**BAB II**

**KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS**

1. **Kajian Pustaka**
2. **Teknik Modeling Simbolis**
3. **Pengertian modeling simbolis**

Aktivitas sehari-hari manusia tidak pernah lepas dari aspek emosional yang terkait dengan perasaan senang, takut, gelisah, marah, jengkel dan sebagainya. Berbagai cara mengubah keadaan dirinya berkaitan dengan emosionalnya, baik dengan mengkonsumsi obat-obatan maupun melalui konseling. salah satu cara yang dapat ditempuh melalui konseling adalah teknik modeling atau pemberian contoh.

Cormier dan Cormier (Abimanyu dan Manrihu, 1996: 256) mengemukakan “modeling merupakan prosedur dengan mana seorang dapat belajar melalui mengobservasi tingkah laku orang lain “. Hal ini berarti modeling dilakukan melalui terapi untuk membantu klien memperoleh respon atau menghilangkan perasaan negatif dalam dirinya, seperti cemas, gelisah, mudah marah, dan sebagainya. Salah satu teknik modeling tersebut adalah modeling simbolis.

Alwisol, (2004:292) mengemukakan sebagai berikut :

Teknik modeling simbolis bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan orang model (orang lain), tetapi modeling melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menggenalisir berbagai pengamatan sekalligus, melibatkan proses kognitif

Cormier dan cormier (Abimanyu dan Manrihu, 1996: 304) mengemukakan sebagai beriku:

Modeling simbolis disajikan melalui material tertulis, rekaman audio atau video, film atau slide. Dapat dikembangkan untuk klien perorangan atau untuk kelompok. Dalam mengajarkan klien tingkah laku yang sesuai, mempengaruhi sikap dan nilai-nilai, dan mengajarkan keterampilan-keterampilan sosial melalui simbol atau gambar dari benda aslinya dan dipertunjukkan pada klsien melalui alat-alat perekam.

 Asmani (2010: 225) Mengemukan teknik modeling merupakan pemberian suatu informasi secara simbolis dengan cara mengobservasi untuk menyesuaikan diri dengan tindakan atau perilaku orang lain yang bisa di tiru di masa yang akan datang dengan melibatkan proses kognitif. Teknik modeling merupakan suatu proses belajar melalui observasi pada tingkah laku seseorang yang bisa di jadikan suatu rangsangan bagi sikap dan tingkah laku sebagai bagian individu yang di tampilkan sebagai model.

Berdasarkan pendapat di atas berkaitan dengan modeling simbolis, maka pada hakikatnya modeling simbolis merupakan suatu prosedur pemberian bantuan kepada orang lain (konseli) dalam upaya memodifikasi pikiran atau pola pikir seseorang, sikap, dan keyakinan yang dimiliki dengan berdasarkan dengan apa yang dia lihat atau dia dengar.

1. **Proses pelaksanaan modeling simbolis**

Pemberian modeling simbolis harus dilakukan secara terencana dan sistematis sehingga dapat diperoleh hasil optimal. Abimanyu dan Manrihu (1996) Proses pemberian modeling simbolis melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Pemberian instruksi kepada siswa tentang alasan pemberian modeling simbolis yang memungkinkan siswa dapat mengikuti berbagai kegiatan dengan penuh motivasi.
2. Pemberian modeling simbolis dengan menggunakan model yang dinilai efektif dalam menampilkan suasana belajar di kelas.
3. Pemberian latihan berdasarkan dari hasil kegiatan pemberian modeling sehingga siswa dapat lebih meningkatkan kemampuannya menghadapi masalah atau mengatasi masalah.
4. Menerima balikan dari hasil kegiatan yang bersumber dari siswa.
5. Ringkasan kegiatan hasil modeling simbolis yang memungkinkan dapat mengukur sejauhmana keberhasilan pemberian modeling simbolis.

