



Contents lists available at [Journal IICET](#)
Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)
ISSN: 2476-9886 (Print) ISSN: 2477-0302 (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Efektivitas teknik *want, direction, evaluation, planning* dalam meningkatkan penerimaan diri siswa korban perceraian

Nur Sahdiah Siregar^{*)}, Alfin Siregar

Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jul 01st, 2024
Revised Jul 17th, 2024
Accepted Jul 17th, 2024

Keyword:

Konseling teknik WDEP
Penerimaan diri

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifitasan konseling kelompok teknik WDEP dalam membantu peningkatan penerimaan diri siswa korban perceraian. Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode Quasi Eksperimen dengan design Non equivalent Pre-Test Post-Test Control Group Design. Teknik sampling yang digunakan ialah purposive sampling. Populasi penelitian ini berjumlah 27 siswa korban perceraian dengan sampel sebanyak 10 orang siswa yang memiliki indikasi penerimaan diri rendah yaitu 5 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 5 siswa sebagai kelas kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan skala penerimaan diri, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-parametrik dengan teknik Uji Wilcoxon (menguji hasil pre-test dan post-test kelompok eksperimen) dan Mann-Whitney U test (perbandingan post-test antara kelas kontrol dan kelas eksperimen). Adapun hasil analisis data untuk Uji Wilcoxon diperoleh nilai Asymp. Sig (2-tailed) pada kelompok eksperimen sebesar $0,043 < 0,05$ dan untuk uji Mann Whitney U test didapatkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) $0,16 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan penerimaan diri terhadap kelompok eksperimen serta konseling kelompok realita teknik WDEP dinyatakan efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada siswa korban perceraian. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan guru BK untuk menerapkan konseling kelompok realita teknik WDEP sehingga dapat membantu permasalahan pada penerimaan diri yang dialami siswa.



© 2024 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Nur Sahdiah Siregar,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Email: nursahdiah0303202034@uinsu.ac.id

Pendahuluan

Menerima diri sendiri merupakan bagian terpenting yang harus dimiliki setiap orang. Dipercayai bahwa salah satu unsur utama kebahagiaan dalam diri seseorang adalah penerimaan diri. Jika orang dapat menerima dirinya sendiri, mereka akan dapat menjalani hidup bahagia. Menurut Hurlock (2013), penerimaan diri mengacu pada pemahaman individu terhadap ciri-ciri kepribadian mereka dan kesiapan mereka untuk menjalaninya. Diperkuat oleh (Bernard, 2013) bahwa mereka yang memiliki penerimaan diri akan dapat menerima diri mereka sendiri tanpa syarat.

Orang yang memiliki penerimaan diri akan menganggap kekurangan dan kelemahan mereka sebagai hal yang wajar bagi semua orang dan tidak akan membiarkan kekurangan dan kelemahan tersebut menghalangi

aktualisasi diri mereka karena mereka mampu berpikir positif tentang diri mereka sendiri dan memahami bahwa setiap orang memilikinya (Sekali & Tohir, 2020). Selain itu, disebutkan oleh (Rahayu & Ahyani, 2017) bahwa jika seseorang dapat menerima dirinya apa adanya, maka ia tidak akan takut untuk memandang dirinya secara sebenarnya baik dari dalam (hati, pikiran, perasaan) dan dari luar (perilaku, penampilan).

Penerimaan diri yang baik sangat penting bagi setiap orang terutama bagi siswa karena penerimaan diri inilah yang menjadi sebab agar segala potensi dan kemampuan yang dimiliki siswa dapat tumbuh secara maksimal. Salah satu aspek terpenting dari penerimaan diri adalah dapat menerima keadaan dirinya sendiri serta dapat membangun ikatan sosial dengan orang lain, jika dalam kehidupan sehari-hari siswa tidak mampu melakukan penerimaan diri yang baik, hal ini akan menghambat potensi dirinya dan menghambat kemampuan dirinya dalam menjalin kontak social dengan orang lain. Menurut (Febriana & Rahmasari, 2021) Apabila individu tidak memiliki penerimaan diri yang baik maka akan berpengaruh pada pertumbuhan & perkembangan dirinya dan hubungan sosialnya. Di sisi lain, ditunjukkan bahwa meskipun tingkat penerimaan diri yang dimiliki oleh siswa sangat bervariasi, hal itu tetap ada dan masih dijumpai siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah disebabkan siswa tersebut berasal dari keluarga korban perceraian.

