



Available online at www.journal.unrika.ac.id

Jurnal KOPASTA
Jurnal KOPASTA, 2 (10), (2023) 72 - 84



P-ISSN : 2442-4323
E-ISSN : 2599 0071

Received : Juli 2023
Revision : September 2023
Accepted : Oktober 2023
Published : November 2023

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI PESERTA DIDIK

IMPLEMENTATION OF TECHNICAL GROUP GUIDANCE CINEMA THERAPY TO IMPROVE STUDENTS SELF ACCEPTANCE

Nur Fitria¹, Ari Khusumadewi²

¹(Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya)

²(Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya)

nurfitria.19009@mhs.unesa.ac.id, arikhusumadewi@unesa.ac.id

Abstrak

Maksud penelitian guna mengetahui penerapan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* guna meningkatkan penerimaan diri peserta didik kelas X putri di SMA Al Fattah. Pendekatan penelitian yang dimanfaatkan yakni *Pre-Experiment Design*, berdesain *One Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian sejumlah 8 peserta didik dengan penerimaan diri tinggi, sedang, serta rendah. Prosedur pemberian treatment diterapkan sejumlah lima kali pertemuan. Instrumen penelitian yang dimanfaatkan berbentuk angket penerimaan diri yang dikembangkan berbasis teori Hurlock (1973) berkenaan penerimaan diri. Analisis hipotesis memanfaatkan pengujian non parametrik wilcoxon memanfaatkan program SPSS 26. Perolehan penelitian menampilkan bahwa 8 peserta didik kelas X putri SMA Al Fattah bisa meningkatkan penerimaan diri dengan memanfaatkan teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok. Terlihat dari tingkat (taraf signifikansi 5%) dan koefisien signifikansi senilai $0,012 < 0,05$.

Kata Kunci: Bimbingan kelompok, *cinema therapy*, penerimaan diri.

Abstract

The purpose of the study was to determine the application of group guidance *cinema therapy* techniques to increase the self-acceptance of female class X students at Al Fattah High School. The research approach used is *Pre-Experiment Design*, *One Group Pretest-Posttest Design*. The research subjects were 8 students with high, medium, and low self-acceptance. The procedure for providing treatment is applied a total of five meetings. The research instrument utilized was a self-acceptance questionnaire developed based on Hurlock's (1973) theory of self-acceptance. Hypothesis analysis utilizes the wilcoxon non-parametric test utilizing the SPSS 26 program. The results of the study show that 8 students of class X female SMA Al Fattah can increase self-acceptance by utilizing *cinema therapy* techniques in group guidance. Seen from the level (5% significance level) and the significance coefficient of $0.012 < 0.05$.

Keywords: group guidance, *cinema therapy*, self acceptance.

PENDAHULUAN

Penerimaan diri merupakan satu diantara aspek terpenting bagi individu. Didapatinya penerimaan diri individu bisa membuatnya menerapkan aktualisasi diri seluruh potensi yang dimilikinya maka dari itu individu bisa mengembangkan segala keahlian dan potensinya sebaik mungkin. Pendapat Chaplin dan Kartono (2011) penerimaan diri merupakan tindakan yang didasarkan kepuasan pribadi, taraf-taraf, bakat dirinya, serta mengakui batasan diri. Hurlock (1973) menerangkan bahwasanya penerimaan diri merupakan sebuah keahlian serta harapan seseorang guna menjalani kehidupan selaras ciri khasnya. Keahlian individu dalam menerima dirinya dimaknai sebagai individu yang tak mengalami problematika pada pribadinya, serta tak mempunyai rasa terbebani pada pribadinya maka dari itu seseorang mempunyai peluang guna menyesuaikan lingkungannya (Oktaviani, 2019). Individu yang penerimaan dirinya baik cenderung merasa disukai dan mudah menerima orang lain sementara individu dengan penerimaan diri rendah belum bisa membangun interaksi dan memelihara jalinan yang baik pada sesama (Latifah, 2018).