 Dari pendapat di atas tentang proses pelaksanaan modeling simbolis dapat disimpulkan bahwa dalam proses pelaksanaan modeling simbolis ada beberapa hal yang harus diperhatikan untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam penelitian antara lain alasan pemberian modeling simbolis, pemberian model yang efektif, pemberian kegiatan atau latihan dari hasil kegiatan modeling simbolis meliputi pemutaran film surat kecil untuk Tuhan dan ayah mengapa aku berbeda yang dapat merubah pola fikir individu dengan cara memahami sebagaimana isi atau kesan yang di sampaikan lewat film tersebut berkaitan dalam proses penerimaan diri melalui visualisasi film dan menerima balikan yang bersember dari siswa dan ringkasan dari hasil pelaksanaan modeling.

1. **Kelebihan dan Kekurangan Modeling Simbolis**

Modeling terdiri atas berbagai jenis, dan setiap jenis modeling tentu memiliki kelebihan dan kekurangan, tidak terkecuali modeling simbolis yang juga memiliki kelebihan di samping kekurangannya. Menurut Abimanyu dan Manrihu (1996), kelebihan penggunaan modeling simbolis, yaitu:

1. Modelnya disajikan melalui materi tertulis, rekaman audio atau video, film atau slide.
2. Model simbolis yang *self instructional*  dapat dilaksanakan oleh klien tanpa berhubungan dengan guru pembimbing.
3. Dapat langsung ditiru oleh klien terhadap apa yang dilihat

 Selain kelebihannya, modeling simbolis juga memiliki kekurangan, yaitu:

1. Modeling simbolis kebanyakan hanya digunakan untuk mengurangi situasi-situasi ketakutan.
2. Sifat-sifat dari modeling simbolis hendaknya harus sama dengan orang- orang yang menggunakan prosedur itu.
3. Memerlukan waktu yang cukup lama di dalam penggunaannya, dan
4. Kadang-kadang terjadi penilaian yang keliru.

Berdasarkan pendapat di atas, jelas bahwa penggunaan modeling simbolis memiliki kelebihan di samping kekurangannya. Hal ini memberi konsekuensi pada hasilnya dapat sesuai dengan tujuan pemberian modeling simbolis, atau pemberian modeling simbolis dengan efektif.

1. **Pertimbangan-Pertimbangan dalam Penggunaan Modeling Simbolis**

Menurut Abimanyu dan Manrihu (1996: 260), elemen-elemen yang perlu diprtimbangkan dalam penggunaan modeling simbolis, yaitu “sifat- sifat dari pemakai, tingkah laku tujuan yang menjadi model, media, isi dan persentasi, dan testing lapangan dari model itu“.

Elemen-elemen di atas diuraikan sebagai berikut:

1. Sifat-sifat dari pemakai

 Pertimbangan pertama dalam mengembangkan model simbolis adalah menentukan sifat-sifat orang yang akan diberi perlakuan dengan model simbolis. Sifat-sifat dari model simbolis hendaknya sama dengan orang-orang yang akan menggunakan prosedur itu. Guru pembimbing juga mempertimbangkan derajat variasi sifat- sifat yang ada dan dimiliki oleh para pengguna model simbolis.

1. Tingkah laku-tingkah laku tujuan yang menjadi model

 Tingkah laku tujuan atau apa yang menjadi model hendaknya dispesifikasikan. Guru pembimbing dapat mengembangkan seri-seri model simbolis untuk memusatkan pada tingkah laku-tingkah laku yang berbeda atau pola yang kurang kompleks. Suatu model atau suatu seri dari model-model yang dikembangkan guru pembimbing hendaknya menstruktur model itu dalam 3 pertanyaan, yaitu: i) tingkah laku-tingkah laku yang dikehendaki, ii) perlukah tingkah laku-tingkah laku atau aktivitas-aktivitas itu disusun ke dalam urutan keterampilan-keterampilan yang kurang kompleks, dan iii) bagaimana hendaknya urutan-urutan keterampilan-keterampilan itu diatur?

1. Media

 Dalam usaha membantu proses keterampilan konseling melalui contoh-contoh atau model, latihan praktis, dan umpan balik. Contoh model ini dapat berupa film, rekaman video atau audio atau pemuatan dalam rekaman slide. Pemilihan media penyampaian ini akan tergantung pada di mana, dengan siapa, dan bagaimana model simbolis itu akan digunakan. Model-model simbolis tertulis, film, rekaman video dapat dicek untuk klien dan digunakan secara bebas di sekolah.