Lembaga pendidikan utama adalah keluarga, tempat orang menerima pendidikan dasar yang kuat tentang pembentukan diri. Manusia menciptakan kepribadian mereka dalam keluarga, yang membentuk jiwa dan pikiran mereka dalam jangka panjang dan meninggalkan dampak pada keberadaan mereka dalam jangka panjang. Setiap budaya dalam keberadaan manusia akan dipengaruhi oleh efek mendalam dari pendidikan dalam lingkup keluarga. Singkatnya, karakter seseorang sebagian besar dibentuk oleh gaya pengasuhan dan tingkat pendidikan dalam keluarga (Faidzin, 2022).

Perceraian yang dialami oleh kedua orang tua anak yakni suami istri, tentu akan memengaruhi tumbuh kembang anak (Wibisana dalam Tarigan et al., 2023). Anak yang tengah berada dalam kondisi keluarga bercerai, akan berdampak pada karakter dirinya sebab sebagian besar karakter anak dibentuk melalui pengasuhan dan Pendidikan yang diterimanya dalam lingkup keluarga. Di sisi lain, Anak yang orang tuanya bercerai tentu akan sulit menjalin hubungan dengan orang lain, menarik diri dan sulit berkomunikasi, serta merasa orang tuanya sudah tidak menyayangnya lagi. Perceraian berdampak pada anak dan pasangan yang bercerai, sehingga menimbulkan tekanan batin bagi kedua belah pihak. Ketika orang tua berpisah, anak akan merasa seperti terjebak dalam suatu masalah. Anak akan bereaksi dengan kesedihan, hinaan, kemarahan, ketakutan, dan kecemasan akan perpisahan (Latifah et al., n.d.). Anak-anak yang terkena dampak perceraian dalam hal ini tentu saja merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan keadaan baru mereka (Andani, 2020). Anak-anak harus mampu menyesuaikan diri karena mereka memiliki pilihan untuk memilih dengan siapa mereka tinggal. Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan anak antara lain adalah kecemasan berlebihan, tidak mau berinteraksi, serta terasingnya interaksi sosial, emosional, temperamental, dan tidak stabil. (Maharani & Adriansyah, 2021).

Keterkaitan antara dampak yang muncul akibat adanya perceraian orangtua inilah membuat tumbuh kembang anak terpengaruh, walaupun masih dapat dijumpai anak berasal dari keluarga yang bercerai tetap merasakan kebahagiaan yang didapat dari sekitarnya, tetapi disisi lain masih banyak juga dijumpai anak yang berasal dari korban perceraian mengalami kesulitan dalam menerima kondisinya saat itu. Akibat yang ditimbulkan, anak menjadi sulit untuk menerima kenyataan hidupnya, menerima keadaan orantuanya, menerima kondisi hidupnya sendiri serta membuat dirinya enggan untuk menjalin hubungan social dengan orang lain.

Sekolah merupakan Lembaga Pendidikan kedua setelah anak mendapatkan Pendidikan dari pengasuhan yang didapati dari keluarganya. Di tempat ini anak anak dapat mendapatkan pendidikan lanjutannya agar dapat membantu siswa mengembangkan potensinya secara maksimal. Namun, apabila terdapat peserta didik yang berasal dari korban perceraian merasa kesulitan dalam menerima diri beserta kondisinya, disinilah peran sekolah untuk membantu peserta didik tersebut agar merasa bahwa dirinya tidak sendiri yang mengalami hal serupa dan melalui stakeholder yang ada disekolah membantu peserta didik keluar dari masalahnya.

Hasil identifikasi yang dilakukan pada bulan Maret 2024 oleh peneliti di MTs. Al Ittihadiyah Kota Medan, ditemukan sejumlah peserta didik yang menunjukkan tanda-tanda penerimaan diri rendah. Hal ini ditandai dengan adanya beberapa siswa yang merasa tidak memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya sendiri (Kondisi diri pribadi), merasa sulit dalam mengatasi hambatan- hambatan yang terjadi dalam hidupnya, kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya (hubungan sosial) seperti takut untuk bersosialisasi dengan teman disekitarnya, merasa kurang dihargai teman-temannya, serta mengeluh akan kondisinya saat ini.

Untuk mempelajari lebih lanjut tentang kondisi penerimaan diri siswa, peneliti selanjutnya memberikan skala penerimaan yang sudah valid. Dari distribusi temuan skala penerimaan diri, dapat disimpulkan bahwa 10 siswa memiliki penerimaan diri yang rendah dan anak anak tersebut berlatar belakang anak korban perceraian.

Berdasarkan hal ini, penelitian menyimpulkan bahwa ada tanda-tanda penerimaan diri yang rendah di antara siswa. Oleh karena itu, peneliti berharap dapat menggunakan layanan konseling kelompok realita Teknik WDEP untuk mengatasi masalah siswa.