Penelitian oleh Mutiara & Astuti (2021) di SMAN 11 Yogyakarta menjumpai bahwasanya peserta didik dengan penerimaan diri rendah cenderung diam saat ada peluang guna bertanya dan mengemukakan pendapat, cenderung diam saat dikelas dan pilih-pilih teman sekelas. Kemudian, berbasis perolehan wawancara dengan guru BK di SMA Al Fattah pada tanggal 7 Desember 2022 diketahui didapati perproblematisaan-perproblematisaan pada peserta didik yakni peserta didik belum mampu memanfaatkan keahlian yang dimiliki, belum menyadari kelebihan dan kekurangan diri maka dari itu seringkali menolak ajakan lomba, belum mampu menyesuaikan diri dengan situasi di pondok, seringkali peserta didik yang kabur dari pondok pesantren akibat tekanan psikologis sebab target hafalan dan juga aktivitas yaumiyah serta didapati keraguan dalam mengambil keputusan yang ada contoh ketika akan mengikuti aktivitas perlombaan, berbasis fenomena tersebut bisa dikatakan bahwasanya ada perproblematisaan terkait penerimaan diri peserta didik ditinjau dari teori Hurlock (1973). Maka dari itu pentingnya penerimaan diri pada peserta didik ditekankan oleh Jersild bahwasanya remaja akan dengan cara realistis menerima dirinya serta dengan cara sadar menghargai kelebihan dan kekurangan yang dimiliki maka dari itu akan berefek terhadap penyesuaian diri dan sosialnya (Hurlock, 1973).

Fenomena-fenomena yang terjadi berbasis perolehan wawancara bersama guru BK di SMA Al Fattah juga sejalan dengan perolehan penelitian contohnya penelitian oleh Refnadi et al. (2021) penerimaan diri peserta didik di Sekolah Menengah Atas di

Indonesia, menampilkan 45,4 % ada di rendahnya penerimaan diri serta 18,3 % yang tinggi penerimaan dirinya. Kemudian penelitian oleh Khoiriyah & Rosdiana (2020) bahwasanya rasa tidak puas pada badan ataupun keadaan fisik pun mempunyai kaitan pada penerimaan diri wanita di dewasa awal. Berbasis fenomena tersebut bisa diambil simpulan bahwasanya penerimaan diri yang rendah bisa menyebabkan timbulnya berbagai problematika pada diri individu.

Berbasis fenomena yang sudah terjadi di Pondok Pesantren Al Fattah, guru BK belum pernah membagikan layanan baik dengan cara bimbingan ataupun konseling guna mencegah dan mengatasi perproblematisan tentang penerimaan diri, hal tersebut dianggap hal yang wajar dan tidak mendesak guna diberikan bantuan dan pencegahan. Satu diantara upaya yang ditawarkan guna membagikan bantuan guna menaikkan penerimaan diri peserta didik yakni memanfaatkan bimbingan kelompok. Pemanfaatan bimbingan kelompok guna menerapkan pencegahan perkembangan problematika ataupun kesukaran dalam diri peserta didik (Nurihsan, 2005). Berbasis perolehan pretest yang diterapkan pada kelas X putri diketahui jumlah presentase peserta didik dengan penerimaan diri rendah senilai 30%, sedang 40%, dan tinggi 30% maka dari itu guna menerapkan pencegahan agar tidak timbul problematika akibat penerimaan diri rendah maka diterapkan bimbingan kelompok. Dihubungkan melalui jurnal perolehan penelitian sebelumnya yakni penelitian yang diterapkan Fajri dkk (2019) menyatakan didapati kenaikan dengan cara signifikan pada penerimaan diri peserta didik diantara sebelum serta sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMAN 3 Kotabumi. Penelitian yang diterapkan Sitorus dkk (2019) juga menampilkan perolehan bahwasanya bimbingan kelompok memanfaatkan metode permainan bisa menaikkan penerimaan diri peserta didik.

Bimbingan kelompok merupakan sebuah layanan bimbingan yang diterapkan pada keadaan berkelompok di sekolah dan aktivitas pemberian informasi pada sejumlah siswa guna membagi bantuan dalam penyusunan rencana dan pengambilan keputusan (Prayitno dkk, 2017). Cinema therapy yaitu satu diantara teknik bimbingan kelompok, serta bisa dimanfaatkan guna menaikkan penerimaan diri selaras perolehan penelitian yang diterapkan Latifah (2018). Solomon (2001) mendefinisikan cinema therapy sebagai suatu prosedur yang mana memanfaatkan film dengan maksud penyembuhan. Cinema therapy didefinisikan menjadi teknik terapi dengan memanfaatkan film guna memperoleh arti pada prosedur bimbingan serta konseling pada siswa berkenaan keahlian melihat pribadinya serta yang lainnya (Lestari & Khusumadewi, 2020).