1. Isi dan presentasi

 Tanpa memperhitungkan media yang digunakan untuk menggambarkan penyajian model itu, guru pembimbing hendaknya mengembangkan suatu skrip untuk merefleksikan isi modeling yang disajikan. Skrip itu meliputi 5 bagian, yaitu: instruksi, modeling, latihan, balikan dan ringkasan.

 Instruksi-instruksi disertakan bagi setiap tingkah laku atau urutan tingkah laku yang didemostrasikan. Instruksi yang disingkat tapi jelas dan rinci disajikan sebelum model itu akan membantu klien mengidentifikasikan komponen-komponen dari model yang ditampilkan yang diperlukan. Instruksi menyediakan suatu rasional tentang modeling itu dan kunci-kunci untuk memfasilitasi perhatian terhadap model itu. Instruksi-instruksi itu dapat juga mendeskripsikan type yang digambarkan oleh model seperti “orang yang akan temui atau dengar adalah sama dengan anda sendiri”.

 Bagian berikutnya dari skrip, hendaknya mencakup deskriptif tingkah laku atau kegiatan yang ditiru dan kemungkinan dialog dari model yang memuat tingkah laku atau kegiatan yang menjadi tiruan itu. Bagian dalam skrip ini hendaknya menyajikan tingkah laku yang kompleks dalam urutan keterampilan yang terencana (modeling).

 Pengaruh lebih murah dari modeling akan lebih besar jika penyajian tingkah laku yang menjadi model itu diikuti oleh kesempatan-kesempatan berlatih. Dalam modeling simbolis hendaknya dimungkinkan adanya kesempatan bagi klien untuk berlatih tentang apa yang baru mereka baca, dengar, atau lihat yang dikerjakan oleh model-model itu.

 Setelah klien diinstruksikan untuk berlatih dan waktunya telah cukup, balikan dalam bentuk deskripsi tentang tingkah laku atau aktivitas hendaknya dilakukan. Klien hendaknya diinstruksikan untuk mengulang modeling dan mempraktekkannya lagi jika balikan menunjukkan adanya masalah. Pada kesimpulan dari skenario atau seri-seri tertentu, skrip hendaknya mencakup suatu ringkasan tentang apa yang telah ditiru dan pentingnya bagi klien menguasai tingkah laku itu.

1. Testing lapangan dari model

 Mencek skrip sebelum membuat model simbolis adalah suatu cara yang baik. Dalam penggunaan modeling simbolis, bahasa, urutan, modelnya, waktu latihannya dan balikan harus diuji oleh pemakai sebelum modeling simbolis akhir ditetapkan untuk digunakan jika memungkinkan modeling simbolis itu sehingga diharapkan pemberian modeling simbolis betul-betul memberi dampak positif sesuai maksud pemberian modeling simbolis.

 Berdasarkan pendapat di atas, jelas bahwa dalam penggunaan modeling simbolis sebagai teknik memiliki beberapa pertimbangan-pertimbangan dalam menentukan model yang akan ditampilkan dalam proses modeling simbolis khususnya pada penerimaan diri siswa. Hal ini memungkinkan dapat meminimalisir kesalahan atau kekurangan dari modeling simbolis sebagai teknik agar tujuan dari penelitian yang diharapkan dapat tercapai dengan baik.

1. **Penerimaan diri**
2. **Pengertian penerimaan diri**

 Penerimaan diri dapat diartikan sebagia suatu sikap penerimaan terhadap gambaran mengenai kenyataan diri. Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, ia dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, dengan segala kelebihan dan kekurangan. Mereka bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya Rubin, menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu sikap yang merefleksikan perasaan senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri. Penerimaan diri ini mengandaikan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas diri. Hal ini berarti bahwa tinjaun tersebut akan diarahkan pada seluruh kemampuan diri yang mendukung perwujudan diri secara utuh..

 Berdasarkan kamus lengkap psikologi yang disusun oleh Chaplin (2006: 451), penerimaan diri diartikan sebagai sikap yang merasa puas dengan diri sendiri, dan bakat-bakatnya sendiri, serta pengakuan akan keterbatasan diri. Pengakuan dan rasa puas terhadap diri dapat mendatangkan rasa berharga. Menurut Supratiknya (1993) menerima diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap merendahkan terhadap diri sendiri.