Menurut Prayitno & Amti dalam (Yulianti et al., 2018) mengklaim bahwa layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan diberikan dalam suasana kelompok. Klien yang menjadi anggota kelompok hadir, bersama dengan seorang konselor. Interaksi konseling berlangsung dalam lingkungan yang bertujuan untuk meniru sifat konseling individual yang hangat, transparan, dan akrab. Diperkuat dalam (Gunawan et al., 2020) oleh Rasimin menyatakan bahwa Konseling kelompok merupakan sistem layanan bantuan yang sangat baik untuk mengelola sikap atau perilaku anak-anak. Ini dapat membantu dengan masalah-masalah seperti memahami alasan di balik dan emosi siswa yang menunjukkan agresi, mencegah timbulnya masalah, membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan pribadi mereka, membantu kesulitan yang dihadapi siswa yang menerima konseling, dan menyelesaikan konflik interpersonal atau memecahkan masalah. Manfaat memulai pelaksanaan konseling kelompok ini adalah menyediakan wadah bagi para individu untuk saling mendukung dalam mengubah sikap, keyakinan, dan perilaku mereka secara keseluruhan serta sentimen mereka terhadap anggota kelompok lain dan diri mereka sendiri (Ade Chita Putri, 2021).

Salah satu metode yang berfokus pada perilaku saat ini disebut konseling realitas. Dengan bertindak sebagai guru dan panutan, konseling membantu anak-anak menghadapi tantangan hidup dan memenuhi kebutuhan mendasar mereka tanpa membahayakan diri mereka sendiri atau orang lain. Terapi realitas bukanlah prosedur penyembuhan; melainkan proses pengajaran. Untuk membantu klien mengatasi realitas yang mereka hadapi, konseling realitas sering kali menggunakan pendekatan kognitif.

Glasser dalam (Rahmah, 2019) percaya bahwa sumber sebenarnya dari masalah tersebut adalah tindakan ceroboh konseli. Merupakan tanggung jawab manusia untuk percaya pada kebenaran, yang mengarah pada tindakan yang bertanggung jawab dan memberi mereka rasa tujuan, cinta, dan harapan. Perasaan ini berfungsi sebagai peta jalan untuk menjalani kehidupan yang lebih harmonis, baik dengan orang lain maupun dengan diri sendiri.

Tujuan dari konseling realitas adalah untuk membantu orang berkembang menjadi orang yang kuat dan logis (Failasufah, 2016). Intinya, pendekatan ini melihat perilaku untuk membangkitkan agensi pribadi untuk memilih bagaimana peristiwa berlangsung, karena orang perlu bertanggung jawab atas tindakan mereka sendiri dan tidak dapat membiarkan orang lain mendominasi mereka. (Hakim et al., 2020)

Konselor dapat membantu klien dalam menggunakan prosedur perawatan dan mengamati keberhasilannya melalui penggunaan metodologi WDEP dalam konseling realitas (Kurniati & Supriyatna, 2022). Tujuan penggunaan pendekatan WDEP adalah untuk memberdayakan orang agar dapat mengendalikan hidup mereka dan meningkatkan kemampuan mereka untuk membuat rencana. Ada empat fase konseling realitas, menurut Glasser & Wubbolding dalam (Mulawarman, 2020) yang diberi singkatan WDEP yakni W adalah singkatan dari Wants, yang mengacu pada keinginan klien, Arah diwakili oleh huruf D. Klien terus mempertimbangkan jalan hidup mereka pada titik ini. Klien dan konselor berbincang tentang pembicaraan diri positif dan negatif klien. Terapis dapat membahas pembicaraan diri negatif klien jika diperlukan. Pembicaraan diri adalah diskusi klien tentang keinginan dan/atau keadaannya dalam hidup. Sepanjang semua fase, klien dan konselor membangun hubungan baik sambil berkonsentrasi pada tindakan klien saat ini. E singkatan dari Evaluation, inti reality therapy. Konselor membantu klien dalam menilai tindakan mereka dan tingkat akuntabilitas pribadi mereka terhadap tindakan tersebut. Ketika klien terlibat dalam perilaku yang gagal memenuhi kebutuhan mereka sendiri, mereka sering kali menjadi terasing dari diri mereka sendiri dan orang-orang terdekat mereka. Klien mungkin terinspirasi untuk berubah jika mereka menyadari bahwa salah satu tindakan mereka kontraproduktif. Jika tidak, mungkin ada jeda dalam proses penyembuhan. Akibatnya, sangat penting bagi klien, bukan konselor, untuk melakukan pemeriksaan. P adalah akronim untuk rencana. Klien berfokus pada pembuatan strategi untuk mengubah perilakunya dalam fase terakhir ini. Alih-alih berfokus pada kebiasaan yang ingin dihentikannya, rencana yang dibuatnya menyoroti langkah-langkah yang akan diambil klien. Tindakan yang paling efektif adalah rencana yang sederhana, dapat dilakukan, dapat diukur, dapat segera dilaksanakan, dan konsisten.

