

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA SISWA VIII
SMP MUHAMMADIYAH 1 MEDAN T.P 2018/2019**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Syarat-Syarat Mencapai
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Pada Program Studi
Bimbingan dan Konseling*

OLEH :

IFRAH HIFSY
NPM: 1502080082



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2019**



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, Tanggal 21 September 2019, pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

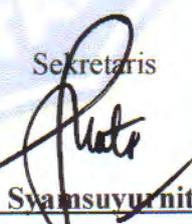
Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus


Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

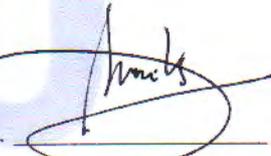
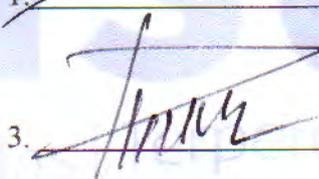
PANITIA PELAKSANA

Ketua
Sekretaris


Dra. Hj. Syamsuyunita, M.Pd

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Hj. Sulhati Syam, MA
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Drs. Zaharuddin Nur, MM

1. 
2. 
3. 



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238

Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

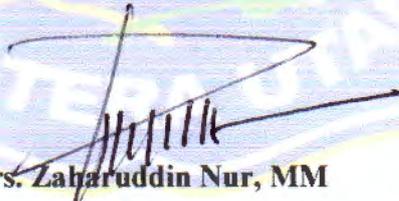
Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
N.P.M : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

sudah layak disidangkan.

Medan, September 2019

Disetujui oleh:

Pembimbing


Drs. Zaharuddin Nur, MM

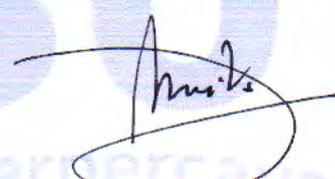
Diketahui oleh:

Dekan

Ketua Program Studi




Dr. H. Effrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.


Dra. Jamila, M.Pd.

ABSTRAK

Ifrah Hifsy, 1502080082, “Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019”.

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui penerimaan diri siswa melalui layanan konseling individual. Layanan konseling individual adalah pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) mendapatkan langsung tatap muka (perorangan) dengan guru bimbingan dan konseling (konselor) dalam rangka membantu klien memecahkan masalah dan mengoptimalkan potensi dirinya. Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Medan dengan responden dua orang siswa yang mengalami masalah penerimaan diri pada bentuk tubuh. Hasil dari penelitian ini diperoleh melalui dua kali proses layanan yang diberikan kepada responden. Dan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Medan dapat diketahui bahwa sanya pelaksanaan bimbingan dan konseling itu sendiri sudah berjalan cukup baik hanya saja pelaksanaan konseling individual nya belum cukup baik. Dan penerimaan diri siswa mulai meningkat setelah proses konseling itu dilaksanakan.

Kata kunci : Konseling individual, Penerimaan Diri.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum. Wr.Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018-2019”**. Shalawat beriringkan salam tidak lupa penulis hadiahkan kepada Baginda Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa kita dari alam kebodohan menuju alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti pada saat sekarang ini.

Selama proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari cukup banyak mengalami kesulitan yang peneliti hadapi. Baik dari segi waktu, tenaga dan biaya. Namun, berkat doa, dorongan dan motivasi dari orang tua, pembimbing, keluarga, teman-teman seperjuangan, para dosen maupun pegawai akademik akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Selanjutnya peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

Yang pertama khusus teruntuk Ayahandaku Almarhum. Muhammad Yani dan ibundaku Khairani,S.Pdi yang telah berjuang mendidik dan membesarkan ku serta memberikan doa, motivasi, dukungan, kasih sayang maupun materi dengan ikhlas Lillahi Ta'ala untuk terus mendukung penulis sehingga penulis dapat

menyelesaikan studi sarjana di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).

Penulis juga mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada Ayahanda (panggilan saya) kepada **Drs.Zaharuddin Nur, M,M** yang telah sabar, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi sehingga skripsi ini selesai tepat pada waktunya.

Selanjutnya penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP selaku rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).
2. Bapak Dr. Elfrianto Nasution, M.Pd selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).
3. Ibundaku Dra. Jamila, M.Pd selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M selaku sekretaris ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara serta sebagai dosen pembahas dalam seminar proposal yang telah meluangkan waktunya dalam memberikan saran dan nasihat.

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan dari awal perkuliahan sampai akhir sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi.
6. Bapak Paiman S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan yang telah memberikan penulis kesempatan, waktu dan peluang untuk penulis melaksanakan penelitian hingga selesai.
7. Bapak Fakhur Rizal selaku guru bimbingan dan konseling di sekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan dan kepada bapak dan ibu guru pengajar di sekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan.
8. Adik-adikku tersayang Shilvia Hayatun Nopus dan Farah Dhiba Myrani yang selalu menanyakan perkembangan dan memberi dukungan selama penulisan skripsi ini.
9. Kepada seluruh keluarga besar kakek ku Almarhum. H. Abdullah wabil khusus Almarhum Mame apun ku Mashuri dan mame we ku Zamhuri Selian yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada sahabat saya serta teman seperjuangan saya, khairul amru, Erliana, Putri, Siah Sipahutar, rumah bahagia dan kepada mahasiswa bimbingan dan konseling B pagi angkatan 2015, dan seluruh teman lainnya yang telah memberi dukungan untuk penulis.
11. Kepada sahabat maron, Febri, Faisal, Nisa, Ramadhansyah, Tiya, Naldi, Maya, Deka, Indah, Nindy dan Naiko yang telah memberikan dukungan dan perhatian sehingga penulis tetap semangat dalam proses skripsi ini.

12. Kepada BPH PK IMM FKIP UMSU P.A 2018/2019 wabil khusus sebidku Ricci Novita Sari yang telah memberi dukungan dan motivasinya.

13. Kepada teman-teman BPH PIK M SYAHADAH UMSU P.A 2018/2019 yang telah memberi dukungan kepada penulis.

Seiring doa, mudah-mudahan Allah Swt membalas semua kebaikan yang telah kalian berikan kepada penulis. Karena tanpa kalian mungkin takkan pernah penulis sampai pada tahap ini...

Dengan ini semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rahmatnya kepada kita semua dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi yang membacanya terutama bagi penulis.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Medan, September 2019
Penulis

Ifrah Hifsy
NPM. 1502080082

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II : LANDASAN TEORITIS	6
A. Kerangka Teoritis.....	6
1. Layanan Konseling Individual.....	6
1.1 Pengertian Layanan Konseling Individual.....	6
1.2 Tujuan Layanan Konseling Individual	7
1.3 Asas-asas Layanan Konseling Individual	9
1.4 Tahapan dalam Konseling Individual	10
1.5 Teknik-teknik Konseling Individual.....	12
1.6 Teknik umum Konseling Individual	13

2.	Penerimaan Diri	13
2.1	Pengertian Penerimaan Diri	13
2.2	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri.....	14
2.3	Aspek-aspek Penerimaan Diri.....	15
2.4	Dampak Penerimaan Diri.....	16
2.5	Langkah Meningkatkan Penerimaan Diri	17
2.6	Pengertian Body Image	18
2.7	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Body Image	19
B.	Kerangka Konseptual	20
BAB III : METODE PENELITIAN.....		22
A.	Lokasi dan Waktu penelitian.....	22
B.	Subjek dan Objek.....	23
C.	Defenisi Operasional.....	24
D.	Desain Penelitian	25
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	26
F.	Teknik Analisis Data.....	29
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		32
A.	Gambaran Umum Sekolah.....	32
1.	Gambaran sekolah.....	32
2.	Identitas Sekolah	33
3.	Visi dan Misi Sekolah	33
4.	Sarana dan Prasarana	36

5. Data Guru dan Pegawai.....	38
6. Data siswa	39
B. Hasil Deskripsi Penelitian	39
1. Pelaksanaan konseling individual	40
a. Hasil Observasi	40
b. Hasil Wawancara	42
2. Penerimaan Diri Siswa.....	43
a. Hasil Observasi	43
b. Hasil Wawancara	44
3. Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa.....	45
a. Hasil Observasi	45
b. Hasil Wawancara	47
C. Keterbatasan Penelitian	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	22
Tabel 3.2 Jumlah Subjek Siswa Kelas VIII	23
Tabel 3.3 Jumlah Objek Siswa Kelas VIII	24
Table 3.4 Pedoman Observasi	27
Tabel 3.5 pedoman wawancara siswa.....	28
Tabel 3.6 pedoman wawancara guru	28
Table 3.7 Pedoman Wawancara Wali Kelas	29
Tabel 4.1 Sarana Prasarana	35
Table 4.2 Data Guru	38
Table 4.3 Data Siswa	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	21
Gambar 3.1 Siklus Penelitian.....	26
Gambar 4.1 Struktur Sekolah.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2	Lembar Obervasi
Lampiran 3	Hasil Wawancara Guru Bimbingan konseling
Lampiran 4	Hasil Wawancara siswa
Lampiran 5	Rencana Pelaksanaan Layanan
Lampiran 6	Hasil wawancara wali kelas
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 7	Form K-1
Lampiran 8	Form K-2
Lampiran 9	Form K-3
Lampiran 10	Berita Acara Bimbingan Proposal
Lampiran 11	Surat Keterangan Seminar
Lampiran 12	Permohonan Perubahan Judul Skripsi
Lampiran 13	Surat Pernyataan
Lampiran 14	Surat Riset
Lampiran 15	Surat Balasan Riset
Lampiran 16	Berita Acara Bimbingan Skripsi
Lampiran 17	Surat Pernyataan Plagiat Proposal

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang sangat penting karena pendidikan mempunyai tugas untuk menyiapkan SDM bagi pembangunan bangsa dan negara. Menurut UU No.20 Tahun 2003, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, mengendalikan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat dan negara. Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) mengakibatkan perubahan dan pertumbuhan kearah yang lebih kompleks. Hal ini menimbulkan masalah-masalah sosial dan tuntutan-tuntutan baru yang tidak dapat diramalkan sebelumnya, sehingga pendidikan selalu menghadapi masalah karena adanya kesenjangan antara yang diharapkan dengan hasil yang dapat dicapai dari proses pendidikan. Pendidikan bukan hanya tanggung jawab siswa dan tenaga pendidikan saja tetapi juga orang tua siswa, masyarakat, pemerintah sehingga diperlukan partisipasi aktif dari pihak-pihak tersebut. Peran dari stakeholder diatas juga cukup besar pengaruhnya terhadap dunia pendidikan. Untuk itu, dibutuhkan kerja sama sama yang baik antar se-sama nya agar tujuan yang diinginkan dapat tercapai. Pun sebaliknya.

Pendidikan di Indonesia tentunya tidak terlepas pula dari yang nama nya bimbingan konseling. Yang mana bimbingan konseling itu sendiri sangat penting

untuk saat ini. Maka dari itu terbitlah Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan dasar dan Menengah, dengan begitu maka semakin kokoh kedudukan bimbingan dan konseling di sekolah terutama pada pendidikan dasar dan menengah. Peraturan menteri ini juga sebagai pijakan atau rujukan Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor dalam melaksanakan tugas Layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah terutama permasalahan jam masuk kelas yang selama ini menjadi perdebatan. Dalam pasal 6 ayat (4) dijelaskan bahwa Layanan Bimbingan dan Konseling sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang diselenggarakan di dalam kelas dengan beban belajar dua jam perminggu.

Bimbingan dan konseling merupakan alat bantu siswa di dalam memperoleh penyesuaian diri sesuai dengan tingkat perkembangannya. Dalam konsepsi mengenai tugas perkembangan dikatakan bahwa setiap periode tertentu terdapat sejumlah tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan. Perkembangan selanjutnya dalam penyesuaian dirinya di dalam masyarakat. Melalui layanan bimbingan konseling di sekolah siswa akan dibantu agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya dengan baik. Dilihat dari proses dan fase perkembangannya, para siswa berada pada fase masa remaja, masa ini ditandai dengan berbagai perubahan menuju kearah tercapainya kematangan dalam berbagai aspek seperti biologis, intelektual, emosional, perilaku, nilai, dan sebagainya.

Para siswa yang berada pada masa transisi di akhir masa anak-anak dan memasuki masa remaja sebagai persiapan memasuki dunia dewasa. Individu

dalam rentang kehidupannya akan selalu berhadapan dengan berbagai masalah, hanya saja masalah yang dihadapi individu satu akan mempunyai bentuk dan tingkat kesulitan yang berbeda dengan yang lainnya. Keterampilan individu dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi akan menuntun individu tersebut menuju tujuan hidup yang akan dijalaninya. Masalah yang terjadi di sekolah **SMP Muhammadiyah 1 Medan** ialah adanya siswa yang kurang dalam penerimaan diri. Itu semua ditandai dengan adanya sikap tidak puas diri dengan apa yang ada. Masih ada siswa yang mengeluh dengan diri mereka khususnya pada bentuk tubuh atau *Body Image*. Nah, peneliti menganggap bahwa siswa di sekolah tersebut kurang memiliki kemampuan dalam penerimaan diri mereka.