 Mappiare (2006) mengungkapkan bahwa menerima diri dimaksudkan agar individu dapat menerima keadaan diri sebagaimana adanya keadaan diri individu tersebut; bukan khayalan dan impian. Usaha yang perlu dilakukan adalah memelihara keadaan jasmaninya, wajah, kekuatan/kelembutan yang dimilikinya sendiri, serta memamfaatkannya secara efektif. (Supratiknya, 1993) mengatakan bahwa kesenjangan yang semakin besar antara kenyataan diri dengan diri yang ideal dapat membuat orang tidak puas dan tidak dapat menyesuaikan dirinya. Individu yang tidak mampu menyelesaikan diri dapat berakibat penolakan terhadap dirinya, yang pada akhirnya tidak mampu menerima diri sendiri.

 Akibatnya dari ketidakmampuan menyelesaikan diri menurut Alwisol (2004) salah satunya adalah ketidakmampuan menerima diri sendiri. Ketidakmampuan menerima diri sendiri membuat individu sering mengeluhkan hal-hal buruk tentang dirinya kepada orang lain. Keluhan yang tidak berkesudahan dapat membuat orang lain terganggu, sehingga membuat orang lain menjaga jarak dengan individu tersebut. Terganggunya hubungan individu dengan orang lain dapat berakibat individu tertekan karena merasa tidak memiliki teman, sebaliknya jika individu dapat menerima diri sendiri maka itu dapat memberikan perasaan yang nyaman bagi individu yang bersangkutan dan lingkungannya. Akibat lain yang ditimbulkan dari kemampuan meneriman diri menurut Supratiknya (1993) adalah dapat menimbulkan kerelaan diri untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain, pandangan bahwa dirinya disenangi, berharga, dan diterimah oleh orang lain, dan mampu menerima orang lain. Individu yang menerima dirinya sadar akan kelebihan dan kelemahannya, sehingga membuat individu mampu menghargai dirinya, serta memiliki pandangan positif terhadap orang lain dan dapat menerima orang lain sebagaimana adanya.

 Hurlock (Mardawiyah, 2010) juga berpendapat bahwa meneriman diri sendiri dapat menimbulkan perilaku yang membuat orang lain menyukai dan menerima remaja. Ini kemudian mendorong perilaku remaja yang baik mendorong perasaan menerima diri sendiri. Sikap menerima diri dapat menentukan kebahagian seseorang. Menjadi diri yang menyenangkan bagi diri sendiri dapat dilakukan dengan cara senantiasa menumbuhkan perasaan suka pada diri. Alwisol (2004) menjelaskan bahwa untuk dapat merasa senang terhadap diri sendiri maka yang perlu dilakukan adalah tidak mengkritik diri sendiri, bersikap wajar dalam menerima pujian, memberikan pujian, meluangkan waktu bersama orang-orang positif, bersfikir positif terhadap diri, dan melakukan perubahan perilaku ke arah positif.

 Dari berbagai pendapat di atas penulis menyimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap dalam memandang diri secara positif dan tidak merasa malu untuk menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri serta mempunyai keinginan untuk mengembangkan potensinya. Kegagalan dalam menerima diri dapat menyebabkan individu mengalami masalah dalam menyelesaikan problem dalam kehidupannya.

1. **Faktor-faktor penerimaan diri**

 Hurlock (1997) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri adalah:

1. Adanya pemahaman tentang diri sendiri

 Hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Individu yang dapat memahami dirinya sendiri tidak akan hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga pada kesempatannya untuk penemuan diri sendiri, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin ia dapat menerima dirinya.

1. Adanya harapan yang realistik

 Hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya. Dengan memiliki harapan yang realistik, maka akan semakin besar kesempatan tercapainya harapan itu, dan hal ini akan menimbulkan kepuasan diri yang merupakan hal penting dalam penerimaan diri.

1. Tidak adanya hambatan dalam lingkungan

 Walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan tidak mendukung dan tidak memberi kesempatan bahkan menghalangi individu tersebut, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai.

1. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangka

 Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan tidak akan menimbulkan

prasangka dan kecemasan, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial

orang lain dan kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan.