Kegunaan konseling kelompok realitas yang dipadukan dengan pendekatan Want, Direction, Evaluation, and Planning (WDEP) untuk meningkatkan tanggung jawab penyelesaian skripsi telah diteliti dalam penelitian Astiwi Kurniati dan Arie Supriyatna yang dipublikasikan di (Jurnal pada tahun 2020). Penelitian ini telah selesai dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah menjalani konseling, tingkat tanggung jawab mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi meningkat dari yang rendah menjadi tinggi berkat konseling kelompok realitas ini. Selanjutnya, penelitian Yudo Dwiyono, Zaenab Hanim, dkk (Jurnal, 2022) tentang pengaruh layanan konseling kelompok realitas terhadap penerimaan diri siswa kelas XI SMA Negeri Samarinda melalui

teknik Wants, Direction, Evaluation, and Planning menunjukkan bahwa konseling kelompok realitas memberikan siswa di sekolah tersebut dapat menerima dirinya.

Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa konseling kelompok realitas tepat untuk membantu siswa pada permasalahan diri mereka yakni penerimaan diri yang rendah pada siswa MTs kelas VIII, melalui pelaksanaan atau pemberian layanan konseling. Salah satu layanan yang disediakan oleh Al-Ittihadiyah Kota Medan adalah konseling kelompok para klien akan menemukan bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan mereka dengan penerimaan diri yang rendah dan mempelajari strategi yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan dirinya dan orang lain melalui konseling kelompok. Individu yang memiliki kondisi dan masalah yang sama mungkin juga percaya bahwa orang lain mendukung mereka.

Berdasarkan hal ini, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan apakah Teknik WDEP, metode konseling kelompok realitas, bermanfaat dalam membantu siswa dalam meningkatkan penerimaan diri mereka dan apakah ada perbedaan dalam keadaan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yakni berupa konseling kelompok realita melalui teknik WDEP.

Metode

Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif yang dipadukan dengan metode penelitian eksperimental. Jenis desain penelitian yang digunakan adalah *quasi-eksperimental* dengan desain *non-equivalent pre-test post-test control group design* tujuannya adalah untuk memprediksi keadaan yang dapat dicapai melalui eksperimen yang sebenarnya, tetapi tidak ada pengontrolan dan/ atau manipulasi terhadap seluruh variabel yang relevan. Karena peneliti menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sebelum memulai pemberian perlakuan, tingkat penerimaan diri kedua kelompok diukur terlebih dahulu dengan *pre-test*, dan tingkat penerimaan mereka dievaluasi lagi dengan *post-test* untuk mengetahui keadaan penerimaan diri yang akan diberikan perlakuan dan yang tidak diberi perlakuan. Dalam penelitian ini perlakuan yang diberikan adalah konseling kelompok realita teknik WDEP. Dengan hipotesis bahwa layanan konseling kelompok realitas teknik WDEP (X) dapat membantu meningkatkan penerimaan diri siswa korban perceraian (Y). Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah Skala penerimaan diri yang telah dikembangkan oleh peneliti sendiri. Tujuan dari skala penerimaan ini adalah untuk menguji siswa yang berlatar belakang keluarga korban perceraian dalam hal tingkat penerimaan diri mereka. Skala ini akan digunakan untuk penilaian *pre-test* dan *post-test*.

