakan perasaan tidak percaya diri, minder dengan lingkungan sekitar saya dengan kondisi fisik saya saat ini.</p> <p>4. Saya berolahraga, hidup sehat, dan merawat tubuh saya.</p> <p>5. Faktor lingkungan sekitar.</p>
<p>1. Apakah ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p> <p>2. Mengapa ananda memiliki pikiran diri maupun kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p> <p>3. Bagaimana tanggapan ananda mengenai perbedaan kondisi tubuh yang ananda miliki dengan orang lain?</p> <p>4. Apakah tanggapan di atas menjadikan ananda memiliki pemikiran diri ananda tidak semenarik orang lain dan mengapa?</p> <p>5. Apa faktor yang menjadikan ananda merasa kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?</p>	<p>1. Ya, terkadang saya memiliki pemikiran seperti itu.</p> <p>2. Karena saya rasa orang disekitar saya cantik dan ganteng. Tidak seperti saya.</p> <p>3. Saya sadar perbedaan tiap-tiap orang itu memang ada. Tapi saya sendiri juga belum bisa menerima perbedaan itu.</p> <p>4. Iya.</p> <p>5. Faktor dari diri saya sendiri yang merasa tidak percaya diri.</p>

<p>1. Bagaimana pendapat ananda mengenai bentuk tubuh yang ideal sesuai tren yang ada saat ini?</p> <p>2. Apakah ananda menjadikan tren mengenai bentuk tubuh yang ideal tersebut sebagai patokan mengenai keidealan butuh yang seutuhnya?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda untuk mengupayakan diri ananda agar sesuai dengan tren bentuk tubuh yang ideal tersebut?</p> <p>4. Apa faktor yang mendasari ananda ingin mengikuti tren yang ada?</p>	<p>1. Menurut saya tren yang ada saat ini memang jadi penentu tubuh yang ideal.</p> <p>2. Iya, saya menjadikan itu sebagai patokan.</p> <p>3. Dengan cara berpenampilan seperti orang-orang masa kini.</p> <p>4. Saya melihat sosial media. Banyak sekali orang-orang yang terlihat menarik dengan gaya penampilan masa kini.</p>
---	---

Rekapitulasi Hasil Wawancara Dengan Siswa

Hari/Tanggal : Rabu/14 Juli 2021

Tempat : Ruangan Kelas

Pertanyaan	Jawaban
------------	---------

<p>1. Bagaimana harapan ananda terhadap kondisi fisik dalam diri ananda sekarang dan mengapa ananda memiliki harapan tersebut?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda menghargai kondisi fisik dan diri ananda sendiri?</p> <p>3. Apa faktor penyebab ananda memiliki harapan mengenai kondisi fisik seperti itu?</p>	<p>1. Saya berharap agar saya memiliki tubuh yang ideal. Karena menurut saya ini akan berdampak buruk dikemudian hari jika bentuk tubuh saya tetap seperti ini.</p> <p>2. Saya kurang menghargai kondisi fisik saya selama ini jarang memperhatikan.</p> <p>3. Faktor keluarga dan lingkungan sekitar.</p>
<p>1. Bagaimana sikap ananda jika ada orang lain yang memberikan pendapat kurang menyenangkan mengenai kondisi fisik ananda?</p> <p>2. Bagaimana ananda menanggapi pendapat yang kurang menyenangkan itu, apakah ananda menerima saja pendapat itu atau menentangnya?</p> <p>3. Mengapa ananda menerima atau menentang pendapat kurang menyenangkan itu serta faktor apa yang menjadi dasar ananda menerima atau menentang pendapat tersebut?</p>	<p>1. Mungkin saya akan terbawa emosi dan sakit hati tetapi tidak memperlihatkannya dikeramaian.</p> <p>2. Saya diam saja, selagi masih batas wajar.</p> <p>3. Saya menerima jika itu sesuai fakta dan marah jika tidak sesuai fakta.</p>
<p>1. Bagaimana ananda menerima diri ananda secara utuh atau pernahkah berfikir kamu selalu rendah daripada orang lain?</p> <p>2. Apa faktor ananda menganggap fisik ananda tidak lebih baik dari orang lain?</p>	<p>1. Ya, tentu saja pernah saya sering membandingkan diri saya dengan kakak saya.</p> <p>2. Faktor orang terdekat menjadikan saya lelah. Lelah dicela oleh kakak saya. Saya terlalu dini untuk memiliki bentuk tubuh yang kurang ideal.</p> <p>3. Saya tidak memiliki cara khusus untuk ini.</p>