1. Tidak adanya gangguan emosional yang berat

Untuk menciptanya individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.

1. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif dan kuantitatif

 Keberhasilan yang dialami individu akan dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya jika kegagalan yang dialami individu dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.

1. Identifikasi orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

 Mengindentifikasi diri dengan individu lain yang mempunyai penyesuaian yang baik dapat membangun sikap-sikap positif terhadap diri sendiri, dan bertingkah laku dengan baik yang menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik.

1. Adanya perspektif diri yang luas

 Yaitu memperhatikan pandangan orang lain tentang diri. Perspektif diri yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Dalam hal ini usia dan tingkat pendidikan memegang peranan penting bagi seseorang untuk mengembangkan perspektif dirinya.

1. Pola asuh masa kecil yang baik

 Seorang anak dengan pola asuh demokratis cenderung akan berkembang menjadi individu yang dapat menghargai dirinya sendiri.

1. Konsep diri yang stabil

 I ndividu yang tidak memilki konsep diri stabil, misalnya kadang individu menyukai dirinya, dan kadang ia tidak menyukai dirinya, akan sulit menunjukkan pada orang lain, siapa dirinya yang sebenarnya, sebab individu sendiri ambivalen terhadap dirinya.

1. **Aspek –aspek peneriman diri**

 Individu-individu yang menerima diri sendiri mempunyai penilaian yang realistis atas kemampuan yang dimiliki dan juga apresiasi atas harga diri sendiri, keyakinan akan standard keyakinan diri tanpa jadi budak pendapat orang lain, dan penilaian yang realistis atas keterlibatan mereka tanpa kemarahan diri yang tidak rasional.

 Adapun aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Sheerer (2010) yaitu sebagai berikut:

1. Memiliki kenyakinan akan kemampuan dirinya dalam menjalani kehidupan. Individu yang mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan tidak akan merasa kecewa hingga tidak memberi kesempatan kepada diri sendiri untuk mencoba lagi atau “down” ketika mengalami kegagalan. Hal ini tampak dari sikap individu yang percaya diri ,lebih suka mengembangkan sikap baiknya yang tampak pada kemampuan individu untuk menetapkan target yang realistis dalam hidupnya dan mengeliminasi keburukannya yakni dengan mengindarkan diri dari keinginan yang tidak akan mungkin dapat diraih dari pada ingin menjadi orang lain, oleh karena itu individu puas menjadi diri sendiri.
2. Menyadari dan tidak merasa malu dengan keadaan dirinya. Individu tidak menyalahkan diri akan keterbatasannya dan mengingkari kelebihannya, cenderung mempunyai penilaian yang realistis tentang kelebihan dan kekurangannya. Ini berarti individu tersebut tidak merasa sebagai orang yang menyimpan dan berbeda dengan orang lain, sehingga mampu menyelesaikan dirinya dengan baik dan tidak merasa bahwa ia akan ditolak oleh orang lain serta mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi.
3. Menerima pujian dan celaan secara objektif. Individu yang memilki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian ia mempunyai kemamuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. Berusaha untuk melakukan koreksi atas dirinya sendiri, ini merupakan hal yang penting dalam perkembangannya menjadi seorang individu dewasa dan dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan individu yang tidak memiliki penerimaan diri tidak memandang dirinya serta memiliki kelebihan dan tidak mimiliki kekurangan yang pada akhirnya dapat membuatnya sombong akan tetapi dapat menerima pujian yang diberikan oleh orang lain dengan tulus dan tidak menyimpan rasa curiga atau bahkan menganggap pujian yang diberikan oleh orang lain hanya bersifat semu.
4. Menganggap diri berharga sebagai seorang manusia yang sederajat dengan individu lain. Individu menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, sehingga individu tidak merasa sebagai orang yang istimewa atau menyimpan dari orang lain. Individu merasa dirinya mempunyai kelemahan dan kelebihan seperti halnya orang lain.
5. Mempunyai prinsip-prinsip atau standar hidup dan tidak mudah terpengaruh. Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap *conform* terhadap tekanan sosial. Individu yang mampu menerima diri mempunyai sikap dan kepercayaan diri yang menurut pada tindakannya sendiri dari pada mengikuti konvensi dan standar dari orang lain serta mempunyai ide aspirasi dan penghargaan diri.
6. Tidak mengingkari atau merasa bersalah atas dorongan-dorongan dan emosi-emosi yang ada pada dirinya. Individu tidak menyangkal impuls dan emosinya atau merasa bersalah karenanya. Individu mengenali perasaan marah, takut dan cemas tanpa menganggapnya sebagai sesuatu yang harus diingkari atau ditutupi.
7. Menempatkan diri sebagaimana individu lain sehingga individu dapat menerima dirinya. Individu dalam hal ini mampu untuk berpikiran terbuka terhadap ide-ide serta mampu untuk menyesuaikan diri dengan pola pikir orang-orang di sekitarnya. Di samping itu individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dari pada kedalam diri, tidak malu yang menyebabkan individu lebih suka memperhatikan dan toleran terdapat orang lain, sehingga akan mendapatkan penerimaan sosial dari lingkungannya.
8. Bertanggung jawab atas segala perbuatannya. Berarti individu memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikan segala resiko yang timbul akibat perilakunya. Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya dan tidak menyalahkan pihak lain yang harus bertanggung jawab terhadap keputusan, tindakan serta segala sesuatu yang terjadi atau menimpahnya