Dari latar belakang di atas, peneliti menganggap penting untuk mengadakan penelitian mengenai **“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018-2019”**.

B. Identifikasi Masalah

1. Kurangnya kemampuan siswa dalam menerima diri.
2. Penerimaan diri yang tidak baik terhadap kondisi tubuh.
3. Masih adanya siswa yang berkecil hati dan malu atas kemampuan mereka terhadap penerimaan diri.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan dari pernyataan diatas maka penelitian ini dibatasi pada **“Layanan Konseling Individual Untuk Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019”**.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah di uraikan di atas pada latar belakang masalah maka dapat dirumuskan masalah yakni “Bagaimana Penerapan Layanan Konseling Individual Terhadap Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019?”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini ialah untuk meningkatkan penerimaan diri siswa melalui layanan konseling individual pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019.

F. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya tujuan penelitian diatas, maka di harapkan hasil dari penelitian ini yaitu:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan penerapan konseling individu dan dapat dijadikan dasar bagi peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Siswa : memotivasi siswa untuk meningkatkan sikap penerimaan diri sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal di sekolah.
- b. Bagi Guru : bahan masukan bagi guru BK dalam mengatasi kasus siswa yang kurang dalam penerimaan diri.

- c. Bagi Peneliti : sebagai bahan masukan untuk menjadi calon guru BK dalam upaya mengatasi kasus siswa yang berasal dari penerimaan diri.
- d. Bagi Sekolah : sebagai bahan masukan untuk selalu menyarankan kepada guru BK untuk mengatasi kasus siswa yang berasal dari permasalahan penerimaan diri siswa.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teori

1. Layanan Konseling Individual

Di dalam bimbingan dan konseling terdiri dari beberapa layanan yang dapat diberikan kepada peserta didik salah satu dari 10 layanan tersebut adalah layanan konseling individual.

1.1 Pengertian Layanan Konseling Individual

Konseling individual merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa agar dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Menurut Abu Bakar (2012:17):

“Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi yang dilakukan dengan wawancara antara seorang konselor dan seorang klien. Klien mengalami kesukaran pribadi yang tidak dapat ia pecahkan sendiri, kemudian ia meminta bantuan seorang konselor sebagai seorang profesional dalam jabatannya dengan pengetahuan dan keterampilan psikologi, sehingga klien mampu memecahkan masalah pribadinya sendiri.”

Menurut Abu Bakar Luddin (2012:39) “Konseling individual mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport yakni suatu hubungan yang akrab ditandai dengan keharmonisan, kesesuaian, kecocokan dan saling tarik menarik.”

Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien, bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa konseling individual adalah proses bantuan atau hubungan tatap muka yang dilakukan oleh konselor (sebagai tenaga ahli) kepada konseli (siswa/klien) melalui tatap muka untuk membantu konseli dalam pengentasan masalahnya serta pengoptimalan potensi diri.

1.2 Tujuan Layanan Konseling Individual

Tujuan layanan konseling individual adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling individual bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami klien.

Ada dua tujuannya yaitu :

a. Tujuan umum

Tujuan umum layanan konseling individual adalah teratasinya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai suatu yang tidak disukai adanya dan sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui layanan konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksesuaian atau keberadaan sesuatu yang tidak diinginkan. Dengan layanan konseling individu klien diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, potensi klien dikembangkan.

b. Tujuan khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling yang secara menyeluruh diembannya. Yang pertama, melalui layanan konseling individual klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dinamis (fungsi pengentasan). Yang kedua, pemahaman itu dikembangkan persepsi dan sikap serta kegiatan untuk teratasinya secara spesifik masalah yang dialami klien (fungsi pemahaman) pemahaman dan pengentasan masalah merupakan fokus yang sangat khas, kongkrit dan langsung ditangani dalam layanan konseling individual. Yang ketiga, pengembangan dan pemeliharaan potensi klien melalui berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien yang dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan). Dan yang keempat, fungsi pencegahan dimana diharapkan tercegahnya masalah-masalah baru yang mungkin timbul. kelima, fungsi advokasi yang apabila masalah yang dialami menyangkut dilanggarnya hak-hak klien. Layanan ini memiliki kemampuan untuk membela diri sendiri. Kemudian dari pada itu konseling juga bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa cemas, sebagai konsekuensinya dari cara berfikir dan system keyakinan yang keliru dengan jalan melatih dan mengajari klien untuk menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan diri secara rasional dan membangkitkan diri dan nilai kemampuan diri. (Prayitno, 2017:109).

1.3 Asas-asas Layanan Konseling Individual

Asas-asas konseling itu berguna untuk memperlancar proses dan memperkuat proses yang ada didalamnya. Asas-asas konseling individual diantaranya :

1. Asas Kerahasiaan

Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Dengan kata lain, segala proses konseling itu menjadi rahasia antara konselor dan klien.

2. Asas Kesukarelaan dan Keterbukaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan konseling individual bersama konselor menjadi hal yang penting demi terbukanya klien dalam bercerita.

3. Asas Kekinian Dan Kegiatan

Dengan nuansa kekinian proses layanan dapat dikembangkan. Atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan.

4. Asas Kenormatifan dan Keahlian

Aspek teknis dan isi layanan konseling individual adalah normatif, tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah normatif yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku guna proses konseling yang efektif.

Dari paparan diatas, maka dapat dipahami bahwa dalam pemberian layanan individual kepada klien, seorang konselor harus menerapkan asas-asasnya guna tercapai tujuan yang di ingini. Prayitno (2017:112)

1.4 Tahapan Dalam Konseling Individual

Dalam layanan konseling individual ada tahapan-tahapan yang harus dibuat/ dijalankan dalam proses pelaksanaannya. Menurut Abu Bakar (2012:21) “Proses konseling terdiri atas tiga tahapan yaitu : “(a) Tahap awal atau mendefinisikan masalah, (b) Tahap pertengahan disebut tahap kerja, dan (c) Tahap perubahan dan tindakan (*action*).”

Secara umum proses konseling individual di bagi atas tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir konseling.

1. Tahap Awal Konseling

Tahap awal disebut juga dengan istilah *introduction, invitation, and environmental support*. Adapun yang dilakukan oleh konselor dalam proses konseling tahap awal adalah sebagai berikut.

a) Membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah.

Pada tahap ini konselor berusaha untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan klien dan berdiskusi dengan klien. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yaitu hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan konseling juga dapat ditentukan oleh tahap awal ini. Kunci keberhasilan konseling ditentukan dengan keterbukaan konselor dan klien.

b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah.

Sering klien tidak terbuka terhadap penjelasan masalahnya dan terkadang hanya mengetahui gejala-gejala nya saja. Nah, untuk mengatasi masalah itu terlebih dahulu klien harus mampu menjelaskan masalahnya tersebut. Tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami klien.

c) Membuat penjajakan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah.

Konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah kliennya.

d) Menegosiasikan Kontrak.

Kontrak konselor dengan klien mengenai waktu, tempat, tugas dan tanggung jawab konselor, tugas dan tanggung jawab klien, tujuan konseling dan kerja sama lainnya dengan pihak-pihak yang akan membantu klien.

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja).

Tahap ini disebut sebagai tahap *Action*. Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh pemahaman baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Dengan adanya pemahaman baru berarti ada dinamika pada diri klien untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalahnya. Adapun tujuan pada tahap ini sebagai berikut.

a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah.

Dengan penjelajahan dan pengeksplorasi ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai pemahaman dan alternatif pemecahan baru terhadap masalah yang dialaminya.

b) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara.

Hal ini dapat terjadi jika klien merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya.

c) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Untuk itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan mengingat dalam pikirannya.

3. Tahap Akhir Konseling

Tahap ini disebut dengan istilah *termination*. Tujuan tahap akhir ini adalah memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang tidak bermasalah. Pada tahap ini, konseling ditandai oleh beberapa hal berikut ini.

- a) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamik.
- c) Adanya tujuan hidup yang jelas dimasa yang akan datang dengan program yang jelas pula.
- d) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialaminya, dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, teman dan keadaan yang tidak menguntungkan.

1.5 Teknik- Teknik Konseling Individual

Ada beberapa tehnik yang digunakan dalam melakukan konseling individul. Menurut Abu Bakar (2012:42) Teknik- tehnik konseling antara lain :

“(1) Perilaku attending, (2) Empati, (3) Refleksi, (4) Eksplorasi, (5)Menangkap pesan utama, (6) Bertanya untuk membuka percakapan, (7) Bertanya tertutup, (8) Dorongan minimal, (9) Interpretasi, (10) Mengarahkan (directing), (11) Menyimpulkan sementara, (12) Memimpin, (13) Fokus, (14) Konfrontasi, (15) Menjamin, (16) Memudahkan, (17)

Diam, (18) Mengambil inisiatif, (19) Memberi nasehat, (20) Pemberian informasi, (21) Merencanakan, (22) Menyimpulkan. Dalam melaksanakan layanan konseling individual, konselor dapat melakukannya dengan menggunakan beberapa teknik tersebut .”

1.6 Teknik umum Konseling Individual

Abu bakar luddin (2012:62) mengemukakan beberapa teknik umum. Diantaranya:

“(1) Menerima Klien, (2) Penstrukturan, (3) mendengar, memahami dan merespon, (4) dorongan minimal, (5) pertanyaan terbuka, (6) keruntutan, (7) konfrontasi, (8) empati, (9) refleksi, (10) penafsiran, (11) menyimpulkan.

2. Penerimaan diri

2.1 Pengertian Penerimaan Diri

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.

Penerimaan diri menurut Chaplin (2015:451) adalah “Sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri”.

Satyaningtyas (2005), dalam Ridha (2012:113) mengemukakan bahwa:

“Penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi

tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman”.

Helmi (2006) dalam Ridha (2012:113) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihan sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

2.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan diri

Menurut Hurlock dalam Ridha (2012:114) penerimaan diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor, diantaranya adalah :

a. Aspirasi yang realistis.

Individu yang mampu menerima dirinya harus realistis tentang dirinya dan tidak mempunyai ambisi yang tidak mungkin tercapai.

b. Keberhasilan.

Agar individu menerima dirinya, individu harus mampu mengembangkan faktor peningkat keberhasilan sehingga potensinya berkembang secara maksimal.

c. Wawasan diri.

Kemampuan dan kemauan menilai diri secara realistis serta menerima kelemahan serta kekuatan yang dimiliki akan meningkatkan penerimaan diri.

d. Wawasan sosial.

Kemampuan melihat diri pada individu seperti pandangan orang lain tentang diri individu tersebut menjadi suatu pedoman untuk memungkinkan berperilaku sesuai harapan individu.

e. Konsep diri yang stabil.

Bila individu melihat dirinya dengan satu cara pada suatu saat dan cara lain pada saat lain, yang kadang menguntungkan dan kadang tidak, akan menyebabkan ambivalensi pada dirinya. Agar tercapainya kestabilan dan terbentuknya konsep diri positif, *significant others* memposisikan diri individu secara menguntungkan.

2.3 Aspek-aspek Penerimaan Diri

Aspek-aspek penerimaan diri berkaitan dengan:

a. Kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain.

Membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, pertama-tama harus melihat bahwa diri kita tidak seperti apa yang dibayangkan, dan pembukaan diri yang akan kita lakukan tersebut diterima atau tidak oleh orang lain. Kalau kita sendiri menolak diri (*self-rejecting*), maka pembukaan diri akan sebatas dengan pemahaman yang kita punya saja. Dalam penerimaan diri individu, terciptanya suatu penerimaan diri yang baik terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, dapat dilihat dari bagaimana ia mampu untuk menghargai dan menyayangi dirinya sendiri, serta terbuka pada orang lain.

b. Kesehatan psikologis.

Kesehatan psikologis berkaitan erat dengan kualitas perasaan kita terhadap diri sendiri. Orang yang sehat secara psikologis memandang dirinya disenangi, mampu, berharga, dan diterima oleh orang lain. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain. Maka, agar kita tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menerima diri kita. Untuk menolong orang lain tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menolongnya dengan cara memberikan pemahaman terhadap kesehatan psikologis, agar menjadi lebih bersikap menerima diri.

c. Penerimaan terhadap orang lain.