Pemilihan pemakaian teknik cinema therapy dalam menaikkan penerimaan diri

peserta didik sebab pemakaian film dalam cinema therapy akan disabilan karakter yang seolah-olah menggambarkan permodelan pada peserta didik dengan keadaan yang kemungkinan selaras dengan yang dialami peserta didik pada penerimaan diri di keseharian, maka dari itu peserta didik merasakan mengalami keadaan karakter dalam film (Isna & Winingsih, 2022). Cinematherapy bisa jadi keterlibatan penunjang perkembangan serta penyembuhan guna siapapun yang ingin belajar cara film membawa pengaruh bagi seseorang (Wolz, 2004). Pemakaian film juga lebih efektif dan lebih mudah guna penyembuhan daripada membaca buku (Solomon, 1995). Kemudian pemakaian teknik pada layanan bimbingan kelompok yang ada di SMA Al Fattah hanya sebatas pada diskusi dan pemakaian media PPT dan papan tulis dalam pemberian layanan, guna itu pemilihan pemakaian teknik cinema therapy berMaksud guna menerapkan inovasi terkait teknik yang bisa dimanfaatkan di SMA Al Fattah dengan mempertimbangkan fasilitas-fasilitas yang tersedia disekolah. Juga setiap seminggu sekali akan diadakan jadwal guna nonton bersama maka dari itu aktivitas menonton menjadi hal yang ditunggu-tunggu oleh peserta didik, maka dari itu teknik cinema therapy dipilih guna membantu aktivitas layanan bimbingan konseling dengan mempertimbangkan jenis film yang disukai peserta didik yakni short movie.

Teknik cinema therapy dimanfaatkan sebagai media terapi dengan cara tidak langsung memanfaatkan sebuah film guna membantu individu memahami sebuah problematika yang belum disadari. Pemakaian film sebagai alat terapi mempunyai banyak kelebihan diantaranya: 1) Membagi pesan yang bisa dimengerti semua peserta didik; 2) Amat selaras guna menerangkan sebuah prosedur; 3) Tidak dibatasi waktu serta ruang; 4) Nyata serta selaras kepentingan peserta didik dan bisa diulangi ataupun dijedakan selaras kepentingan; 5) Memunculkan kesannya secara dalam yang bisa membawa pengaruh pada tindakan peserta didik (Nursalim, 2013).

Berbasis kajian yang dijabarkan maka penting guna menerapkan penerapan bimbingan kelompok teknik cinema therapy guna meningkatkan penerimaan diri pada peserta didik kelas X putri SMA Al Fattah

METODOLOGI

Text Jenis pendekatan yang dimanfaatkan yakni pendekatan kuantitatif berdesain *Pre-Eksperiment One Group Pretest-Posttest Design*. Pemanfaatan desain tersebut disebabkan berfokus dalam satu kelompok dengan tidak ada kelompok pembandingnya, maka dari itu akan membandingkan perolehan *pretest* dan *posttest*. Maka perolehan treatment bisa terlihat secara tepat sebab diterapkan perbandingan menggunakan kondisi

sebelum treatment. Desain penelitian *one group pretest posttest design* pendapat Sugiyono (2019) seperti di tabel berikut.

Tabel 1. Desain Penelitian

O ₁	X	O ₂
----------------	---	----------------

Keterangan:

O₁ : Keadaan awal sebelum diberikan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*.

X : Pemberian bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*.

O₂ : Keadaan akhir sesudah diberikan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*.