<p>3. Bagaimana cara ananda menilai keterbatasan dan kelebihan yang ananda miliki?</p> <p>4. Bagaimana cara ananda menunjukkan kelebihan yang anda miliki?</p>	<p>4. Saya tidak memiliki kelebihan apapun saya rasa begitu.</p>
<p>1. Bagaimana ananda dapat menerima keadaan yang ananda miliki sekarang?</p> <p>2. Bagaimana cara ananda mewujudkan hal-hal yang ananda inginkan?</p> <p>3. Apa faktor yang menjadi pendorong ananda mewujudkan hal-hal yang ananda ingin capai?</p>	<p>1. Berdamai dengan diri sendiri dan harus lebih percaya diri karena orang-orang di zaman sekarang malah pada dengan bentuk tubuh yang apa adanya.</p> <p>2. Saya bekerja keras tentunya dan selalu berusaha mencapai keinginan saya.</p> <p>3. Kritik dan saran dari semua belah pihak disekitar saya.</p>
<p>1. Apakah dengan kekurangan yang ananda miliki ananda menyalahkan diri ananda atas hal tersebut?</p> <p>2. Mengapa ananda menyalahkan diri ananda atas kekurangan tersebut? (opsional)</p> <p>3. Bagaimana cara ananda menerima kekurangan yang ada pada diri ananda?</p> <p>4. Apakah dengan kekurangan pada diri ananda membuat ananda sulit mengekspresikan diri?</p>	<p>1. Ya, kadang seperti itu jika saya berkaca sendirian.</p> <p>2. Saya tidak menyalahkan diri saya dan siapapun tidak pernah.</p> <p>3. Dengan melihat kelebihan yang saya miliki.</p> <p>4. Kadang-kadang seperti itu.</p>

Pertanyaan	Jawaban
------------	---------

<p>1. Bagaimana menurut anda penampilan diri serta kondisi tubuh anda secara keseluruhan sudah menarik?</p> <p>2. Apakah anda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang anda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>3. Mengapa anda memiliki keinginan untuk merubah kondisi tubuh yang anda miliki sekarang agar terlihat menarik?</p> <p>4. Bagaimana cara anda untuk memperbaiki kondisi tubuh anda agar terlihat menarik?</p> <p>5. Apa yang menjadi faktor anda ingin merubah kondisi tubuh anda sekarang?</p>	<p>1. Belum terlalu.</p> <p>2. Ada.</p> <p>3. Karena ini memang harus di ubah dan agar kritik terus.</p> <p>4. Dengan cara olahraga.</p> <p>5. Faktor keluarga dan orang sekitar.</p>
<p>1. Apakah anda memiliki fikiran diri maupun kondisi tubuh anda tidak semenarik orang lain?</p> <p>2. Mengapa anda memiliki fikiran diri maupun kondisi tubuh anda tidak semenarik orang lain?</p> <p>3. Bagaimana tanggapan anda mengenai perbedaan kondisi tubuh yang anda miliki dengan orang lain?</p> <p>4. Apakah tanggapan di atas menjadikan anda memiliki pemikiran diri anda tidak semenarik orang lain dan mengapa?</p>	<p>1. Ya, saya memilikinya.</p> <p>2. Karena saya terkadang kurang percaya diri.</p> <p>3. Saya tau setiap orang memang memiliki perbedaan dari segi fisik dan kondisi tubuh.</p> <p>4. Iya, karena saya merasa kurang percaya diri.</p> <p>5. Faktor keluarga dan lingkungan.</p>

5. Apa faktor yang menjadikan ananda merasa kondisi tubuh ananda tidak semenarik orang lain?	
<p>1. Bagaimana pendapat ananda mengenai bentuk tubuh yang ideal sesuai tren yang ada saat ini?</p> <p>2. Apakah ananda menjadikan tren mengenai bentuk tubuh yang ideal tersebut sebagai patokan mengenai keidealan butuh yang seutuhnya?</p> <p>3. Bagaimana cara ananda untuk mengupayakan diri ananda agar sesuai dengan tren bentuk tubuh yang ideal tersebut?</p> <p>4. Apa faktor yang mendasari ananda ingin mengikuti tren yang ada?</p>	<p>1. Saya setuju, karena tren bentuk tubuh sekarang terlihat lebih enak dilihat.</p> <p>2. Kadang iya kadang tidak.</p> <p>3. Banyak melihat latihan <i>workout</i> di rumah kalau ada waktu dilakukan kalau tidak ya tidak dilakukan.</p> <p>4. Faktor kritik dan saran dari orang sekitar.</p>