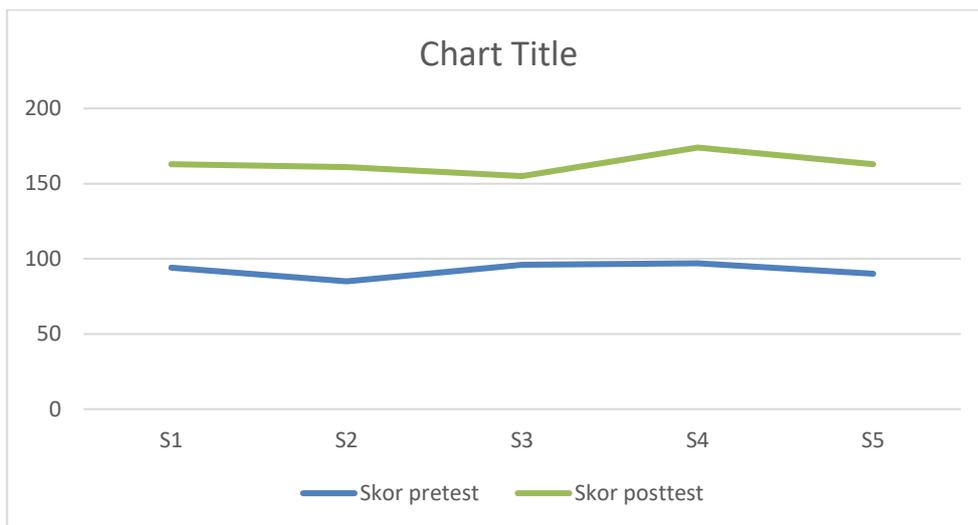
Populasi dari penelitian ini sebanyak 27 siswa MTs kelas VIII MTs. Al-Ittihadiyah di Kota Medan yang berlatar belakang keluarga korban perceraian, dengan sampel sebanyak 10 siswa yang masuk kedalam kategori penerimaan diri rendah kemudian sepuluh sampel ini dibagi menjadi dua kelompok yakni 5 orang dimasukkan ke dalam kelompok eksperimen yang akan memperoleh perlakuan dan 5 orang dimasukkan ke dalam kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan. Terhadap kedua kelompok tersebut, penentuan penempatan kelompok dilakukan dengan melihat skor yang didapati setiap siswa dan masing-masing berada pada kategori penerimaan diri yang rendah. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah *nonprobability sampling* dengan menggunakan *purposive sampling* atau pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditentukan (Sugiyono, 2013). Penetapan sampel menggunakan *purposive sampling* ini bertujuan agar memudahkan peneliti mendapatkan sampel yang mewakili tujuan penelitian yang dilakukan serta memenuhi kriteria dalam memberikan informasi.

Instrumen penerimaan diri yang disebutkan diatas sebelum penyebarannya telah melewati uji validitas dan reliabilitas dengan baik. Hal ini dibuktikan melalui uji coba skala pada 70 siswa MTs. Negeri 1 Medan pada bulan Maret 2024. Item pada skala penerimaan diri ini sudah dikatakan valid karena seluruh item sudah memenuhi kriteria dengan nilai r hitung $\geq 0,3$ dengan rentangan skor 0,309 sampai 0,644 sehingga memperoleh 44 item pernyataan valid. Sedangkan reliabilitas skala ini diuji menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan nilai r sebesar 0.885 yang artinya instrumen ini telah reliabel karena angka *Alpha Cronbach* $> 0,60$ (Arikunto, 2008).

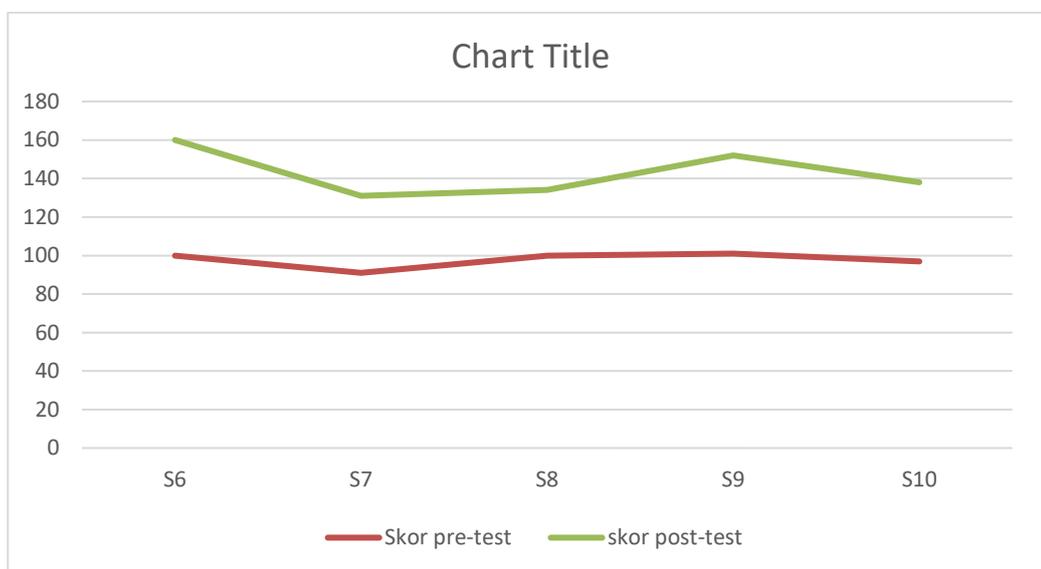
Hasil dan Pembahasan

Hasil Pre-Test dan Post Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan gambar 1 diperoleh bahwa pada kelompok eksperimen, kondisi awal penerimaan diri kelima siswa berada pada kategori rendah dengan rentang skor 85-97, namun setelah diberi perlakuan berupa konseling kelompok realita teknik WDEP kondisi akhir penerimaan diri siswa mengalami peningkatan sebanyak tiga siswa berada pada kategori tinggi dan dua siswa lainnya berada pada kategori sedang.