8 peserta didik kelas X putri SMA Al Fattah yang mempunyai penerimaan diri rendah, sedang serta tinggi menjadi subjek penelitian. Pemilihan subjek sebab memanfaatkan bimbingan kelompok yang mempunyai fungsi preventif, kuratif, dan developmental. Kemudian instrumen yang dimanfaatkan guna menggumpulkan informasi yang dibutuhkan memanfaatkan instrumen berbentuk angket yang yaitu perolehan pengembangan berbasis teori yang dikemukakan oleh Hurlock (1973) tentang penerimaan diri. Teknik analisis data yang dimanfaatkan memanfaatkan pengujian non parametrik memanfaatkan *Wilcoxon* sebagai pengpengujianan hipotesis dari pretest dan posttest. Dengan interpretasi Ho ditolak ataupun Ha diterima bila skor asymp Sig (2-tailed) < 0,05 maka dari itu didapati beda yang signifikan pada penerimaan diri peserta didik sebelumnya serta setelah diberi bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* sementara bila Ho diterima ataupun Ha ditolak bila skor asymp Sig (2-tailed) > 0,05.

HASIL

Penelitian ini diterapkan di SMA Al Fattah Sidoarjo dengan subjek kelas X putri dengan penerimaan diri rendah, sedang serta tinggi. Mula-mula data diperoleh dari perolehan pembagian *pre-test* terhadap kelas X putri pada tanggal 21 Maret 2023 memanfaatkan angket penerimaan diri. Perolehan dari skor angket dikategorikan jadi 3 yakni tinggi, sedang, serta rendah. Disajikan pengkategorian perolehan *pre-test*:

- a. Kategori rendah
= (Mean - 1SD) ke bawah
= (72.5 - 14.5) ke bawah
= 58 ke bawah
- b. Kategori sedang
= (Mean - 1SD) sampai (Mean + 1SD)
= (72.5 - 14.5) sampai (72.5 + 14.5)
= 58 sampai 87
- c. Kategori tinggi
= (Mean + 1SD) ke atas
= (72.5 + 14.5) ke atas
= 87 ke atas

Berbasis perolehan *pre-test* pada kelas X putri didapati 6 peserta didik yang mempunyai penerimaan diri rendah, 8 peserta didik dengan penerimaan diri sedang dan

6 peserta didik dengan penerimaan diri tinggi. Kemudian dipilih dengan cara random sejumlah 8 peserta didik guna menjadi subjek penelitian. Berikut tabel perolehan *pre-test* subjek penelitian:

Tabel 2. Data Perolehan Pretest Subjek Penelitian

No	Kode Subjek	Skor	Kategori
1	SA	94	Tinggi
2	RAK	91	Tinggi
3	LA	80	Sedang
4	NAA	78	Sedang
5	HFA	75	Sedang
6	NA	57	Rendah
7	ZNF	55	Rendah
8	AMW	53	Rendah

Sesudah menentukan subjek penelitian maka akan diberikan treatment selama lima kali pertemuan dengan rincian treatment sebagai berikut:

Tabel 3. Rancangan Treatment

Pertemuan	Tahapan Aktivitas	Uraian Aktivitas
Pertemuan I	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor membangun keadaan kaitan yang kondusif dengan konseli. 2. Konselor menerima kehadiran konseli serta bertanya kabarnya. 3. Konselor mengenalkan dirinya serta meminta anggota kelompok guna mengenalkan dirinya masing-masing. 4. Konselor menerangkan langkah-langkah dan asas-asas bimbingan kelompok.
	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan aktivitas yang akan diterapkan. 2. Konselor mengarahkan konseli guna <i>ice breaking</i>. 3. Konselor bertanya kesediaan konseli guna tahap berikutnya.
	Inti (aktivitas)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor membagikan informasi tentang penerimaan diri dan teknik cinema therapy agar saat diterapkan bimbingan kelompok pada pertemuan berikutnya konseli bisa memahami dan mengikuti aktivitas selaras rencana. 2. Konselor mempersiapkan masing-masing konseli guna mengajukan pertanyaan bagi yang belum memahami terkait materi yang akan diberikan. 3. Konselor membagikan kertas <i>self help form I</i>. 4. Konselor dan konseli berdiskusi terkait film yang akan ditonton dipertemuan berikutnya.
	Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan bahwasanya aktivitas bimbingan kelompok pertemuan pertama akan diakhiri 2. Konselor merencanakan pertemuan berikutnya dengan konseli 3. Konselor mengakhiri prosedur bimbingan
Pertemuan II	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor membangun keadaan kaitan yang kondusif dengan konseli. 2. Konselor menerima kehadiran konseli serta bertanya kabarnya. 3. Konselor menerangkan langkah-langkah dan asas-asas bimbingan kelompok.
	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan aktivitas yang akan diterapkan. 2. Konselor mengarahkan konseli guna menerapkan <i>ice breaking</i>. 3. Konselor bertanya kesediaan konseli guna menerapkan