Orang yang menerima diri biasanya lebih bisa menerima orang lain. Bila kita berpikiran positif tentang diri kita, maka kita pun akan berpikir positif tentang orang lain. Sebaliknya bila kita menolak diri kita, maka kita pun akan menolak orang lain. (Supratiknya dalam Ridha, 2012:113-114)

2.4 Dampak Penerimaan Diri

Hurlock (1974) dalam Ridha (2012:113-114) mengemukakan dampak penerimaan diri menjadi dua kategori:

a. Dalam penyesuaian diri

Orang yang memiliki penerimaan diri, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya. Individu yang mampu menerima dirinya biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*). Selain itu mereka juga lebih dapat menerima kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri

yang disertai dengan adanya rasa aman untuk mengembangkan diri ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif. Penilaian yang realistis terhadap diri sendiri, membuat individu akan bersikap jujur dan tidak berpura-pura, merasa puas dengan menjadi dirinya sendiri tanpa ada keinginan untuk menjadi orang lain.

b. Dalam penyesuaian sosial

Penerimaan diri biasanya disertai dengan adanya penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, serta menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri sehingga mereka cenderung berorientasi pada dirinya sendiri (*self oriented*). Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain, serta toleran dan memiliki dorongan untuk membantu orang lain.

2.5 Langkah Meningkatkan Penerimaan Diri

Menurut Hurlock (1973) dalam Ridha (2012:114) menyebutkan langkah-langkah meningkatkan penerimaan pada remaja, sebagai berikut:

- a. Meyakinkan remaja bahwa dia tidak akan selalu melampaui sifat yang tidak diinginkan dan pola kepribadiannya akan berubah menjadi lebih baik seiring perubahan tubuhnya.

- b. Membantu remaja meningkatkan wawasan dirinya sehingga ia memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kekuatan dan kelemahan diri.
- c. Dengan wawasan sosial yang lebih baik, yang dapat dicapai dengan meningkatkan wawasan diri, remaja akan dapat bertindak sesuai dengan cara orang lain melihatnya, tidak seperti harapannya melihatnya.
- d. Karena kestabilan konsep diri sangat penting bagi penerimaan sosial dan diri sendiri, masa remaja membutuhkan bantuan untuk belajar melihat dirinya secara konsisten dalam satu cara. Yang lebih penting lagi, konsep diri yang stabil pasti menguntungkan
- e. Untuk meningkatkan penerimaan diri, remaja harus selalu waspada terhadap gangguan ringan dan harus segera mengambil langkah untuk memperbaikinya sebelum berkembang menjadi kebiasaan. Mungkin perlu mengubah lingkungan untuk mencapai tujuan ini.

2.6 Pengertian *Body Image* atau bentuk tubuh

Menurut Chaplin (2015:63) *Body Image* adalah ide seseorang mengenai penampilan badannya dihadapan orang lain. Kadang kala dimasukkan pula konsep mengenai fungsi dan tubuhnya.

Sedangkan *body image* menurut Arthur (2010) dalam Ridha (2012:115) yaitu merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini.

Jadi dapat dipahami bahwa *Body image* diartikan sebagai sikap seseorang terhadap tubuhnya dari segi ukuran, bentuk maupun estetika berdasarkan evaluasi

individual dan pengalaman efektif terhadap atribut fisiknya. *Body image* bukan sesuatu yang statis, tetapi selalu berubah. Pembentukannya dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik.

2.7 Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*

Thompson (dalam Ridha, 2012:116) mengemukakan faktor-faktor pembentuk citra tubuh pada diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

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 masa lalu.

e. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

f. Konsep diri

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

g. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

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

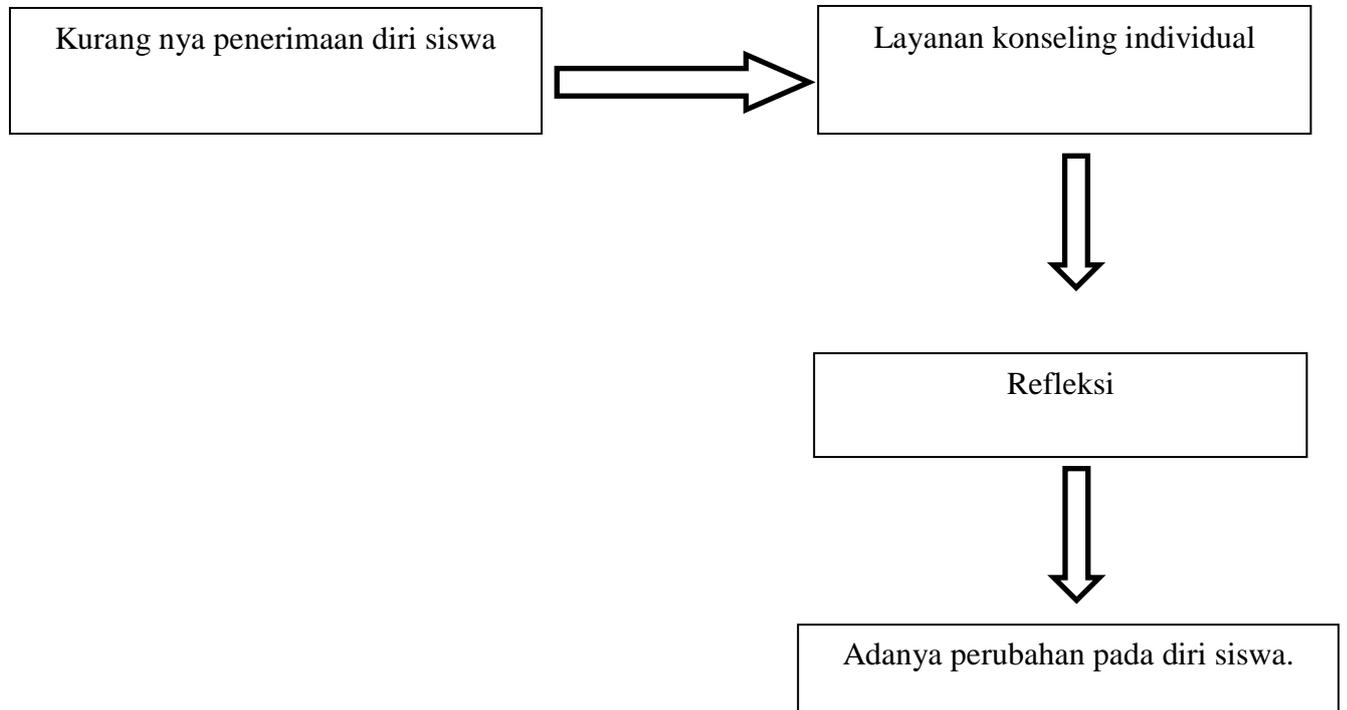
Berdasarkan uraian yang ada di atas dapat dipahami bentuk tubuh bisa dipengaruhi oleh budaya yang ada di sekitar individu dan cara bagaimana budaya mengkomunikasikan norma yang ada terhadap penampilan, ukuran tubuh, bentuk badan, dan daya tarik fisik.

B. Kerangka Konseptual

Penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. 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. Konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa dengan diberikannya layanan konseling individual kepada siswa diharapkan dapat meningkatkan penerimaan diri siswa. Layanan konseling individu membantu memecahkan permasalahan dan mencari solusi terhadap masalah penerimaan diri siswa.

Gambar 2.1
kerangka Konseptual.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini bertempat di SMP Muhammadiyah 1 Medan Jl. Demak No. 3.

Sei Permata Rengas. Kec Medan Area. Kota Medan. Sumatera Utara. Lokasi ini dipilih karena memiliki semua aspek pendukung yang membuat penelitian berjalan dengan baik.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tahun pembelajaran 2018/2019 yang tepatnya dimulai dari bulan februari sampai September 2019.

Tabel 3.1
Kegiatan Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Bulan/Minggu																															
		Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
		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	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul	■	■	■	■																												
2.	ACC Judul					■	■	■	■																								
3.	Penulisan Proposal									■	■	■	■																				
4.	Bimbingan Proposal													■	■	■	■																
5.	Pengesahan Proposal																	■	■	■	■												
6.	Seminar Proposal																					■	■	■	■								
7.	Revisi Proposal																									■	■	■	■				
8.	Riset Dan pengumpulan Data																													■	■	■	■
9.	Bimbingan Skripsi																																

Maka dari itu objek penelitian ini berjumlah 2 orang siswa yang dapat di lihat dari tabel berikut:”

Tabel 3.3
Jumlah Objek

No	Kelas	Jumlah	Jumlah Objek
1	VIII T1	34	-
2	VIII T2	35	-
3	VIII T3	36	-
4	VIII T4	30	2
5	VIII T5	32	-
6	VIII Unggul	33	-
7	VIII A	34	-
8	VIII B	33	-
9	VIII C	35	-
Total		302	2

C. Defenisi Operasional

Dalam penelitian ini ada dua variabel penelitian yang dapat di defenisikan operasional yaitu variabel independen (bebas) yang disebut variabel x dan variabel devenden (terikat) yang disebut variable y. Maka dapat dirumuskan defenisi operasional variabel penelitian sebagai berikut: Variabel bebas x : Layanan Konseling Individu; dan Variabel terikat y : Penerimaan diri.

1. Variabel bebas x : Layanan Konseling Individu

Konseling individual merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa agar dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapinya. “Tujuan konseling individual dibagi menjadi dua, yaitu : Tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum dari konseling individual adalah terentaskannya masalah yang dialami klien. Sementara tujuan khusus layanan

konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling yang secara menyeluruh diembannya, yaitu fungsi pemahaman, fungsi pengembangan dan pemeliharaan, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan dan fungsi advokasi". Berdasarkan pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa tujuan konseling tergantung dari masalah yang dihadapi oleh masing-masing konseli. Fungsi pengentasan masalah klien dan kemandirian klien di dalam menyelesaikan masalahnya sendiri sangat dominan dalam layanan ini.

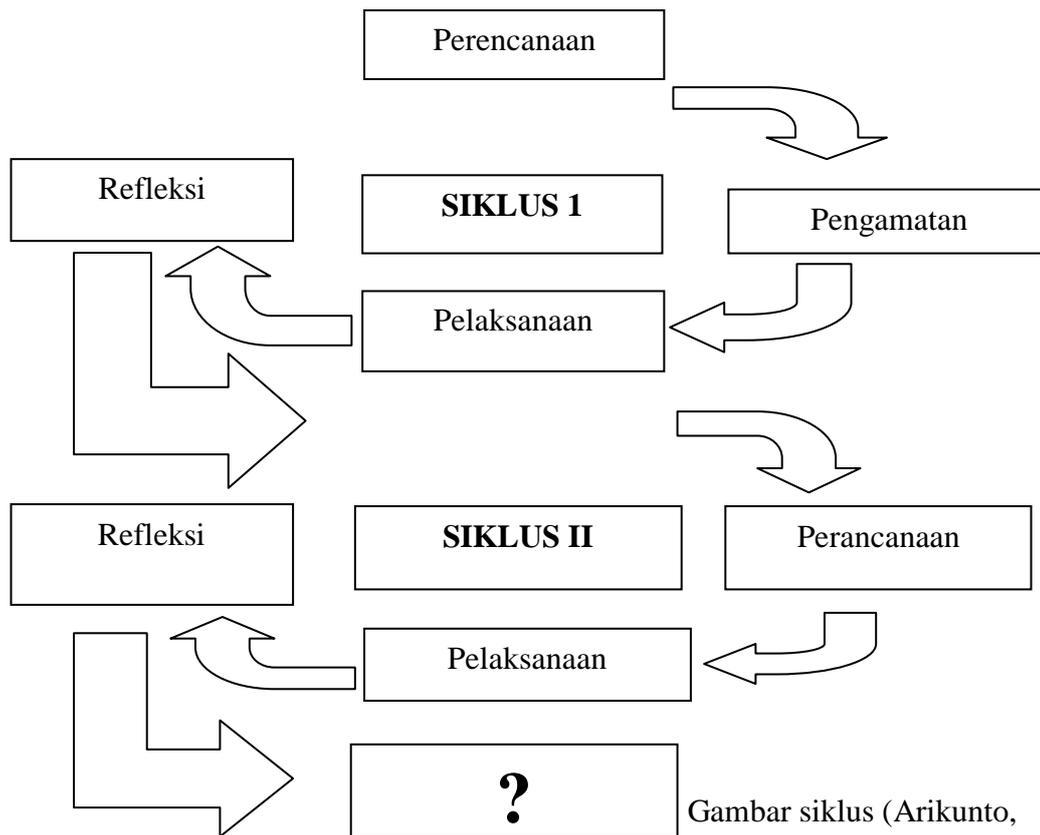
2. Variabel terikat y : Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut.

D. Desain Penelitian

Desain penelitian yang dilakukan adalah desain yang terdapat pada gambar dibawah, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi."