Grafik 1 <Hasil pre-test dan post test kelompok eksperimen Penerimaan Diri Siswa Kelas VIII>



Grafik 2 <Hasil pre-test dan post test kelompok kontrol Penerimaan Diri Siswa Kelas VIII>

Pada kelompok kontrol diperoleh kondisi awal penerimaan diri kelima siswa juga berada pada kategori rendah dengan rentang skor 91-101 dan setelah diberikan pengukuran akhir berupa post test penerimaan diri siswa mengalami peningkatan namun tidak sebesar peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen atau kelompok yang diberikan perlakuan.

Setelah memperoleh hasil pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, langkah selanjutnya adalah menganalisis data menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dan uji Mann Whitney U-Test untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan nilai post-test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol serta untuk mengetahui apakah konseling kelompok realita teknik WDEP ini efektif dalam membantu siswa meningkatkan penerimaan dirinya.

Tabel 1 <Hasil Uji Wilcoxon>

	Pretest Eksperimen-Posttest Eksperimen
Z	-2,023b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,043
<i>a Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	
<i>b Based on negative ranks.</i>	

Berdasarkan Tabel 1 hasil dari perhitungan Wilcoxon Signed Rank Test, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,023 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,043 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan H_a dapat diterima. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh antara penerimaan diri kelompok eksperimen sebelum dan selama diberikan perlakuan berbasis WDEP.

Tabel 2 <Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test>

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PosttestEksperimen – PretestEksperimen	Negative Ranks	0 ^a	0,00	0,00
	Positive Ranks	5 ^b	3,00	15,00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		
Posttest Kelompok Kontrol – Pretest Kelompok Kontrol	Negative Ranks	0 ^a	0,00	0,00
	Positive Ranks	5 ^b	3,00	15,00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa metode perhitungan yang dilakukan di dalam rumus Wilcoxon Signed rank Test, nilai-nilai yang di dapat adalah: nilai mean rank dan sum of ranks dari kelompok negatif ranks, positive ranks dan ties.

Tabel 3 <Hasil Uji Mann-Whitney>

<i>Penerimaan Diri</i>	
<i>Mann-Whitney U</i>	1,000
<i>Wilcoxon W</i>	16,000
<i>Z</i>	-2,410
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	,016
<i>Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]</i>	,016 ^b

a. Grouping Variable: POSTTEST

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan tabel uji Mann-Whitney yang disebutkan di atas, dapat ditentukan bahwa terdapat perbedaan substansial dalam penerimaan diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui penggunaan pendekatan konseling kelompok realita teknik WDEP. Temuan post-test kelompok eksperimen, jika dibandingkan dengan kelompok kontrol, menghasilkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar $0,016 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan konseling kelompok realita teknik WDEP efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa.

Pembahasan

Pada bulan April dan Mei 2024 telah dilaksanakan intervensi konseling kelompok realita dengan pendekatan WDEP di Kelas VIII MTs. Al-Ittihadiyah Kota Medan. Sebanyak 10 orang siswa yang menjadi konseli dan satu orang guru BK yang menjadi observer turut membantu dalam pelaksanaan intervensi ini serta peneliti berperan sebagai konselor. Berdasarkan hasil pre-test, Sebanyak 5 orang siswa masuk dalam kelompok eksperimen yang akan mendapatkan perlakuan berupa konseling kelompok realita dengan teknik WDEP. Sedangkan kelompok kontrol yang terdiri dari 5 orang siswa yang tidak mendapatkan perlakuan akan menjadi pembanding.

Penerapan konseling kelompok realita teknik WDEP ini dilakukan secara langsung (tatap muka). Pertemuan diawali dengan membangun hubungan yang kuat dengan siswa, memberikan tes awal berupa pre-test, dilanjutkan dengan pelaksanaan layanan konseling yang berlangsung selama enam sesi serta pemberian post-test sebagai tahap akhir.