Pertemuan	Tahapan Aktivitas	Uraian Aktivitas
		bimbingan kelompok.
	Inti (aktivitas)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan kepada konseli berkenaan penerimaan diri dalam aspek “mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya”. 2. Konselor memutarakan film berjudul “<i>Its Me</i>” dan konseli menonton film dengan cara sadar. 3. Konselor membagikan <i>recording your observations</i> kemudian menerapkan diskusi guna memperkuat informasi dan pemahaman pada pertemuan hari ini.
	Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan bahwasanya aktivitas bimbingan kelompok akan diakhiri. 2. Konselor merencanakan pertemuan berikutnya dengan konseli. 3. Konselor mengakhiri prosedur bimbingan.
Pertemuan III	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor membangun keadaan kaitan yang kondusif dengan konseli. 2. Konselor menerima kehadiran konseli dan bertanya kabarnya.
	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan aktivitas yang akan diterapkan. 2. Konselor mengamati dengan cara keseluruhan apakah konseli benar-benar siap menjalani aktivitas berikutnya. 3. Konselor bertanya kesediaan konseli guna menerapkan bimbingan kelompok.
	Inti (aktivitas)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memperkuat penjelasan kepada konseli berkenaan penerimaan diri dalam aspek “mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya”. 2. Konselor memutarakan film berjudul “Air Mata Impian” dan konseli menonton film dengan cara sadar. 3. Konselor membagikan kertas <i>self help form II</i>.
	Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan bahwasanya aktivitas bimbingan kelompok akan diakhiri. 2. Konselor merencanakan pertemuan berikutnya dengan konseli. 3. Konselor mengakhiri prosedur bimbingan.
Pertemuan IV	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerima kehadiran anggota kelompok. 2. Konselor bertanya kabarnya anggota kelompok
	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan aktivitas yang nantinya diterapkan. 2. Konselor bertanya kesediaan konseli guna menerapkan bimbingan kelompok.
	Inti (aktivitas)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan kepada konseli berkenaan penerimaan diri dalam aspek “bersedia hidup dengan karakteristik tersebut”. 2. Konselor memutarakan film berjudul “Cahaya Lentera” dan konseli menonton film dengan cara sadar. 3. Konselor membagikan matriks film dan diri yang akan dipresentasikan pada pertemuan berikutnya kemudian menerapkan diskusi guna memperkuat informasi dan pemahaman pada pertemuan hari ini.
	Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan bahwasanya aktivitas bimbingan akan diakhiri. 2. Konselor merencanakan pertemuan berikutnya. 3. Konselor mengakhiri prosedur bimbingan.
Pertemuan V	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerima kehadiran anggota kelompok. 2. Konselor bertanya kabarnya anggota kelompok.
	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menerangkan aktivitas yang akan diterapkan. 2. Konselor mengamati dengan cara keseluruhan apakah konseli benar-benar siap menjalani aktivitas berikutnya.

Pertemuan	Tahapan Aktivitas	Uraian Aktivitas
		3. Konselor mengarahkan konseli guna menerapkan <i>ice breaking</i> .
	Inti (aktivitas)	1. Konselor mempersilahkan tiap-tiap konseli guna mempresentasikan matriks film dan diri. 2. Konselor mengarahkan konseli guna melanjutkan mengerjakan matriks pertumbuhan. 3. Konselor dan konseli menerapkan diskusi guna memperkuat informasi terkait penerimaan diri.
	Pengakhiran	1. Konselor membagikan angket <i>post-test</i> pada konseli. 2. Konselor bertanya kesan dan pesan konseli sesudah mengikuti aktivitas bimbingan kelompok. 3. Konselor menerangkan bahwasanya aktivitas bimbingan akan diakhiri. 4. Konselor mengakhiri aktivitas bimbingan kelompok.

Sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* selesai, maka seluruh subyek penelitian diminta guna mengisi angket penerimaan diri. Perolehan angket yang sudah subyek isi sesudah adanya treatment disebut *posttest*. *Posttest* mempunyai maksud guna melihat ada ataupun tidak perkembangan subyek sesudah diberikan *treatment*. Post test diterapkan Kamis, 15 Juni 2023. Perolehan *posttest* tersaji pada tabel 4:

Tabel 4. Data Hasil Posttest Subjek Penelitian

No	Kode Subjek	Skor	Kategori
1	SA	97	Tinggi
2	RAK	99	Tinggi
3	LA	90	Tinggi
4	NAA	89	Tinggi
5	HFA	87	Tinggi
6	NA	80	Sedang
7	ZNF	78	Sedang
8	AMW	70	Sedang

Sesudah memperoleh perolehan *pretest* dan *posttest*, maka selanjutnya menganalisis data guna melihat beda diantara sebelum serta setelah diberikan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*. Analisis yang diterapkan dengan memanfaatkan *statistic non parametric* yakni pengujian *wilcoxon* berbantuan aplikasi SPSS Versi 26. Perolehan hitungan pengujian Wilcoxon tersaji di tabel berikut ini:

Tabel 5. Hitungan Uji Wilcoxon

Wilcoxon Signed Ranks Test				
Ranks				
		<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
Post test – Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest < Pretest
b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest	
Test Statistics ^a	
Z	Posttest – pretest -2.524 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
a. Based on negative ranks

Berbasis tabel diatas bisa terlihat bahwasanya *negative ranks* berjumlah 0 yang artinya skor subjek tidak turun diantara perolehan *pretest* dan *posttest*. Pada *positive ranks* diketahui N=8, maka dari itu terjadi kenaikan skor subjek diantara perolehan *pretest* serta *posttest*. *Ties*=0 maknanya tidak terdapat subjek yang mempunyai skor sama diantara perolehan *pretest* serta *posttest*. tidak didapati kemiripan skor diantara *pretest* serta *posttest*. Dalam *positive ranks* terjadi kenaikan senilai 4.50 pada *Mean Rank* dan 36.00 pada *Sum of Rank* yang berarti didapati kenaikan diantara perolehan *pretest* dan *posttest*.

Berbasis perolehan *output "Test Statistic"* terlihat skor $Z = -2,524$ dengan *Asymp. Sig. tailed*) = 0,012. Jika pada ketentuan α (taraf kesalahan) senilai 5% yakni 0.05 jadi $0.012 < 0.05$ bisa diambil simpulan bahwasanya H_0 ditolak serta H_a diterima, maka dari itu didapati beda diantara *pretest* serta *posttest* yakni terjadi kenaikan penerimaan diri memanfaatkan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*. Perolehan analisis *pretest* serta *posttest* subyek penelitian tersaji di tabel 6:

Tabel 6. Hasil Analisis Pretest dan Posttest

No.	Subyek	Pretest	Posttest	Beda skor	Keterangan
1	SA	94	97	+3	Meningkat
2	RAK	91	99	+8	Meningkat
3	LA	80	90	+10	Meningkat
4	NAA	78	89	+11	Meningkat
5	HFA	75	87	+12	Meningkat
6	NA	57	80	+23	Meningkat
7	ZNF	55	78	+23	Meningkat
8	AMW	53	70	+17	Meningkat
Rata-rata		73	87		

Berbasis perolehan hitungan tabel terlihat bahwasanya tiap subjek mengalami kenaikan skor serta mean skor pun naik. Maka dari itu bisa dikatakan bahwasanya penerapan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* bisa menaikkan penerimaan diri peserta didik maka dari itu hipotesis yang berbunyi “Penerapan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* dapat meningkatkan penerimaan diri peserta didik” diterima. Dengan demikian maka *treatment* bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* bisa menaikkan penerimaan diri peserta didik kelas X putri SMA Al Fattah.