Adapun model untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut:



Gambar siklus (Arikunto,
2014:26)

E. Instrument Penelitian

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi dan wawancara.

1. Observasi

Sugiyono (2017 : 196) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.

Selanjutnya observasi ini akan dilaksanakan mulai dari sesi sebelum pelaksanaan layanan konseling individu sampai sesudah pelaksanaan kegiatan layanan tersebut.

Table 3.4

No	Pedoman Obsevasi	Hasil
1	Kondisi bimbingan konseling	
2	Pelaksanaan bimbingan konseling	
3	Pelaksanaan konseling individual	
4	Permasalahan dalam konseling individual	
5	Tingkat penerimaan diri siswa	

2. Wawancara

Menurut Muri Yusuf (2014:372) Wawancara dideskripsikan sebagai:

“Proses antara pewawancara (*Interviewer*) dengan yang diwawancarai (*interviewee*) melalui komunikasi langsung atau dapat juga dikatakan sebagai proses percakapan tatap muka (*face to face*) antara *interviewer* dengan *interviewee* dimana pewawancara bertanya langsung tentang sesuatu aspek yang dinilai dan telah dirancang sebelumnya”.

Wawancara (*interview*) merupakan percakapan antara dua orang atau lebih dan berlangsung antara narasumber dan pewawancara. Tujuan dari wawancara adalah untuk mendapatkan informasi di mana sang pewawancara melontarkan pertanyaan-pertanyaan untuk dijawab oleh orang yang diwawancarai.

Tabel 3.5
Pedoman Wawancara untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah kamu tahu mengenai Bimbingan dan Konseling?	
2	Pernahkah kamu mengikuti layanan konseling individual?	
3	Tahukah kamu tahu apa yang dimaksud dengan penerimaan diri ?	
4	Apa manfaat dari penerimaan diri ?	
5	Apakah ananda menyadari bagaimana kualitas Penerimaan Diri ananda ?	
6	Apa usaha ananda untuk meningkatkan Penerimaan Diri ananda ?	

Table 3.6
Pedoman wawancara untuk guru bimbingan dan konseling

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah bimbingan konseling di sekolah ini sudah dilakukan?	
2	Pernahkah layanan konseling individual dilakukan pak?	
3	Bagaimana proses pelaksanaan konseling	

	individual disekolah ini pak?	
4	Konseling individual digunakan untuk permasalahan apa saja ya pak ?	
5	Untuk kasus penerimaan diri, pernah tidak pak konseling individual ini digunakan?	
6	Menurut bapak, bagaimana tingkat penerimaan diri siswa tersebut.?	

Table 3.7

Pedoman wawancara wali kelas

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah benar di kelas VIII T4 ada siswa yang memiliki penerimaan diri rendah bu?	
2	Bagaimana kita bisa tahu tentang itu bu?	
3	Apa langkah kuratif ibu terhadap sikap mereka itu?	

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan penting yang berbentuk teks, gambar maupun foto. Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk melengkapi data hasil observasi dan wawancara.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif data di peroleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam dan dilakukan secara terus

menerus sampai datanya valid. Analisis data juga merupakan proses mengatur urusan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan kesimpulan. Jadi analisis berdasarkan pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka. Menurut Erwin Widiasworo, (2018:157) Analisis data yang dilakukan dalam penelitian kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistesisikan, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan di pelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, yaitu menjelaskan perkembangan berdasarkan hasil pengamatan konselor melalui pernyataan-pernyataan yang diungkapkan oleh konseli selama proses konseling berlangsung hingga tahap akhir.

Kualitatif yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar penelitian. Oleh karena itu, diperlukan adanya pekerjaan analisis data yang meliputi pekerjaan, mengatur, pengelompokan, pemberian kode dan mengkategorikannya.

Berdasarkan uraian diatas maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Memilih data (reduksi data). Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok dan memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu.

2. Mendeskripsikan data hasil temuan (memaparkan data). Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan keputusan.
3. Menarik kesimpulan hasil deskripsi. Dari kesimpulan, kegiatan analisis data kualitatif terletak pada pelukisan atau penuturan tentang apa yang dihasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya tergolong komprehensif dan mendalam. (Erwin Widiasworo, 2018:157-159)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SMP Muhammadiyah 1 Medan

1. Gambaran Umum sekolah

SMP Muhammadiyah 1 Medan terletak di Jalan Demak No. 3 Medan Kecamatan Medan Area Kelurahan Sei Rengas Permata. Berdirinya SMP Muhammadiyah 1 Medan pada tahun 1953, merupakan jawaban dari tuntutan organisasi dan warga Muhammadiyah Cabang Medan Kota. Secara umum tujuan berdirinya SMP Muhammadiyah 1 Medan adalah “Lahirnya Kader Persyarikatan, Kader Ummat dan Kader Bangsa”.

Dalam pengembangannya ada beberapa tahapan yang bekerja sama dengan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU) terutama dalam pembangunan gedung. Periode pertama selesai pada tahun 1987, periode kedua tahun 1988, periode ketiga tahun 1990 – 2001 dan periode keempat tahun 2006. Barulah pada tahun 2001 SMP Muhammadiyah 1 Medan merancang Visi dan Misi yang lebih tertata melakukan pengembangan menuju kualitas terpadu dengan membangun kelas – kelas khusus yang menuntut pengadaan sarana dan prasarana plus, diantaranya usaha–usaha penataan guru, penataan kurikulum, kesiswaan, sarana dan prasarana serta perangkat pembelajaran lainnya. Selanjutnya kami informasikan alumni – alumni yang telah berhasil, antara lain :

1. Bapak Jendral Purn. Faisal Tanjung
2. Bapak Mayor Jendral Purn. Saiful Sulaiman
3. Bapak Rusdi Hamka
4. Bapak Prof. Abduh
5. Bapak Sofyan Yatim
6. Bapak Zulfikar Kahar
7. Bapak Tarias Tahar

2. Identitas Sekolah

- a. Nama Sekolah : SMP Muhammadiyah 1 Medan
- b. Alamat sekolah : Jalan Demak No. 3 Medan
- c. Telepon : 061 – 7358509
- d. Kecamatan : Medan area
- e. Kabupaten/kota : Kota Medan
- f. Provinsi : Sumatera Utara
- g. NSS/ NDS/ NPSN : 204076001066 / G.1701219 / 10239053
- h. Akreditasi : A
- i. Tahun Didirikan : 1953
- j. Tahun beroperasi : 1953
- k. Status Tanah : Milik sendiri
- l. Luas Tanah : 2318 m²

3. Visi dan Misi SMP Muhammadiyah 1 Medan

a. Visi

Smp muhamamdiyah 1 kota medan sebagai pilihan dan kebanggaan umat. (shaleh, berilmu dan berakhlak mulia)

b. Misi

I. IMAN DAN TAQWA (IMTAQ)

1. Memodifikasi dan mengintegrasikan antara Kurikulum Al – Islam dengan Kurikulum Nasional
2. Cerdas dalam beribadah
3. Cerdas dalam menulis dan membaca serta mengartikan ayat Al – Qur`an

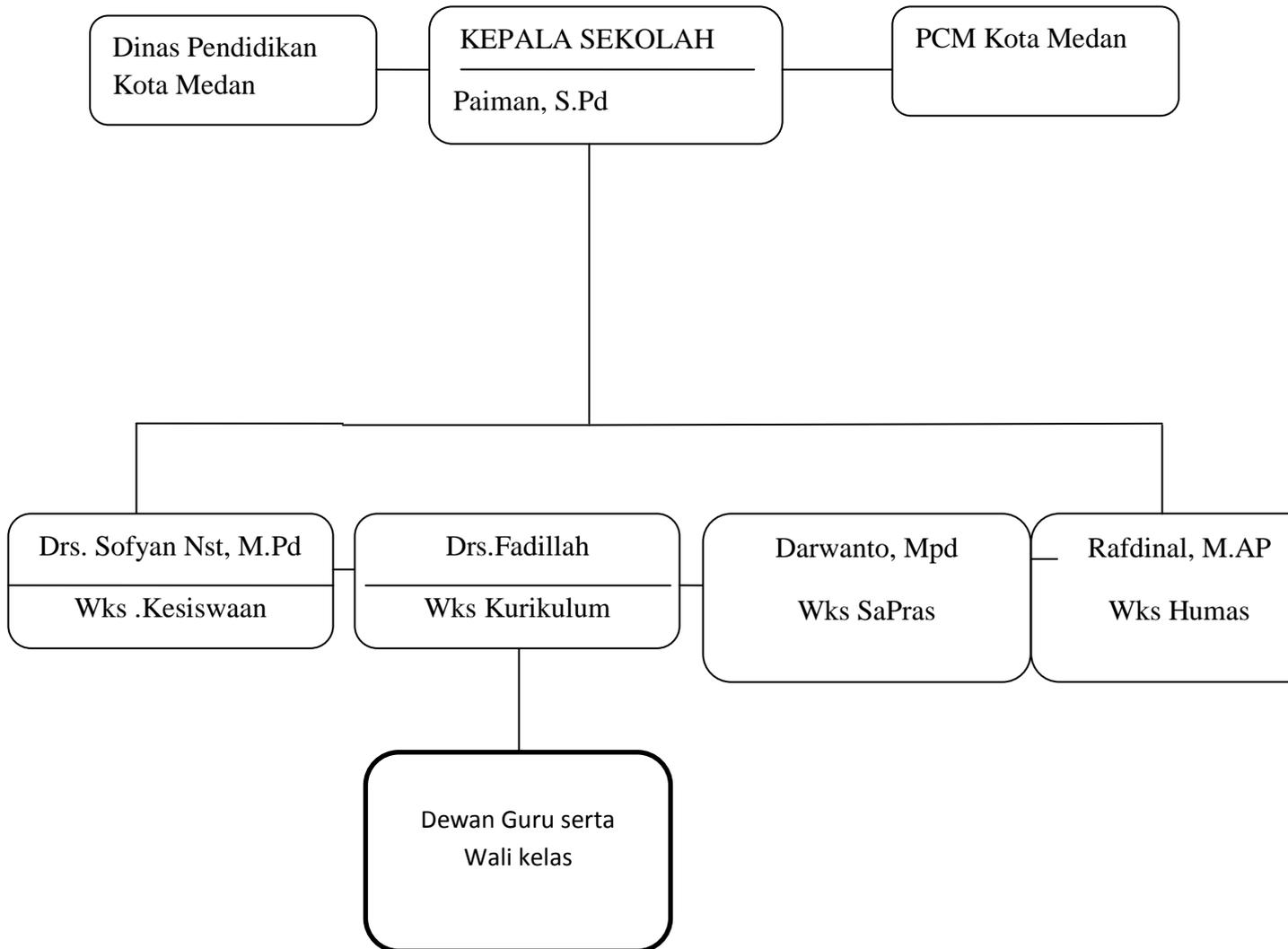
4. Memahami, menghayati dan mengamalkan nilai dasar ajaran Islam
5. Cerdas bergaul, sopan berpenampilan berwibawa serta ikhlas dan berakhlak karimah

II. ILMU PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI (IPTEK)

1. Menguasai dan mengembangkan Kurikulum 2004 dan KTSP
2. Cerdas dan terampil berorganisasi
3. Cerdas dan terampil Berbahasa Inggris
4. Cerdas dan terampil Berbahasa Arab
5. Cerdas dan terampil mengoperasikan komputer
6. Cerdas dan terampil merakit komputer
7. Cerdas dan terampil memberdayakan Laboratorium Bahasa, laboratorium IPA dan Perpustakaan
8. Pengembangan skill sesuai dengan potensi dasar anak untuk menunjang kemandirian masa depan
9. Mampu mengembangkan kecerdasan IQ, EQ, dan SQ yang mencakup :
 - a. Disiplin
 - b. Prestasi
 - c. Kreasi
 - d. Karya tulis
 - e. Seni (Musik dan Budaya)
 - f. Olah raga
 - g. Bela Diri Tapak Suci
 - h. Drum band
 - i. Pramuka / HW

Gambar 4.1

Struktur Organisasi Sekolah



4. Sarana Dan Prasarana SMP Muhammadiyah 1 Medan

Salah satu faktor pendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan adalah fasilitas yang memadai dan terawat. Setiap sekolah harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai dalam menciptakan siswa yang berprestasi serta berwawasan IPTEK dan IMTAQ serta untuk mendukung terselenggaranya proses pendidikan. Adapun sarana dan prasarana yang terdapat disekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.1
Sarana dan Prasarana Sekolah

No	Jenis Sarana dan Prasarana Sekolah	Jumlah
1.	Ruang Kelas	26
2.	Ruang Kepala Sekolah	1
3.	Ruang Guru	1
4.	Ruang Perpustakaan	1
5.	Ruang Laboratorium	3
6.	Ruang BK	1
7.	Ruang UKS	1
8.	Ruang Psikolog	1
9.	Ruang OSIS	1
10.	Tempat Parkir	1
11.	Toilet	12

12.	Ruang Wks	3
13.	Ruang Tata Usaha	1
14.	Ruang Kesenian	1
15.	Mesin TIK	1
16.	Komputer	60
17.	Ruang Tata Usaha	1
18.	Filing Cabinet	10
19.	Lemari	23
20.	Meja Siswa	815
21.	Kursi Siswa	815
22.	Meja Guru	37
23.	Kursi Guru	45
24.	TV	2
25.	Radio	1
26.	Pengeras Suara	1
27.	Meja Tata Usaha	4
28.	Kursi Tata Usaha	2

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang memiliki sekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan cukup memadai. Nah, untuk itu diharapkan keseluruhan sarana dan prasarana tersebut diharapkan dapat menjadi pendukung dalam proses pendidikan yang berlangsung disekolah tersebut.