Pada sesi pertama, yang menandai dimulainya kegiatan konseling kelompok, peneliti dan klien mengembangkan hubungan baik selama pertemuan. Dengan menanyakan tentang kesiapan dan keinginan klien untuk terlibat dalam konseling kelompok, peneliti juga membahas alasan di balik pengumpulan semua klien dalam satu kelompok. Selanjutnya, peneliti menyelidiki keinginan (*Want*) pada sesi kedua. Mengetahui persepsi konseli dengan mengisi lembar kerja yang telah disediakan oleh peneliti. Setelah mengeksplorasi *want* seluruh konseli serta terkait dengan cara mereka memenuhinya di kehidupan nyata berdasarkan hasil lembar kerja. Selanjutnya peneliti mengidentifikasi bagian-bagian mana yang bermasalah menurut konseling realita. Peneliti juga mengarahkan para konseli untuk mengungkapkan secara terus menerus apa yang sebenarnya mereka inginkan dan butuhkan dalam kondisi mereka saat ini. Kemudian, peneliti mengidentifikasi kesenjangan atau konflik antara dunia kualitas mereka dengan dunia nyata mereka selama ini berdasarkan lembar kerja.

Pada sesi ketiga dinamakan *Direction*, peneliti mengidentifikasi perilaku konseli serta memberikan pemahaman bahwa semua hal yang terjadi adalah akibat kemampuan kontrol diri dan membuka pemahaman konseli bahwa perilaku saat ini kurang efektif untuk memenuhi keinginan serta kebutuhan konseli.

Selanjutnya, pada sesi keempat dinamakan *Evaluation*, pada tahap ini peneliti membantu konseli mengevaluasi perilaku- perilakunya selama ini baik yang dianggap efektif maupun tidak efektif. Melakukan evaluasi pada tahap ini adalah dilakukan oleh konseli, bukan konselor tugas konselor hanya membantu atau melakukan konfrontasi dengan memberikan pemahaman bahwa apa yang dilakukan saat ini tidak berujung positif/negatif.

Pada sesi kelima yakni *Plan*, konseli membuat rancangan kegiatan untuk mengubah perilakunya. Dalam hal ini peneliti membantu para konseli untuk merancang rencana berdasarkan kriteria SAMI2C3 (*simple, attainable, measurable, immediately, involved, control by client, commitment, consistent*). Rencana yang paling baik untuk dilakukan adalah rencana yang mudah (*simple*), dapat dilakukan/ sesuai dengan kemampuan (*attainable*), dapat diukur dan dilihat tingkat ketercapaiannya (*measurable*), tidak boleh ditunda-tunda/ dapat segera dilaksanakan (*immediately*), sama-sama terlibat dalam pembuatan rencana (*involved*), bertanggungjawab untuk mengarahkan dan memandu jalannya kegiatan (*control by client*), dilakukan berdasarkan komitmen (*commitment*), serta konsisten (*consistent*). Selanjutnya, peneliti memberikan lembar kerja untuk mengetahui komitmen dan tanggungjawab konseli atas pilihan alternatif yang telah disepakati. Selanjutnya, masuk pada sesi terakhir yakni sesi keenam pada sesi ini peneliti Mengeksplorasi perasaan dan pikiran konseli selama mengikuti kegiatan konseling kelompok serta memberikan post-test kepada para konseli.

Rendahnya penerimaan diri siswa ini disebabkan beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang berasal dari siswa, seperti perasaan tidak mampu berkembang sebagai individu, kekhawatiran dalam memikirkan masa depan, dan kesan bahwa orang lain tidak mendukung mereka. Namun, ada faktor lain, salah satunya dipengaruhi oleh dinamika keluarga, termasuk masalah perceraian orang tua yang berujung pada dan berdampak negatif pada anak maupun suami istri. Di sisi lain, beberapa anak merasa sulit menerima diri mereka sendiri karena dinamika keluarga yang tidak harmonis yang telah ada sejak mereka masih kecil ataupun remaja. Namun, beberapa anak mampu menerima situasi mereka meskipun berasal dari orang tua yang bercerai. Anak-anak yang dibesarkan dalam rumah tangga yang tidak harmonis lebih mungkin mengalami masalah perkembangan kepribadian. (Kurniawan et al., 2023).

Melalui Konseling Kelompok Realita teknik WDEP ini diharapkan dapat membantu siswa mengatasi permasalahan pada penerimaan dirinya sehingga siswa mampu mengembangkan rasa penerimaan diri yang lebih baik dan dapat membangun interaksi kelompok dengan menggunakan dinamika kelompok. Sesuai dengan judul penelitian yaitu efektivitas Konseling Kelompok Realita teknik WDEP dalam meningkatkan penerimaan diri siswa korban perceraian. Penjelasan ini membawa pada kesimpulan bahwa penerimaan diri yang rendah dapat diatasi dengan konseling kelompok realita teknik WDEP.