PEMBAHASAN

Dari data yang diperoleh diketahui bahwasanya subjek penelitian mengalami kenaikan sesudah diberi treatment selama 5 kali pertemuan memanfaatkan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*. Proses penerapan penelitian diawali membagikan instrumen penelitian berbentuk angket penerimaan diri kepada 80 peserta didik kelas X di MAU AMANATUL UMMAH Surabaya bertotal butir pernyataan awal sejumlah 34 butir pernyataan. Sesudahnya, perolehan angket penerimaan diri dianalisa memakai SPSS versi 26 guna diterapkan pengujian validitas serta diperoleh total butir yang valid sejumlah 29 butir, berikutnya dimanfaatkan guna angket *pretest* serta *posttest* bagi subjek penelitian. Selain itu, pengujian reliabilitas angket juga diterapkan dengan memanfaatkan SPSS versi 26 dan diperoleh perolehan *cronbach's alpha* senilai 0,717 yang yang mana hal tersebut menampilkan bahwasanya tingkat andal yang mengacu pada tingkat keandalan skor *cronbach's alpha*.

Berikutnya sesudah angket penerimaan diri diterapkan pengujian kevalidan serta reliabilitas, tahap berikutnya pembagian angket penerimaan diri bagi peserta didik kelas X putri di SMA Al Fattah guna menerapkan *pretest*. Sesudahnya, perolehan angket penerimaan diri dilakukan analisis berikutnya dilakukan pengkatagorian tinggi, sedang, serta rendah. Berbasis kategori itu kemudian dipilih dengan cara acak 8 subjek diantaranya SA, RAK, LA, NAA, HFA, NA, ZNF, dan AMW. Tahap selanjutnya yakni membagikan treatment bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* sejumlah 5 kali pertemuan. Penelitian yang diterapkan oleh Azlina (2022) menyatakan bahwasanya teknik *cinema therapy* efektif dalam menaikkan komunikasi interpersonal siswa SMP. Pada penelitian tersebut bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* diterapkan sejumlah 6 kali pertemuan sementara pada penelitian diterapkan sejumlah 5 kali pertemuan contoh penelitian yang diterapkan Habsyah (2020) yang menyatakan bahwasanya *cinema therapy* bisa menaikkan keterampilan sosial.

Pada pertemuan pertama konselor menjalin kaitan yang baik dengan subjek. Subjek diberikan penjelasan berkenaan alasan aktivitas bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*. Pada pertemuan pertama subjek mengisi *self help form I* sebagai asesmen guna menentukan jenis film dan film yang akan ditonton pada pertemuan berikutnya. Pada perolehan *self help form I* diketahui bahwasanya rata-rata subjek gemar melihat film pendek, animasi, dan aksi. Berbasis perolehan keputusan bersama jenis film yang akan ditonton selama prosedur treatment yakni film pendek dengan judul *its me*, *air mata impian*, dan *cahaya lentera*.

Setiap prosedur bimbingan kelompok, subjek diajak guna menonton film dengan

cara sadar agar bisa mentransformasikan karakter yang ada pada diri subjek. Pada pertemuan kedua subjek menonton film dengan judul *its me* berbasis aspek penerimaan diri yakni mampu mempertimbangkan karakteristik personal. Sesudah film selesai subjek mengisi lembar *recording your observation* guna mengetahui perubahan perasaan yang terjadi selama prosedur menonton film. Pada pertemuan ketiga film yang ditonton berjudul *air mata impian* sebagai bentuk pemahaman diri terkait mampu mempertimbangkan karakter personal dengan memahami keterbatasan dan potensi diri serta mengerjakan *self help form II* dengan Maksud agar subjek dengan berani mengetahui kelebihan dan kekurangan diri, keyakinan negatif yang dimiliki, juga bentuk dari penghambat mengembangkan bakat.

Pertemuan keempat film yang menceritakan tentang individu yang bersedia hidup dengan karakteristik tersebut dengan judul *cahaya lentera*, maksud dari bersedia hidup dengan karakteristik tersebut yakni individu dengan bebas akan menerapkan apa yang dia inginkan dan tahu bagaimana cara menerapkan hal tersebut. Pada pertemuan terakhir individu mempresentasikan matrik film dan diri yang sudah dikerjakan pada pertemuan sebelumnya kemudian lanjut mengerjakan matrik pertumbuhan. Pada pertemuan ini konselor membagikan penguatan berkenaan materi yang telah dikaji di pertemuan sebelumnya.