5. Data Guru dan Pegawai SMP Muhammadiyah 1 Medan

Guru memiliki peran dalam tercapainya cita-cita siswa. Guru merupakan salah satu unsur pendidikan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan, selain itu guru juga memiliki tanggung jawab yang besar sejak dari merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di SMP Muhammadiyah 1 Medan. Adapun data guru dan pegawai SMP Muhammadiyah 1 Medan dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.2
Data Guru dan Pegawai SMP Muhammadiyah 1 Medan

No.	Nama Guru	Pangkat	NKTAM
1.	Paiman, S.Pd	Kepala Sekolah	580 427
2.	Drs.Fadillah	Wks Kurikulum	735 024
3.	Darwanto, M.Pd	Wks SarPras	1074 407
4.	Drs.Sofyan Nst, M.Pd	Wks Kesiswaaan	824 514
5.	Rafdinal, M.AP	Wks Humas	777 627

Tabel diatas ialah nama-nama pimpinan di sekolah tersebut. Sementara jumlah dewan guru yang ada di sekolah SMP Muhammadiyah 1 Medan berjumlah 53 orang dan semuanya telah menyelesaikan pendidikan stara (s1) dan ada juga 7 orang yang S2, lalu mempunyai 4 guru BK yang memiliki latar belakang dari jurusan Bimbingan Dan Konseling.

6. Data Siswa-Siswi SMP Muhammadiyah 1 Medan

Adapun jumlah siswa yang ada di SMP Muhammadiyah 1 Medan ini dapat dilihat dari tabel berikut ini.

Tabel 4.3
Jumlah Siswa

No.	Kelas/Rombel	Jenis Kelamin		Jumlah siswa
		LK	Pr	
1.	VIII T1	13	18	31 Siswa
2.	VIII T2	17	13	30 Siswa
3.	VIII T3	20	9	29 Siswa
4.	VIII T4	19	12	31 Siswa
5.	VIII T5	19	11	30 Siswa
6.	VIII Unggul	16	24	30 Siswa
7.	VIII A	23	23	46 Siswa
8.	VIII B	26	20	46 Siswa
9.	VIII C	24	22	46 Siswa
	Total	177	152	329 Siswa

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Medan yang berjudul “Meningkatkan penerimaan diri melalui layanan konseling individu pada siswa kelas VIII”. Adapun objek dalam penelitian ini adalah siswa yang mempunyai masalah dalam penerimaan diri pada bentuk tubuh. Mereka berjumlah dua orang siswa yaitu kelas VIII T4. Objek dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengamatan (observasi) yang dilakukan sebelum melaksanakan layanan konseling individual dan juga pada saat

penulis melaksanakan magang 3. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengatasi masalah penerimaan diri siswa khususnya pada bentuk tubuh atau *Body Image* yang agak berbeda dengan teman-teman yang lain. Pada penelitian ini, dalam Mengentaskan masalah digunakan layanan konseling individual yang dilaksanakan dua kali pertemuan selama penelitian berlangsung.

Selanjutnya untuk mengetahui apakah ada siswa yang memiliki masalah dalam penerimaan diri yaitu dilihat dari observasi yang telah dilakukan sebelum melakukan konseling individual. Kemudian setelah observasi, dilakukan wawancara untuk memastikan adanya siswa tersebut. Proses tanya jawab atau wawancara dilakukan kepada dua orang siswa yang menjadi objek penelitian. Adapun daftar pertanyaan wawancara telah dipersiapkan oleh peneliti sehingga daftar pertanyaan dapat dipergunakan untuk kelancaran proses penelitian mengenai penerimaan diri terhadap bentuk tubuhnya.

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual di SMP Muhammadiyah

1 Medan

a. Hasil Observasi

Layanan konseling individual merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling. Yang mana konseling individual ini merupakan jantung atau pilar dari layanan-layanan bimbingan dan konseling. Adapun konseling merupakan suatu layanan yang diberikan oleh orang yang profesional yakni seorang konselor ataupun lulusan setara satu (S1) guru

BK kepada siswa atau klien untuk mengentaskan permasalahan yang dialami dan mengoptimalkan potensi diri.

Penerapan layanan konseling individual dilaksanakan bertujuan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapi, dengan memberikan solusi terhadap permasalahannya, baik terkait permasalahan di lingkungan maupun diluar sekolah, khususnya dalam hal penerimaan diri siswa. Pada sekolah tempat penelitian ini dilakukan pelaksanaan bimbingan konseling nya sendiri belum begitu maksimal. Pasalnya, ada beberapa layanan yang jarang dilakukan. Dan untuk layanan konseling individu itu sendiri juga masih jarang dilakukan. Jika pun ada, itu dilaksanakan untuk siswa yang mengalami masalah disiplin.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMP Muhammdiyah 1 Medan ini pelaksanaan konseling individual ada dilaksanakan. Akan tetapi layanan konseling individual ini lebih sering dilaksanakan dalam mengatasi masalah absensi atau kehadiran siswa. Karena di SMP Muhammadiyah 1 ini bimbingan dan konselingnya lebih memfokuskan terhadap permasalahan kehadiran siswa serta disiplin siswa. Untuk permasalahan diluar itu masih jarang dilaksanakan layanan konseling individual khususnya dalam hal meningkatkan penerimaan diri. Layanan konseling individual terkait penerimaan diri siswa belum pernah dilaksanakan, sehingga terdapat siswa yang memiliki masalah pada penerimaan diri mereka. Dan itu tidak terselesaikan dan hanya berlarut-larut tanpa ada perbaikan.

b. Hasil Wawancara

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Bapak Fakhrr Rizal selaku guru BK di SMP Muhammadiyah 1 Medan di ruangan bimbingan dan konseling mengenai pelaksanaan bimbingan dan konseling cukup berjalan dengan baik, akan tetapi belum semua layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan. Hal ini disebabkan karena kurangnya aktivitas konseling dan citra bimbingan konseling yang kurang efektif. Sekali lagi, Dari hasil wawancara kepada pak Fakhrr Rizal bahwasannya di SMP Muhammadiyah 1 Medan focus paling utama yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling disekolah itu ialah agar siswa siswi disekolah itu disiplin dan berprestasi sehingga hal yang lain kurang menjadi perhatian. Itulah yang menyebabkan bimbingan konseling itu tidak efektif. Beliau juga menjelaskan bahwa sudut pandang lingkungan sekolah itu ialah ketika kedisiplinan siswa sangat baik dan prestasi banyak diraih maka mereka para guru bimbingan konseling menganggap bahwa pelaksanaan bimbingan konseling itu sudah menjadi bagian hasil yang baik dan efektif.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan diatas, dapat diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 1 Medan ini cukup berjalan dengan baik, hanya saja pelaksanaan layanan konseling individual masih jarang dilaksanakan untuk mengatasi masalah siswa. Khususnya yang mengalami masalah dalam penerimaan diri disekolah itu. Sementara siswa yang mempunyai masalah penerimaan diri ini sangat membutuhkan layanan konseling individual karena layanan ini cocok dan

dapat membantu peserta didik dalam memecahkan masalahnya. Bukan permasalahan penerimaan diri yang butuh layanan konseling individual tetapi hampir semua masalah yang menjurus ke personal membutuhkan itu.

2. Penerimaan Diri Siswa Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah 1 Medan

a. Hasil Observasi

Masa remaja merupakan masa-masa yang sangat istimewa bagi setiap individu, yang mana pada masa ini terjadi peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang mengalami perkembangan, baik perkembangan fisik maupun psikis yang membuat setiap individu dalam perkembangannya menuju kearah kematangan atau kemandirian.

Siswa sebagai seorang individu saat ini sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi individu yang matang dan mandiri. Sehingga semua situasi yang kiranya dapat mengganggu perkembangan individu serta dapat menimbulkan kecemasan pada diri individu itu sendiri harus segera di atasi. Yang mana jika hal itu tidak teratasi maka dapat menimbulkan suatu masalah dalam dirinya. Seperti hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMP Muhammadiyah 1 Medan ini masih ada terdapat beberapa siswa yang memiliki penerimaan diri yang cukup rendah, hal ini bisa dilihat dari adanya siswa yang cenderung tidak puas diri dengan bentuk tubuhnya. Sehingga hal ini membuat siswa minder dan tidak percaya diri dengan teman-temannya. Oleh karena itu peneliti merasa perlu diadakannya layanan bimbingan konseling individual untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang

sedang dialaminya yaitu tentang kurangnya penerimaan diri yang dimiliki siswa yang membuat siswa minder dan kurang percaya diri.

Dengan demikian meningkatkan penerimaan diri siswa sangat penting, dikarenakan siswa yang mempunyai penerimaan diri yang baik akan membuat ia merasa percaya diri dan apa adanya.

b. Hasil Wawancara

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan wali kelas perihal penerimaan diri siswa, beliau menyatakan bahwa permasalahan itu memang ada dan dapat dilihat dari perilaku serta responsive siswa di kelas. Yang mana mereka terkadang tidak etis, itu semua bersebab karena tidak eloknya bentuk tubuh yang mereka miliki sehingga mereka kurang percaya diri dan minder ke teman-teman. Itu pulalah berdampak dari kurangnya penerimaan diri pada siswa. Begitu pula dengan proses wawancara yang peneliti lakukan dengan siswa, memang benar adanya mereka kurang dalam sikap penerimaan diri dikarenakan ada beberapa faktor yang menyebabkannya. Dan ibu wali kelas sudah memberikan masukan supaya mereka tetap percaya diri dengan diri mereka. Dari hasil wawancara diatas, bahwa memang benar masih ada beberapa siswa yang memiliki kurangnya penerimaan diri siswa cukup rendah, hal ini bisa dilihat dari perilaku siswa yang minder dan kurang percaya diri dikelas.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan FF pada tanggal 23 Juli 2019 bahwa benar ia ada mengalami rasa minder dan kurang percaya diri pada saat dikelas karena teman-temannya mengejek bentuk tubuhnya.

Sementara itu, berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan siswa yang berinisial MA pada tanggal 23 Juli 2019 tapi pada jam yang berbeda bahwa benar ia juga minder tetapi lumayan percaya diri. Dan kedua pernyataan mereka itu disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri yang mereka miliki sehingga timbul lah rasa minder dan tidak percaya diri itu.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan diatas dapat diketahui bahwa masih ada siswa yang memiliki sikap penerimaan diri yang rendah. Hal ini diketahui berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti serta diperkuat juga dari hasil wawancara yang telah dilakukan baik itu dengan guru bimbingan konseling dan wali kelas maupun wawancara langsung dengan siswa itu sendiri.

3. Meningkatkan penerimaan diri siswa pada kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan melalui layanan konseling individual.

a. Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti diketahui bahwa penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan penerimaan diri siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 1 Medan belum terlaksana khususnya di kelas VIII hal ini dikarenakan pelaksanaan konseling individu disekolah itu belum berjalan dengan baik. Sehingga menyebabkan masalah penerimaan diri itu tidak terselesaikan dan menyebabkan siswa itu mengalami minder. Sehingga Itulah sebabnya layanan konseling individual

merupakan layanan yang diberikan peneliti kepada siswa/klien untuk membantu dalam hal menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, agar siswa mampu mencari solusi dalam penyelesaian masalahnya. Yang mana konseling individual ini merupakan salah satu layanan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu siswa dalam menghadapi masalah- masalah yang dapat mengganggu perkembangannya dalam kehidupan sehari-hari baik itu dilingkungan keluarga maupun lingkungan sekolahnya. Sehingga pelaksanaan konseling individual sangat penting diterapkan dengan baik. Dan Alhamdulillah pada saat peneliti memberikan layanan konseling individual kepada siswa berjalan dengan baik. Namun dalam begitupun dalam proses pelaksanaan layanan konseling individual, peneliti harus bisa membuat siswa ataupun kliennya percaya dan yakin terhadap dirinya. Dan peneliti juga harus menjaga kerahasiaan dari permasalahan yang dialami setiap kliennya, karena didalam bimbingan dan konseling terdapat asas-asas yang mendasarinya salah satunya asas kerahasiaan.