 Adapun karakteristik individu yang mengalami masalah dalam penerimaan dalam penerimaan diri menurut Atosokhi, dkk (2002:79) yakni :

1. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok seperti terus menerus membanggakan prestasi orang lain.
2. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan sehingga selalu menyembunyikan kegagalannya.
3. Sulit menerima realita diri/kenyataan diri ( terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemanpuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri
4. Pesimis,mudah menilai segala sesuatu dari segi negative
5. Menyembunyikan kegagalan yang dialami dengan melempar kesalahan kepada orang lain.
6. Cenderung menolok pujian yang ditujukan secara tulus( mudah menyerah pada nasib,sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Beranjak dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa individu harus bersikap menerima diri seadanya walaupun banyak terdapat kelemahan. Apabila sikap tersebut dapat tercipta serta mencoba untuk menghargai dan menyangi diri sendiri,fikiran pun akan menjadi lebih terbuka untuk menerima semua perbuatan yang terjadi. Individu yang senantiasa memiliki kepercayaan diri, tidak mudah menyalahkan diri sendiri maupun orang lain merupakan individu yang memiliki penerimaan diri yang baik. Bagi individu yang mengalami masalah dalam penerimaan diri tidak mau mengakui kelemahan dan kekurangan yang dimiliki bahkan menyalahkan individu lain atas keadaan dirinya.

Huclock (1997) mengemukakan beberapa aspek-aspek penerimaan diri, diantaranya sebagai berikut :

1. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan

Individu yang memilki penerimaan diri berfikir lebih realistis tentang penampilan dan bagaimana dirinya terlibat dalam pandangan orang lain. Individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan dapat berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya.

1. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.

Individu yang memilki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik dari pada individu yang tidak memilki penerimaan diri.

1. Perasaan infeoritas sebagai gejala penolakan diri

Seorang individu yang terkadang merasakan infeoritas disebut juga dengan *infeority complex* adalah seorang individu yang tidak memilki sikap penerimaan diri dan hal tersebut akan menganggu penilaian yang realistis atas dirinya.

1. Respon atas penolakandan kritikan

Individu yang tidak memiliki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian individu yang memilki penerimaan diri mempunyai kemanpuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.

1. Keseimbangan antara *“real self”* dan *“ideal self”*

Individu yang memiliki penerimaan diri adalah individu yang mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dan batas-batas memungkinkan individu ini memilki ambisi yang besar, namun tidak mungkin untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. Oleh karena itu, dalam mencapai tujuannya individu mempersiapkan dalam konteks yang mungkin di capai untuk memastikan dirinya tidak akan kecewa saat nantinya.

1. Penerimaan diri dan penerimaan orang lain

Hal ini berarti apabila seseorang individu menyayangi dirinya, maka akan lebih mudah menungkinkan untuk menyayangi orang lain.