Simpulan

Berdasarkan temuan yang diperoleh oleh peneliti di lapangan dapat disimpulkan bahwa terdapat 10 siswa yang berasal dari keluarga korban perceraian mengalami penerimaan diri yang masuk pada kategori rendah. 10 siswa tersebut dikelompokkan pada dua jenis kelompok yakni 5 siswa yang berada pada rentang skor 85 sampai 97 masuk kelompok eksperimen, 5 siswa lainnya yang berada pada rentang skor 91 sampai 101 masuk pada kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut masing-masing ada yang diberi perlakuan berupa konseling kelompok realita teknik WDEP dan ada yang tidak diberikan perlakuan. Sehingga diperoleh pada kelompok eksperimen kondisi penerimaan diri siswa dari kondisi awal atau pretest yang masuk kategori rendah sampai sesudah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok realita teknik WDEP mengalami peningkatan, hal ini ditandai dengan skor yang diperoleh pada post test, dengan keterangan dua orang berada pada kategori sedang dan tiga orang masuk pada kategori tinggi hal ini menandakan bahwa konseling kelompok realita teknik WDEP memiliki pengaruh dalam meningkatkan penerimaan diri siswa korban perceraian. Selanjutnya pada Uji Mann

Whitney didapati bahwa terdapat perbedaan pada skor post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga hal ini menandakan bahwa konseling kelompok realita teknik WDEP efektif dalam membantu siswa meningkatkan penerimaan dirinya.

Referensi

- Andani, T. P. (2020). Hubungan penerimaan diri dan harga diri pada remaja dengan orangtua bercerai. *Cognicia*, 8(2), 222–233. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11540>
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Bernard, M. E. (Ed.). (2013). *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6>
- Faidzin, S. (2022). Peran dan Fungsi Keluarga dalam Membangun Kepribadian Remaja yang Baik dan Berkelanjutan di Indonesia: Suatu Tinjauan Literatur: The Role and Functions of The Family in Building Good and Sustainable Personality of Youth in Indonesia: a literature review. *Journal of Sustainable Development Issues*, 1, 1–13. <https://doi.org/10.56282/jsdi.v1i1.99>
- Failasufah, F. (2016). Efektivitas Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa (Studi Eksperimen pada Siswa MAN Yogyakarta III). *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(1), 18–40. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.131-02>
- Febriana, T. F., & Rahmasari, D. (2021). *Gambaran Penerimaan Diri Korban Bullying*. 8.
- Gunawan, I. M., Hartati, A., & Mulachela, F. S. (2020). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Siswa di SMKN 4 Mataram. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 385. <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2881>
- Hakim, B. R., Muhid, A., & Mastutik, S. (2020). Efektivitas Konseling Realitas untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Literatur Review. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(2), 69–79. <https://doi.org/10.31851/juang.v3i2.5205>
- Hurlock, E. B. (2013). *Perkembangan anak jilid 2*. Erlangga.
- Kurniati, A., & Supriyatna, A. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Realitas Teknik Want, Direction, Evaluation dan Plant (WDEP) untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 1938–1946. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2254>
- Kurniawan, K., Nur'aeni, Y., Nugraha, P., Maysarah, V., Revindha, L., & Zahra, S. (2023). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Perkembangan Psikososial Anak: A Scoping Review. *Dunia keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 11(2), 163–175. <https://doi.org/10.20527/jdk.v11i2.485>
- Latifah, S., Adiwinata, A. H., & Nadirah, N. A. (n.d.). *Penerimaan Diri Anak Terhadap Perceraian Orang Tua*.
- Maharani, D., & Adriansyah, M. A. (2021). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak yang Menjadi Korban Perceraian Orang Tua. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 909. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6872>
- Rahayu, Y. D. P., & Ahyani, L. N. (2017). Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Keluarga Dengan Penerimaan Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Jurnal Psikologi Perseptual*, 2(1), 29–47. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v2i1.2220>
- Rahmah, H. (2019). Konseling Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Anak di Usia Sekolah Dasar. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 4(1), 37. <https://doi.org/10.35931/am.v4i1.165>
- Sekali, R. B. K., & Tohir, A. (2020). *Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri (self-acceptance) Siswa Melalui Konseling Individu dengan Pendekatan Realita Kelas xi SMA Negeri 15 Bandar Lampung*. 2(2).
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tarigan, N. H. Br., Putra Sinaga, M. H., & Sari Aritonang, P. (2023). Analisis Permasalahan yang Dialami oleh Anak Korban Perceraian Orang Tua Di Kota Medan. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(2), 234–247. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v6i2.1970>
- Yulianti, F., Elita, Y., & Afriyati, V. (2018). pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik modelling untuk meningkatkan perilaku altruistik pada siswa sekolah menengah pertama. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 24–35. <https://doi.org/10.33369/consilia.1.3.24-35>