Hasil dari observasi itu ialah antusiasme siswa dalam mengikuti proses konseling individual mereka cukup baik. Itu terlihat dengan senangnya mereka dalam mengikuti proses konseling itu, terbuka serta tidak ada paksaan sehingga mereka mendengarkan dan menerima apa yang disampaikan oleh peneliti. Serta mereka menceritakan semua permasalahan yang ada pada dirinya dengan senang hati dan mendetail. Mereka cukup

bingung apa yang mendasari mereka kurang dalam penerimaan diri. Mereka juga bingung bagaimana cara meningkatkan itu semua. Yang mana ketika itu meningkatkan mereka akan lebih baik sehingga tidak minder dan lebih percaya diri lagi.

b. Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil kedua point diatas, maka peneliti langsung memberikan layanan konseling individual kepada siswa yang bersangkutan. selanjutnya peneliti melaksanakan konseling individual secara tertutup yaitu dengan siswa yang terkait itu (FF dan MA). Sebagai langkah awal, peneliti mengidentifikasi terlebih dahulu masalahnya yaitu kurang atau rendahnya penerimaan diri siswa dengan melihat tingkah laku siswa yang sesuai dengan ciri- ciri yang ada seperti minder, kurang percaya diri. Selanjutnya, peneliti berusaha membangun hubungan yang baik dengan mereka biasa disebut dengan *rapport* antara peneliti dengan klien. Yang mana sebagai tahap awal harus membangun hubungan dalam konseling guna kelancaran untuk langkah berikutnya. Selanjutnya peneliti memperjelas apa yang menjadi atau yang dibutuhkan dalam proses konseling individual guna mereka paham apa yang akan dilakukan. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien telah melibatkan diri, maka peneliti akan membantu siswa dalam memahami masalah yang sedang dihadapinya. Dengan merancang bantuan yang dapat dilakukan pada konseling individual ini yaitu dengan membangkitkan semua potensi siswa, semangat dan

menentukan berbagai alternatif dan solusi yang sesuai untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh siswa (FF dan MA).

Kemudian setelah tahap awal terlaksana dengan baik, selanjutnya peneliti menjelajah atau mengeksplorasi masalah siswa lebih dalam. Yang mana dalam hal ini peneliti mencari tau lebih dalam apa sebenarnya penyebab kurangnya penerimaan diri siswa, sehingga peneliti dapat menaksir kemungkinan masalah dan merancang sesuai kebutuhan kemungkinan bantuan yang akan diberikan. Yang mana hal ini dimaksudkan agar siswa (FF dan MA) yang ingin meningkatkan penerimaan diri mempunyai pandangan atau alternatif baru terkait masalah yang sedang dihadapinya. Setelah peneliti mengeksplorasi masalah klien selanjutnya peneliti melakukan reassessment (penilaian kembali), bersama- sama siswa (FF dan MA) meninjau kembali permasalahan yang dihadapi oleh siswa terkait penerimaan diri mereka. Yang mana mereka bercerita tentang hal yang dialami. Namun dalam hal ini, peneliti harus menunjukkan pribadi yang jujur, terbuka, antusias, peduli dan tanggap, agar proses tetap berjalan dengan baik sesuai kesepakatan yang telah dibangun. Sehingga mereka benar-benar serius dan jujur. Semua tu dilakukan untuk mencapai hasil konseling yang efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Setelah itu, peneliti mulai menafsirkan apa yang disampaikan oleh klien atau siswa. Selanjutnya, hasil dari proses konseling yang pertama, klien itu menyebutkan cara mereka dalam mengatasi masalahnya yaitu dengan menjaga pola hidup sehat dan memperbaiki diri. guna meningkatkan penerimaan dirinya. Kemudian peneliti menyampaikan bahwa ide yang klien

sampaikan itu cukup baik. Nah, untuk itu coba implementasikan apa yang telah di rencanakan itu. Peneliti juga menyampaikan akan memantau atau mengamati dan akan melakukan konseling selanjutnya untuk memastikan bahwa ada perubahan yang dialami oleh klien. Selang waktu lebih kurang seminggu, peneliti melakukan refleksi kepada klien apakah benar-benar sudah mengimplementasikan apa yang direncanakan atau belum. Ternyata belum sepenuhnya. Jadi peneliti melakukan konseling kembali tanggal 6 agustus sesuai dengan siklus yang di buat. Mulai dari tahap perencanaan hingga refleksi. Yang mana hasilnya belum maksimal. Nah, pada konseling tahap dua ini, klien meminta solusi atau arahan yang lebih efektif kepada peneliti agar penerimaan dirinya lebih baik. Jadi, peneliti langsung memberikan solusi, arahan atau masukan yang diminta. Adapun yang peneliti sampaikan dan tekankan ialah, jadilah individu yang disiplin akan kehidupan serta lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dan jaga pola hidup sehat. Lain dari pada itu, klien juga harus lebih mencintai kelebihan-kelebihan yang dimiliki serta memperbaiki kekurangan-kekurangan yang dimiliki juga. Lanjut, klien juga harus memiliki konsep diri yang baik agar tidak mudah goyah dengan komentar-komentar lingkungan sekitar khususnya komentar teman-teman dikelas terhadap diri mereka. Intinya klien harus menjadi manusia yang bersyukur kepada Tuhan untuk bisa meningkatkan penerimaan diri. Setelah tahap pelaksanaan pada konseling yang kedua terlaksana, maka peneliti kembali mengamati dan merefleksikan klien apakah benar-benar sudah mengimplementasikan apa yang disampaikan

peneliti dan mengalami perubahan setelah apa yang di sampaikan oleh peneliti. Nah, hasil akhir dari proses konseling itu ialah adanya peningkatan penerimaan diri yang dialami oleh klien dengan angka yang sebelum pelaksanaan proses konseling dilaksanakan itu berkisar 30% lalu setelah konseling pertama di laksanakan menjadi 50% lalu setelah melaksanakan konseling kedua klien atau siswa menjadi 95% dan itu peneliti melihat langsung perubahannya dan juga wali kelas serta guru bimbingan konseling melalui sikap mereka yang sudah tidak minder, lebih percaya diri dan tidak membalas ejekan dari teman-temannya. Dan setelah konseling, klien (FF dan MA) menyampaikan bahwa mereka sudah merasa lebih baik sekarang.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti mengakui, bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan jauh dari kata sempurna. Masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1. Keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Penelitian ini dilakukan relatif singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan lain sebagainya dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang dihadapi di lapangan.

3. Selain keterbatasan diatas, penulis menyadari bahwa kekurangan wawasan menjadi keterbatasan penulis yang tidak dapat dihindari.

Dengan demikian penulis sangat mengharapkan saran dan ktirik yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan di masa yang akan datang. Mudah-mudahan kedepannya lebih baik lagi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Muhammadiyah 1 Medan mengenai meningkatkan penerimaan diri melalui konseling individual kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019, maka sebagai akhir dari hasil penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Setelah proses konseling yang pertama dilakukan, belum banyak perubahan yang terjadi pada penerimaan diri siswa tersebut. Mereka menyampaikan cara supaya bisa meningkatkan penerimaan diri seperti menjaga pola hidup sehat serta lebih percaya diri. Tapi itu tidak membuat perubahan yang diharapkan tercapai. Hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Medan dapat diketahui, bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling cukup berjalan dengan baik dikarenakan ada beberapa layanan- layanan pada bimbingan dan konseling sudah dilaksanakan.
2. Ketika proses konseling pertama kurang maksimal, maka konselor melakukan konseling yang kedua untuk membuat perubahan pada siswa, lebih percaya diri, menjadi diri apa adanya serta menjadi manusia yang bersyukur pada Allah Swt. Dan masukan itu diterapkan oleh klien. khususnya untuk meningkatkan penerimaan diri siswa tersebut.
3. Terjadinya perubahan tingkah sikap siswa yang sudah dapat meningkatkan penerimaan diri pada bentuk tubuh nya. Ini hasil dari proses konseling yang

dilakukan oleh peneliti dan bantuan dari guru bimbingan konseling serta wali kelas yang bekerja sama dalam menyelesaikan masalah itu. Dan itu bisa dilihat dari ada perubahan sikap penerimaan diri yang awalnya hanya berkisar 30% menjadi 95%. Alhamdulillah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti memberikan beberapa saran, antara lain :

1. Bagi guru bimbingan dan konseling agar dapat lebih meningkatkan pelaksanaan layanan-layanan yang ada di sekolah supaya permasalahan yang dialami siswa dapat teratasi dengan baik. Dan pula harus lebih kreatif dalam melaksanakan proses layanan bimbingan dan konseling.
2. Bagi siswa diharapkan lebih menyenangi dan mencintai ruangan BK yang ada disekolahnya. Sering-sering main keruang bimbingan dan konseling untuk berdiskusi atau apapun itu.
3. Bagi sekolah diharapkan lagi untuk lebih memperhatikan ruang bimbingan dan konseling agar proses konseling yang dijalankan dapat berjalan dengan baik dan lebih maksimal.
4. Bagi peneliti diharapkan untuk lebih mengasah kemampuan nya dibidang bimbingan dan konseling guna lebih baik lagi kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi, dkk. 2014. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : Bumi Aksara
- Chaplin James. P. 2015. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta. Raja Grafindo Persada
- Hurlock B. Elizabeth. 2013. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Luddin. Abu Bakar, 2012. *Konseling Individual Dan Kelompok*. Bandung : Cita pustaka Media perintis
- Prayitno, 2017. *Konseling Profesional yang berhasil*. Cetakan pertama. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Tindakan Kombinasi*. Bandung: Alfabeta
- Widiasworo, Edwin. 2018, *Strategi & Metode Mengajar Siswa*, Yogyakarta : Ar Ruzz Media.
- Yusuf, Muri. 2014. *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta : Prenadamedia Group
- Ridha Muhammad. 2012. *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh Di Yogyakarta*. Vol.I No.1. EMPATHY. Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan. Yogyakarta
https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/32371894/1419-3947-1SM.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1556355908&Signature=pMOTXDJK7KCruJAR7%2FfigzHfg4Q8%3D&responsecontentdisposition=inline%3B%20filename%3DHUBUNGAN_ANTARA_BODY_IMAGE_DENGAN_PEN.27-April-2019.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Ifrah Hifsy
Tempat/Tanggal lahir : Kutacane, 03 Oktober 1997
Jenis kelamin : laki-laki
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Jenjang Pendidikan
SD : MIN 1 Aceh Tenggara 2003-2009
SMP : MTsN 1 Aceh Tenggara 2009-2012
SMA : SMA N 1 Kutacane 2012-2015
No HP : 0812-6426-1607

Nama Orang Tua

Ayah : Almarhum. MHD. Yani
Ibu : Khairani
Pekerjaan : PNS
Alamat : Desa lawe sagu hilir

Hormat Saya

Ifrah Hifsy

Lampiran 2

Hasil Observasi

No	Pedoman Obsevasi	Hasil
1	Pelaksanaan bimbingan konseling	Baik. Tapi belum sepenuhnya
2	Pelaksanaan konseling individual	Sudah dilaksanakan
3	Tingkat penerimaan diri siswa	Cukup rendah

Lampiran 4

Hasil Wawancara

Siswa

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah kamu tahu mengenai Bimbingan dan Konseling?	Belum begitu mengetahui pak
2	Pernahkah kamu mengikuti layanan konseling individual?	Belum pernah pak
3	Tahukah kamu tahu apa yang dimaksud dengan penerimaan diri ?	Ya, menerima diri sendiri
4	Apa manfaat dari penerimaan diri ?	Tidak tahu pak
5	Apakah ananda menyadari bagaimana kualitas Penerimaan Diri ananda ?	Belum sepenuhnya tahu bagaimana kualitas nya pak, tapi masih kurang kayanya pak
6	Apa usaha ananda untuk meningkatkan Penerimaan Diri ananda ?	Bersyukur mungkin pak

Lampiran 3

Hasil Wawancara Guru

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	Apakah bimbingan konseling di sekolah ini sudah dilakukan?	Sudah, akan tetapi belum semua layanan terlaksana.
2	Pernahkah layanan konseling individual dilakukan pak?	Pernah, tapi jarang. Apalagi untuk masalah penerimaan diri siswa
3	Bagaimana proses pelaksanaan konseling individual disekolah ini pak?	Berjalan sesuai dengan aturan yang berlaku
4	Konseling individual digunakan untuk permasalahan apa saja ya pak ?	Disiplin dan peningkatan prestasi
5	Untuk kasus penerimaan diri, pernah tidak pak konseling individual ini digunakan?	Belum pernah sama sekali
6	Menurut bapak, bagaimana tingkat penerimaan diri siswa tersebut.?	Cukup rendah dan itu bisa dilihat dari perilaku mereka.