1. Penerimaan diri, menurut kehendak, dan menonjolkan diri

Menerima diri dan menuruti diri merupakan dau hal yang berbeda. Apabila seseorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti individu memanjakan dirinya. Individu yang menerima dirinya akan menerima serta menuntut pembagian yang layak akan sesuatu yang baik dalam hidup dan tidak mengambil kesempatan yang tidak pantas untuk memilki posisi yang baik atau menikmati sesuatu yang bagus. Semakin individu menerima dirinya dan diterima orang lain, semakin individu mampu untuk berbaik hati.

1. Penerimaan diri, spontanitas, menikmati hidup

Individu dengan menerima diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya. Individu tersebut tidak hanya leluasa menikmati sesuatu yang dilakukannya. Akan tetapi, juga leluasa untuk menolak atau menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya.

1. Aspek moral penerimaan diri

Individu dengan penerimaan diri bukanlah individu yang berbudi baik dan bukan pula individu yang tidak mengenal moral, tetapi memiliki fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya. Individu memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa nantinya,dan tidak menyukai kepura-puraan.

1. Sikap terhadap penerimaan diri

Menerima diri merupakan hal penting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek hidupnya, mungkin dalam keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain.

1. **Manfaat penerimaan diri**

Lucie menyebut bahwa ada banyak mamfaat atau keuntungan yang dan diperoleh individu yang memilki penerimaan diri yang positif, diantaranya yaitu :

1. Individu memiliki hubungan dan apresiasi yang lebih mendalam mengenai diri yang sebenarnya.
2. Meningkatkan kemampuan individu untuk mengindentifikasi dan membuat pilihan-pilihan sesuai dengan kebutuhan dan keinginan.
3. Mengembangkan hubungan yang positif dengan diri sendiri dan orang lain.
4. Meningkatkan kesehatan dan kemampuan untuk menghadapi berbagai masalah.
5. Mampu melihat dan memilih hal-hal apa saja yang bisa menjadikan hidup lebih mudah,lebih bahagia, dengan cara-cara yang menyenangkan
6. Mendatangkan kebahagiaan hidup
7. Meningkatkan efektifitas dalam hubungan kerja

Huclock (1997) menjelaskan bahwa semakin baik seseorang dapat menerima dirinya, maka akan semakin baik pula penyelesaikan diri dan sosialnya. Selanjutnya Huclock membagi dampak dari penerimaan diri dalam 2 kategari yaitu :

1. Dalam penyesuaian diri, salah satu karakteristik dari orang yang memiliki penyesuain diri yang baik adalah lebih mengenali kelebihan dan kekurangannya, biasanya memiliki kenyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem)*. Selain itu juga lebih dapat menerima kritik, dibandingkan dengan orang yang kurang dapat menerima dirinya. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat mengevaluasi dirinya secara realistis.
2. Dalam penyesuaina sosial, orang yang memiliki pemerimaan diri akan merasa aman untuk memberikan perhatian pada orang lain, seperti menunjukkan rasa empati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat mengadakan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri atau tidak kuat sehingga mereka itu cenderung untuk bersikap berorientasi pada dirinya sendiri ( *self oriented*).

Dari uraian tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri akan mendatangkan banyak keuntungan bagi individu, dan yang terpenting yaitu penerimaan diri positif akan sangat membantu individu untuk menyesuaikan diri.