LAMPIRAN 7

Dokumentasi foto



Wawancara Dengan Guru BK



Wawancara Dengan Wali Kelas



Wawancara Dengan Siswa



Wawancara Dengan Siswa



Wawancara Dengan Siswa



Wawancara Dengan Siswa



Wawancara Dengan Siswa



Mushola



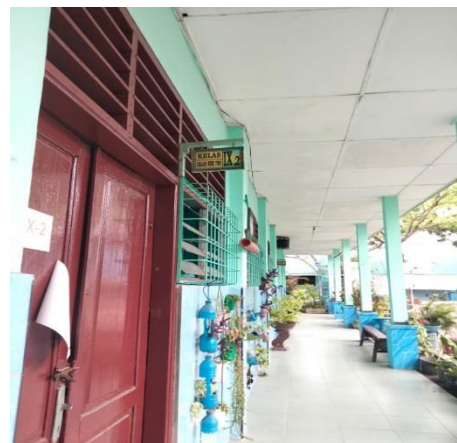
Parkiran



Taman



Lapangan



Ruang Kelas



Ruang UKS



Gerbang Masuk



Kamar Mandi



Ruang Piket



Ruang BK

LAMPIRAN 8



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371
Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B-12070/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/06/2021

21 Juni 2021

Lampiran : -

Hal : Izin Riset

Yth. Bapak/Ibu Kepala SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Assalamulaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama	: Evi Dayanti Siregar
NIM	: 0303172163
Tempat/Tanggal Lahir	: Depok, 18 September 1999
Program Studi	: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Semester	: VIII (Delapan)
Alamat	: Jl. Jamalayu LBS LINK IV Kelurahan Sihitang Kecamatan PADANGSIDIMPUAN TENGGARA

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Jl. Besar Tembung, Tembung, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang Prov. Sumatera Utara, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi (Karya Ilmiah) yang berjudul:

Studi Tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap Body Image Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 21 Juni 2021
a.n. DEKAN
Ketua Program Studi Bimbingan
Konseling Pendidikan Islam



Digitally Signed

Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi
NIP. 198212092009122002

Tembusan:

- Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan

LAMPIRAN 9



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS PENDIDIKAN
UPT SATUAN PENDIDIKAN FORMAL
SMP NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN**

Jalan Besar Tembung Kab. Deli Serdang Kode Pos 20371
Telp. 061-7380178 Email: smpn1pseituan@yahoo.co.id

Nomor : 800/ 117 / UPT.SPF-SMPN.1-PST/2021

Lamp. : -

Perihal : Izin Riset

Kepada

Yth : Dekan Ketua Program Studi Bimbingan Konseling
Pendidikan Islam
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Di

M e d a n.

Dengan hormat,

mementuhi maksud surat nomor: B-12070/ITK/ITK.V.3/PP 00.9/06/2021 Tertanggal 21 Juni 2021
perihal Izin Riset atas :

N a m a	: EVI DAYANTI SIREGAR
N I M	: 0303172163
PRODI	: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Maka perlu kami beritahukan bahwa izin riset telah diberikan dan telah selesai dilaksanakan pada tanggal 22 Juni s d 15 Juli 2021.

Adapun izin melaksanakan riset ini diberikan kepada yang bersangkutan guna untuk penyusunan Skripsi dengan judul "*Studi Tentang Penerimaan Diri Siswa Terhadap Body Image Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan*".

Demikian Surat Izin Riset ini diberikan untuk mendapat urusan selanjutnya dan di ucapkan terima kasih.



LAMPIRAN 10**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Data Diri**

Nama Lengkap : Evi Dayanti Siregar
 T. Tanggal Lahir : Depok, 18 September 1999
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Kewarganegaraan : WNI
 Status : Mahasiswa
 Alamat Rumah : Jl. Jamalayu Lb s Link IV, Sihitang, Padang
 Sidimpuan Sumatera Utara
 RT/RW : -
 Desa/Kelurahan : Sihitang
 Kecamatan : Padang Sidimpuan Tenggara
 Kabupaten : Padang Sidimpuan
 Alamat Domisili : Jl. Suluh no. 126, Kel. Sidorejo Hilir
 Kec.Tembung Kab. Medan Sumatera Utara
 Alamat E-Mail : evidayantisiregar1@gmail.com
 No.HP : 082273975508
 Anak Ke dari : 1 Dari 2 Bersaudara

B. Riwayat Pendidikan

SD : SD Negeri Cipayung 01 Kab. Bogor
 SLTP : MTS Negeri Cimanggis Kota Depok
 SMA : MAN 1 Padang Sidimpuan
 UNIVERSITAS : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

C. Data Orang Tua**1. Ayah**

Nama Ayah : Alm. H. Husein Siregar
 T. Tanggal Lahir : Bangunpurba, 29 Februari 1975
 Pekerjaan : -
 Pendidikan Terakhir : SMA

2. Ibu

Nama : Hj. Sahroida Daulay

T. Tanggal Lahir : Siunggam Jae, 2 Mei 1976

Pekerjaan : -

Pendidikan Terakhir : S1

Peneliti,

Evi Dayanti Siregar

NIM 0303172163