Lampiran 6

Hasil wawancara wali kelas

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah benar di kelas VIII T4 ada siswa yang memiliki penerimaan diri rendah bu?	Benar adanya
2	Bagaimana kita bisa tahu tentang itu bu?	Melalui perilaku dan responsive mereka dikelas. Yang terkadang tidak etis.
3	Apa langkah kuratif ibu terhadap sikap mereka itu?	Saya mengajak mereka untuk tetap percaya diri terhadap diri mereka.



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN /
LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING**

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : SMP Muhammadiyah 1 medan
- B. Tahun Ajaran : 2018-2019
- C. Sasaran Pelayanan : Siswa
- D. Pelaksana : Ifrah Hifsy
- E. Pihak Terkait : Siswa kurang dalam penerimaan diri

II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal : 6 Agustus 2019
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan : -
- C. Volume Waktu (JP) : 1 JP
- D. Spesifikasi Tempat Belajar : Ruang BK

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema/Subtema : 1. Tema : penerimaan diri
2. Subtema : meningkatkan penerimaan diri siswa terhadap bentuk tubuh.
- B. Sumber Materi : -

IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES : agar siswa memiliki sikap penerimaan diri yang baik
- B. Penanganan KES-T : Untuk membantu siswa mencapai hak nya sebagai siswa.

V. METODE DAN TEKNIK

- A. Jenis Layanan : Layanan Konseling Individual
- B. Kegiatan Pendukung : -----

VI. SARANA

A. Media : tatap muka

B. Perlengkapan : - - - -

VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

A. KES

1. *Acuan* (A) : Data pribadi anak tersebut

2. *Kompetensi* (K) : Kemampuan memahami diri

3. *Usaha* (U) : kegiatan meningkatkan penerimaan diri yang lebih baik agar tercapai KES dan terhindar dari KES-T.

4. *Rasa* (R) : merasa baik dalam penerimaan diri.

5. *Sungguh-sungguh* (S) : Bersungguh-sungguh dalam meningkat kan penerimaan diri.

B. **KES-T**, yaitu siswa terhindar dari sikap kurang percaya diri.

C. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** :

Memohon ridho Tuhan Yang Maha Esa untuk mampu meningkatkan penerimaan diri.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam.

2. Mengajak dan membimbing anak untuk mengikuti rangkaian kegiatan.

3. Menyampaikan arah materi pokok pembahasan, yaitu dengan judul “**meningkatkan penerimaan diri siswa agar percaya diri**”.

4. Menyampaikan tujuan kegiatan yaitu:

a. Dipahami oleh anak mengenai pentingnya penerimaan diri yang baik.

b. Anak dapat memberikan pendapat bagaimana tips untuk meningkatkan penerimaan diri nya.

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Menanyakan kepada anak tentang bagaimana mereka memandang sikap penerimaan dirinya.
2. Lebih mendalam dalam mengeksplorasi.

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Membahas tanggapan anak tentang kegiatan tersebut.
2. Anak diberi kesempatan untuk menanyakan atau merespon materi tentang bagaimana meningkatkan penerimaan diri.

D. LANGKAH PEMBINAAN

Materi penajakan dan penafsiran yang mendapat penekanan atau penegasan dalam langkah pembinaan melalui pengisian dan pembahasan materi tersebut:

1. Anak diberikan pemahaman yang baik tentang penerimaan diri.
2. Ketika anak telah memahami kondisi sikap penerimaan dirinya, anak diberikan tips untuk meningkatkan penerimaan diri.
3. Anak diajak membuat daftar ceklis menjadi pribadi yang memiliki sikap penerimaan diri yang baik:
 - Bersyukur.
 - Melakukan pola hidup sehat.
 - Lebih percaya diri terhadap diri.

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

1. Kesimpulan

Puncak kegiatan adalah mengambil kesimpulan tentang isi pokok topik yang di bahas, searah dengan komitmen.

2. Penilaian Hasil

Di akhir proses pelayanan anak diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. *Berfikir*: Siswa berpikir tentang pentingnya memiliki penerimaan diri. (Unsur A).
- b. *Merasa*: Perasaan menyenangkan ketika dapat menjalankan konseling individual (Unsur R).
- c. *Bersikap*: Bagaimana sikap anak yang seharusnya dalam meningkatkan penerimaan diri. (Unsur K dan U).
- d. *Bertindak*: Bagaimana anak bertindak sebagai anak yang seharusnya agar menjadi anak yang dapat meningkatkan penerimaan diri. (Unsur K dan U).
- e. *Bertanggung Jawab*: Bagaimana anak bersungguh-sungguh dalam meningkatkan penerimaan diri. (Unsur S).

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas anak dan efektifitas pelayanan yang telah diselenggarakan dengan dinamika BMB3.

4. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Di ketahui Oleh,

Pelaksana

Guru BK

**Ifrah Hifsy
NPM. 1502080082**

**Fakhrur Rizal, ST
NKTAM. 1012670**



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN /
LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING**

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : SMP Muhammadiyah 1 medan
- B. Tahun Ajaran : 2018-2019
- C. Sasaran Pelayanan : Siswa
- D. Pelaksana : Ifrah Hifsy
- E. Pihak Terkait : Siswa kurang dalam penerimaan diri

II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal : 23 juli 2019
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan : -
- C. Volume Waktu (JP) : 1 JP
- D. Spesifikasi Tempat Belajar : Ruang BK

III. MATERI PEMBELAJARAN

- A. Tema/Subtema : 1. Tema : penerimaan diri
2. Subtema : meningkatkan penerimaan diri siswa terhadap bentuk tubuh.
- B. Sumber Materi : -

IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES : agar siswa memiliki sikap penerimaan diri yang baik
- B. Penanganan KES-T : Untuk membantu siswa mencapai hak nya sebagai siswa.

V. METODE DAN TEKNIK

- A. Jenis Layanan : Layanan Konseling Individual
- B. Kegiatan Pendukung : -----

VI. SARANA

A. Media : tatap muka

B. Perlengkapan : -----

VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

A. KES

1. *Acuan* (A) : Data pribadi anak tersebut

2. *Kompetensi* (K) : Kemampuan memahami diri

3. *Usaha* (U) : kegiatan meningkatkan penerimaan diri yang lebih baik agar tercapai KES dan terhindar dari KES-T.

4. *Rasa* (R) : merasa baik dalam penerimaan diri.

5. *Sungguh-sungguh* (S) : Bersungguh-sungguh dalam meningkatkan penerimaan diri.

B. **KES-T**, yaitu siswa terhindar dari sikap kurang percaya diri.

C. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** :

Memohon ridho Tuhan Yang Maha Esa untuk mampu meningkatkan penerimaan diri.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam.

2. Mengajak dan membimbing anak untuk mengikuti rangkaian kegiatan.

3. Menyampaikan arah materi pokok pembahasan, yaitu dengan judul **“meningkatkan penerimaan diri siswa agar percaya diri”**.

4. Menyampaikan tujuan kegiatan yaitu:

a. Dipahami oleh anak mengenai pentingnya penerimaan diri yang baik.

b. Anak dapat memberikan pendapat bagaimana tips untuk meningkatkan penerimaan dirinya.

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Menanyakan kepada anak tentang bagaimana mereka memandang sikap penerimaan dirinya.
2. Lebih mendalam dalam mengeksplorasi.

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Membahas tanggapan anak tentang kegiatan tersebut.
2. Anak diberi kesempatan untuk menanyakan atau merespon materi tentang bagaimana meningkatkan penerimaan diri.

D. LANGKAH PEMBINAAN

Materi penajakan dan penafsiran yang mendapat penekanan atau penegasan dalam langkah pembinaan melalui pengisian dan pembahasan materi tersebut:

1. Anak diberikan pemahaman yang baik tentang penerimaan diri.
2. Ketika anak telah memahami kondisi sikap penerimaan dirinya, anak diberikan tips untuk meningkatkan penerimaan diri.
3. Anak diajak membuat daftar ceklis menjadi pribadi yang memiliki sikap penerimaan diri yang baik:
 - Bersyukur.
 - Melakukan pola hidup sehat.
 - Lebih percaya diri terhadap diri.

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

1. Kesimpulan

Puncak kegiatan adalah mengambil kesimpulan tentang isi pokok topik yang di bahas, searah dengan komitmen.

2. Penilaian Hasil

Di akhir proses pelayanan anak diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. *Berfikir*: Siswa berpikir tentang pentingnya memiliki penerimaan diri. (Unsur A).
- b. *Merasa*: Perasaan menyenangkan ketika dapat menjalankan konseling individual (Unsur R).
- c. *Bersikap*: Bagaimana sikap anak yang seharusnya dalam meningkatkan penerimaan diri. (Unsur K dan U).
- d. *Bertindak*: Bagaimana anak bertindak sebagai anak yang seharusnya agar menjadi anak yang dapat meningkatkan penerimaan diri. (Unsur K dan U).
- e. *Bertanggung Jawab*: Bagaimana anak bersungguh-sungguh dalam meningkatkan penerimaan diri. (Unsur S).

3. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas anak dan efektifitas pelayanan yang telah diselenggarakan dengan dinamika BMB3.

4. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Di ketahui Oleh,

Pelaksana

Guru BK

**Ifrah Hifsy
NPM. 1502080082**

**Fakhrur Rizal, ST
NKTAM. 1012670**

Lampiran 8

PERCAKAPAN KONSELOR DAN KONSELI 1

Konseli : (Mengetuk pintu) “Assalamu’alaikum pak.”

Konselor : “Wa’alaikum salam, mari silahkan masuk.”(Mempersilahkan duduk)

“Selamat pagi adinda?”

Konseli : “Selamat pagi juga pak.”

Konselor : “hehe. Manggil nya abang aja. Kalo bapak nanti ketuaan heheh

Konseli : “hehe iya bg.

Konselor : “Baiklah. Dengan adinda Faiz ya? faiz sehat kah?

Konseli : “Alhamdulillah sehat bg.

Konselor : “hamdalah...sudah sarapan kah faiz?

Konseli : “sudah bg..

(Diteruskan dengan basa-basi sejenak sampai kita akrab.)

Konselor : “Baiklah. Disini langsung saja, abang mau bertanya, faiz tahu apa itu

bimbingan konseling?

Konseli : “hehe, bimbingan konseling itu tempat menyelesaikan masalah terus untuk orang-orang yang bermasalah.

Konselor : “nah, masih kurang tepat. Jadi, bimbingan konseling itu ialah proses bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada siswa dalam rangka menyelesaikan permasalahan dan mengoptimalkan potensi siswa. Artinya BK itu bukan hanya untuk yang bermasalah saja. Tapi untuk semua orang.

Konseli : “oooo. Iya bg.

Konselor : “nah, di dalam Bk itu banyak layanan nya. Ada 10 layanan. Dan salah satunya layanan konseling individual. Yang insyaa allah akan kita laksanakan. Faiz tahu apa itu konseling individual? Dan sudah pernah belum di konseling?

Konseli : “kurang tahu bg. Dan belum pernah..

Konselor : “nah, konseling individual itu proses bantuan oleh guru BK kepada siswa dalam menyelesaikan masalah dan mengoptimalkan potensi melalui tatap muka langsung.

Konseli : “ouh iya bg.

Konselor : ok. Selanjutnya, kita akan membahas topik tentang penerimaan diri. Faiz tahu apa itu penerimaan diri?

Konseli : “nah, penerimaan diri itu ya menerima diri ..

Konselor : “ok. Kurang lengkap. Jadi, penerimaan diri itu ialah kemampuan kita menerima segala kelebihan dan kekurangan diri kita. Itu lah penerimaan diri...

Konseli : ouhhh iya bg

Konselor : “ menurut faiz, bagaimana kondisi sikap penerimaan diri nya?

Konseli : masih kurang sih bg. Karena masih kurang percaya diri dengan bentuk tubuh. Karena ada temen-temen yang bilang gendut dan sebagainya...

Konselor : “ouhh, jadi masih kurang ya. Nah, kira-kira apa yang harus affan lakukan untuk meningkatkan penerimaan diri itu?

Konseli : “menurut saya sih, olahraga supaya berat badan turun dan memperbaiki diri.

Konselor : “nah, ide yang bagus. Abang harap itu bisa dilakukan. Mungkin, itu dulu pada konseling kali ini. Abang akan lihat apakah ada perubahan atau tidak. Terima kasih sudah berkonseling. Mudah-mudahan ada perubahan ya dinda.

Konseli : iya bg...saya masuk dulu yang bg...assalamualaikum...