1. **Kerangka Pikir**

Penerimaan diri sebagai sikap seseorang yang merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas, dan bakat-bakatnya sendiri, serta pengakuan akan keterbatasan diri. Siswa yang tidak mampu menerima diri sendiri memiliki harga diri yang rendah. Harga diri yang rendah cenderung menimbulkan perilaku menyimpang. Para ahli menyatakan bahwa remaja dengan harga diri rendah yang disertai pengalaman kegagalan, sering melakukan perbuatan kriminal dan kekerasan untuk meningkatkan harga diri dan eksistensi pada *peer-group*nya. Siswa akan merasa memiliki harga diri yang tinggi dengan melakukan kenakalan karena kelompoknya akan mendukung dengan memberikan perasaan saling memiliki, penerimaan, dan disini remaja akan merasa penting. Selain kekerasan dan criminal, harga diri juga berkaitan dengan menyalah gunakan obat terlarang dan perilaku bunuh diri pada remaja. Selain perilaku-perilaku salah juga sering nampak pada sikap dan perilaku siswa yang sering mengeluh kondisi fisik, psikis dan lingkungan sehingga sulit bergaul, merasa tidak bermamfaat terhadapat orang lain, menanggapi kritikan dengan sikap emosional dan menyembunyikan kegagalan yang dialami dengan menyalahkan pihak lain, merasa malu dan tidak yakin terhadap dirinya dan tidak mempunyai motivasi untuk berkompentensi dalam berprestasi sehingga sulit mengembangkan potensi yang dimilikinya. Hal ini menandakan bahwa para siswa belum menerima dirinya dengan baik, apabila hal ini dibiarkan terus-menerus maka nantinya akan menimbulkan dampak yang kurang baik, terutama yang berkaitan dengan perkembangan diri siswa tersebut, sehingga penerimaan diri siswa tersebut perlu ditingkatkan dan dikembangkan agar lebih baik dan positif.

Selanjutnya usaha yang perlu dilakukan dalam rangka meningkatkan dan mengembangkan penerimaan diri siswa tersebut adalah dengan mengoptimalisasikan berbagai layanan bimbingan dan konseling kepada siswa. Salah satu bentuk kegiatan dalam penerapan layanan bimbingan dan konseling yang akan dilaksanakan dalam rangka untuk meningkatkan dan mengembangkan penerimaan diri siswa ialah dengan menerapkan teknik modeling simbolis melalui visualisasi film dan video.

Modeling simbolis dengan Visualisasi film dan video adalah salah satu informasi dalam bentuk media merupakan bagian yang esensial dari bimbingan pribadi, dan merupakan salah satu alat yang digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan penerimaan dirinya. Tujuan modeling simbolis dengan Visualisai film yang bernuansa tentang penerimaan diri dalam bentuk media adalah untuk membantu siswa mengidentifikasi orang yang memiliki penyesuain diri yang baik, mengenal, memahami berbagai kekurangan/keterbatasan yang dimiliki orang lain, sehingga menjadi inspirasi dan motivasi bahwa di luar sana masih banyak orang yang memiliki kekurangan dan keterbatasan namun mampu menerima diri apa adanya. Visualisasi film penerimaan diri merupakan suatu kemasan cerita yang memilki tujuan yang jelas untuk memberikan suatu tontonan berdasarkan realitas kehidupan masyarakat. Bahwa dari penjelasan tersebut film tersebut diharapkan dapat memberikan konstribusi khususnya merubah pola pikir seseorang kearah yang lebih baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi penerimaan diri seseorang adalah indentifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik dan motivasi yang diberikan kepada siswa.

Secara terperinci, kerangka pikir dapat di gambarkan sebagai berikut :

**Penerimaan diri siswa rendah :**

1. Tidak memiliki kenyakian dalam menjalani kehidupan
2. Merasa malu dengan keadaan diri dirinya.
3. Tidak menerima pujian celaan secara objektif
4. Menganggap dirinya tidak berharga
5. Tidak mempercayai prinsip-prinsip hidup dan mudah terpengeruh
6. Mengingkari atau merasa bersalah atas dorongan-dorongan dan emosi-emosi yang ada pada diriya
7. Tidak Menempatkan diri sebagaimana individu lain sehingga individu lain dapat menerima dirinya
8. Tidak bertanggung jawab atas segala perbuatanya.

8. Bertanggung jawab atas segala perbuatannya

(Pemberian Perlakuan)

**Pemberian modeling simbolis :**

1. Memberikan instruksi kepada siswa alasan pemberian modeling simbolis
2. Pemberian modeling simbolis dengan model (film)
3. Pemberian latihan dari hasil kegiatan pemberian modeling
4. Menerima balikan dari hasil kegiatan yang bersumber dari siswa (diskusi)
5. Ringkasan kegiatan hasil modeling simbolis

**Penerimaan diri siswa meningkat**

Gambar 2.1 Skema kerangka piker

**C. Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah: Penerapan Teknik Modeling Simbolis dapat meningkatkan penerimaan diri siswa di Madrasah Aliyah DDI Kanang Kabupaten. Polewali Mandar.