Konselor : siap. Waalaikumsalam...

Kesimpulan : konselor dapat menarik kesimpulan bahwa klien mengalami masalah penerimaan diri yang menyebabkan mereka kurang percaya diri dan minder.

PERCAKAPAN KONSELOR DAN KONSELI 2

Konseli : (Mengetuk pintu) “Assalamu’alaikum pak.”

Konselor : “Wa’alaikum salam, mari silahkan masuk.”(Mempersilahkan duduk)

“Selamat pagi adinda?”

Konseli : “Selamat pagi juga pak.”

Konselor : “hehe. Manggil nya abang aja. Kalo bapak nanti ketuaan heheh

Konseli : “hehe iya bg.

Konselor : “Baiklah. Dengan adinda affan ya? Affan sehat kah?

Konseli : “Alhamdulillah sehat bg.

Konselor : “hamdalah...sudah sarapan kah affan?

Konseli : “sudah bg..

(Diteruskan dengan basa-basi sejenak sampai kita akrab.)

Konselor : “Baiklah. Disini langsung saja, abang mau bertanya, affan tahu apa itu bimbingan konseling?

Konseli : “hehe, bimbingan konseling itu tempat menyelesaikan masalah terus untuk orang-orang yang bermasalah.

Konselor : “nah, masih kurang tepat. Jadi, bimbingan konseling itu ialah proses bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada siswa dalam rangka menyelesaikan permasalahan dan mengoptimalkan potensi siswa. Artinya BK itu bukan hanya untuk yang bermasalah saja. Tapi untuk semua orang.

Konseli : “oooo. Iya bg.

Konselor : “nah, di dalam Bk itu banyak layanan nya. Ada 10 layanan. Dan salah satunya layanan konseling individual. Yang insyaa allah akan kita laksanakan. Affan tahu apa itu konseling individual? Dan sudah pernah belum di konseling?

Konseli : “kurang tahu bg. Dan belum pernah..

Konselor : “nah, konseling individual itu proses bantuan oleh guru BK kepada siswa dalam menyelesaikan masalah dan mengoptimalkan potensi melalui tatap muka langsung.

Konseli : “ouh iya bg.

Konselor : ok. Selanjutnya, kita akan membahas topik tentang penerimaan diri. Affan tahu apa itu penerimaan diri?

Konseli : “nah, penerimaan diri itu ya menerima diri ..

Konselor : “ok. Kurang lengkap. Jadi, penerimaan diri itu ialah kemampuan kita menerima segala kelebihan dan kekurangan diri kita. Itu lah penerimaan diri...

Konseli : ouhhh iya bg

Konselor : “ menurut affan, bagaimana kondisi sikap penerimaan diri nya?

Konseli : masih kurang sih bg. Karena masih kurang percaya diri dengan bentuk tubuh. Karena ada temen-temen yang bilang gendut dan sebagainya...

Konselor : “ouhh, jadi masih kurang ya. Nah, kira-kira apa yang harus affan lakukan untuk meningkatkan penerimaan diri itu?

Konseli : “menurut saya sih, menjaga pola hidup sehat supaya berat badan turun dan memperbaiki diri.

Konselor : “nah, ide yang bagus. Abang harap itu bisa dilakukan. Mungkin, itu dulu pada konseling kali ini. Abang akan lihat apakah ada perubahan atau tidak. Terima kasih sudah berkonseling. Mudah-mudahan ada perubahan ya dinda.

Konseli : iya bg...saya masuk dulu yang bg...assalamualaikum...

Konselor : siap. Waalaikumsalam...

Kesimpulan : konselor dapat menarik kesimpulan bahwa klien mengalami masalah penerimaan diri yang menyebabkan mereka kurang percaya diri dan minder.

Lampiran 7

Percakapan peneliti dan guru bimbingan konseling

- Saya : assalamualaikum pak.
- Guru BK : waalaikumsalam...
- Saya : apa kabar pak? Sehat?
- Guru BK : sehat Alhamdulillah...apa cerita?
- Saya : ifrah mau nanya ini pak, bagaimana proses bimbingan di sekolah ini pak ?
- Guru BK : nah, untuk proses nya cukup baik ya. Semua layanan sudah pernah dilakukan..
- Saya : ouhhhh, untuk layanan konseling individual sendiri seperti apa pak?
- Guru BK : nah, untuk konseling individual sendiri ada dilakukan, tetapi masih jarang. Karena lebih banyak layanan yang lain..
- Saya : pada kasus apa saja pak layannan konseling individual pernah dilaksanakan?
- Guru BK : lebih ke masalah disiplin dan prestasi siswa saja..
- Saya : ouhh, jadi untuk masalah lebih kepersonal belum ada ya pak?
- Guru BK : sejauh ini belum ada...
- Saya : untuk masalah penerimaan diri siswa sudah pernah dilakukan pak?
- Guru BK : belum pernah...
- Saya : jadi, pelaksanaan konseling individual nya belum maksimal ya pak?
- Guru BK : iya bisa jadi....
- Saya : pak, saya mau nanya lagi. Untuk permasalahan kurang dalam penerimaan diri itu seperti apa di sekolah ini?
- Guru BK : nah, untuk masalah itu ada. Kita bisa lihat dari responsive dan perilaku siswa yang mengalami hal itu. Mungkin ada beberapa siswa yang kurang dalam penerimaan diri karena bentuk tubuh mereka yang agak gemuk.
- Saya : ouh iya pak. Jadi ada beberapa siswa ya pak. Mungkin saya akan melakukan konseling untuk itu pak.
- Guru BK : sila saja. Mungkin ini awal yang bagus agar pelaksanaan konseling individual lebih baik lagi di sekolah ini...
- Saya : aamiin. Terima kasih pak atas izin dan motivasi nya serta informasinya pak. Saya permisi ya pak. Assalamualaikum pak..
- Guru BK : siap.. aman itu...waalaikumsalam..

DOKUMENTASI











MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K - 1

Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 150 SKS

IPK = 3,67

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan
<i>Acc/2 f/5/19</i>	Penerapan LayananKonseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri terhadap <i>Body Image</i> pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019
	Upaya Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa yang Introvet melalui Layanan Konseling Individual Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019
	Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Informasi pada Anak Panti Asuhan Putera Muhammadiyah Medan Tahun 2018/2019

*Disahkan
oleh Dekan
Fakultas
Keguruan dan
Ilmu Pendidikan*

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 28 Februari 2019
Hormat Pemohon,

Ifrah Hifsy
Ifrah Hifsy

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form K-2

Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu 'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri terhadap
Body Image pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan
Tahun Pembelajaran 2018/2019

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

1. Drs. Zaharuddin Nur, MM

Acc 3/19

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 20 Maret 2019
Hormat Pemohon,

Ifrah Hifsy

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :
- Untuk Dekan / Fakultas
- Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**
Jln.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217 Form : K3

Nomor : 2052/II.3/UMSU-02/F/2019
Lamp. : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing.**

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Ifrah Hifsy**
N P M : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : **Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri terhadap Body Image pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.**

Pembimbing : **Drs.Zaharuddin Nur,M.M.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan.
- 2 Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila Tidak selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **09 Mei 2020**

Medan, 04 Ramadhan 1440 H
09 Mei 2019 M



Dibuat rangkap 4 (empat)

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan:

WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
N.P.M : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Terhadap *Body Image* Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
29 April 2019	Perbaikan penulisan BAB I dan perbaikan tabel kerangka konseptual perbaikan tabel kegiatan penelitian Daftar Pustaka	
7 Mei 2019	Perbaikan penulisan pada kerangka konseptual.	
10 Mei 2019	ACC Proposal	

Diketahui oleh:
Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, April 2019

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharudin Nur, M.M



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO:

Ketua program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Terhadap *Body Image* Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari kamis, Tanggal 16 Mei 2019.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas ketersediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Mei 2019

Diketahui Oleh,

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada: Yth. Ibu Ketua/sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Skripsi**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamualaikum W.r Wb

Dengan Hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan perubahan judul skripsi, sebagai mana tercantum di bawah ini:

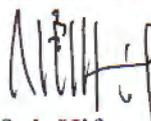
Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Terhadap
Body Image Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019

Menjadi:

Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa
Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

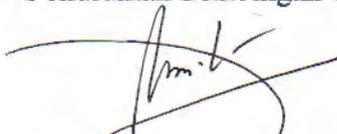
Medan, Mei 2019
Hormat Pemohon



Ifrah Hifsy

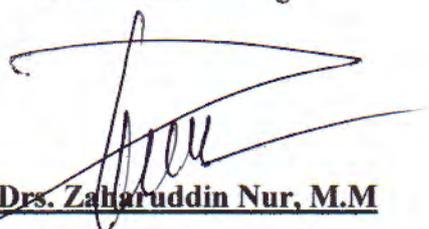
Diketahui oleh:

Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling



Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing



Drs. Zaharuddin Nur, M.M



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

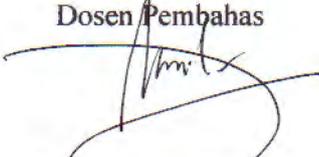
Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini:

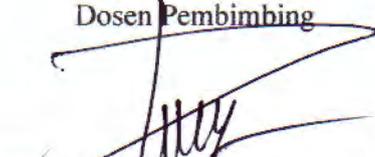
Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Terhadap *Body Image* Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019

Pada hari kamis, Tanggal 16 Mei 2019 sudah layak menjadi proposal skripsi

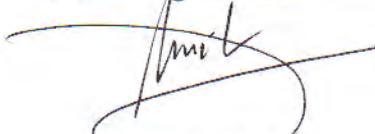
Medan, Mei 2019

Disetujui Oleh

Dosen Pembahas

Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Diketahui oleh
Ketua Progam Studi


Dra. Jamila, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini kamis, Tanggal 16 Mei 2019 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Terhadap *Body Image* Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah I Medan T.P 2018/2019

NO	Masukan dan Saran
Judul	Revisi Judul.
Bab I	- latar belakang kurang spesifik terhadap judul yang dibuat.
Bab II	- penulisan harus diperbaiki - kutipan tdk ada bahasa asing cetak miring halaman
Bab III	
Lainnya	- buku metode penelitian tdk dicantumkan teori tdk ada halaman
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [✓] Disetujui dengan adanya perbaikan

Dosen Pembahas

Dra. Jamila, M.Pd

Ketua

Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Sekretaris

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Panitia Pelaksana



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 Fax. (061) 6625474 - 6631003
Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Unggul, Cerdas & Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Nomor : 3303 /IL3-AU/UMSU-02/F/2019 Medan, 13 Syawal 1440 H
Lamp : --- 17 Juni 2019 M
Hal : **Permohonan Izin Riset**

Kepada Yth, Bapak/Ibu Kepala
SMP Muhammadiyah 1 Medan
di-
Tempat.

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi Mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset ditempat yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama : Hifrah Hifsi
N P M : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa terhadap Body Image pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P. 2018/2019.

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya. Amin.

Dekan,

Dr. H. Elfrianto Nst, M.Pd.
NIDN. 01 15057302

**** Pertinggal****



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH MEDAN KOTA**

SMP MUHAMMADIYAH 1

NDS : G. 1701219 NSS : 204076001066 NPSN : 10239053
ALAMAT : JL. DEMAK NO. 3 MEDAN - 20214 TELP & FAX. (061) 7358509

Email : smpmuhammadiyah1medan@gmail.com

M E D A N

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN
NO : 695/IV.4.AU/KET/F/2019

Kepala SMP Muhammadiyah 1 Medan Jl. Demak No. 3 Medan, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : IFRAH HIFSY
NIM : 1502080082
Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING
Judul Skripsi : ***“PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL
UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PADA SISWA
KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH 01 MEDAN TAHUN
AJARAN 2018-2019”***

Benar nama tersebut diatas telah **Melakukan Penelitian / Riset** yang bertempat di SMP Muhammadiyah 1 Medan Jl. Demak No. 3 Medan – 20214, yang nantinya dipergunakan untuk menambah wawasan dalam penulisan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikianlah surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.



Medan, 21 Agustus 2019
Ka. SMP Muhammadiyah 1 Medan

PAIMAN, S.Pd

NKTAM : 580 427

• *pertinggal*

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Ifrah Hifsy
NPM : 1502080082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Medan T.P 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah di teliti di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *plagiat*.
3. Apabila poin 1 dan 2 diatas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

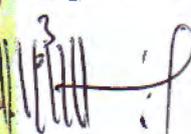
Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan Mei 2019

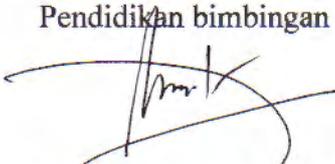
Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,




Ifrah Hifsy

Diketahui oleh ketua program studi
Pendidikan bimbingan dan konseling


Dra. Jamila, M.Pd