Pada pertemuan terakhir juga diberikan *posttest* kepada seluruh subjek. Perolehan *posttest* menunjukkan didapati kenaikan pada seluruh subjek penelitian. Subjek SA dan RAK mengalami pengembangan pribadi hal tersebut selaras dengan fungsi bimbingan kelompok pendapat Sukardi (dalam Mardison, 2016). Sementara subjek LA, NAA,, HFA, NA, ZNF, dan AMW mengalami perbedaan skor yang signifikan hal tersebut juga selaras dengan Maksud bimbingan kelompok yang bersifat preventif dari yang mempunyai penerimaan diri sedang dan rendah menjadi penerimaan diri yang tinggi dan sedang.

Didapati kenaikan penerimaan diri pada peserta didik disebabkan dalam prosedur layanan teknik *cinema therapy* membagikan fasilitas berbentuk pengalaman kesuksesan, pengalaman orang lain, motivasi serta keadaan psikologis (Sari & Wiyono, 2020). Terlihat dari pelaksanaan penelitian dengan menayangkan film yang selaras dengan keadaan peserta didik, indikator penerimaan diri dan juga perolehan refleksi. Selain itu juga bimbingan bisa bersifat mencegah sekaligus menyembuhkan, dan bisa dimanfaatkan dalam konteks konseling guna membantu siswa yang sedang berjuang dan membutuhkan bantuan dari luar guna mengatasi problematika mereka (Walgitto, 2010).

Perbedaan sebelum serta setelah bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*

ditunjang perolehan diberikannya *treatment* hitungan pengujian *statistic non parametric* yakni pengujian *wilcoxon*. Sesudah diterapkan *treatment*, dibagikan angket *posttest* pada siswa. Angket *posttest* berisi angket *pretest* yang diacak. Perolehan *pretest* serta *posttest* dilakukan analisis memanfaatkan pengujian *wilcoxon* berbantuan SPSS versi 26. Perolehan hitungan pengujian *wilcoxon* menampilkan bahwasanya ketetapan $N=8$ serta $x=0$ (2) sehingga didapat ρ (kecenderungan harga dibawah H_0) = 0,012. Jika pada ketentuan α (taraf kesalahan) senilai 5% merupakan 0,05 jadi $0,012 < 0,05$ bisa diambil simpulan bahwasanya H_0 ditolak serta H_a diterima. Perolehan hitungan *mean* sebelum serta sesudah diterapkan *treatment* yakni 73 dan 87. Bisa diambil simpulan bahwasanya penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* bisa menaikkan penerimaan diri peserta didik kelas X putri di SMA Al Fattah.

Keefektifan pemakaian teknik *cinema therapy* guna menaikkan penerimaan diri siswa telah dibukti oleh Latifah (2018) yang menyatakan bahwasanya teknik *cinema therapy* efektif dimanfaatkan guna menaikkan penerimaan diri rendah siswa kelas VIII-A SMP Muhammadiyah Kota Kediri. Kemudian penerapan *cinema therapy* guna menaikkan empati siswa SMK memanfaatkan bimbingan kelompok dikatakan efektif pada penelitian yang diterapkan Juliantika & Khusumadewi (2017). Pada penelitian yang diterapkan Permatasari & Nursalim (2019) juga menyatakan bahwasanya media *cinema therapy* efektif guna menaikkan motivasi belajar siswa SMP memanfaatkan layanan bimbingan kelompok. Sementara penelitian yang diterapkan Sari & Wiyono (2020) menyatakan bahwasanya *cinema therapy* bisa menaikkan *academic self efficacy* memanfaatkan intervensi konseling kelompok. Maka dari itu dari sejumlah perolehan penelitian tersebut dipilih pemanfaatan layanan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* guna menaikkan penerimaan diri peserta didik sebab bimbingan kelompok yaitu usaha memberi pertolongan yang sifatnya mencegah ataupun mengembangkan, guna menunjang seseorang memperluas potensinya seoptimal mungkin (Rismi dkk, 2022)

KESIMPULAN

Bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* terbukti lebih efektif guna menaikkan penerimaan diri 8 peserta didik kelas X putri di SMA Al Fattah. Berbasis perolehan penelitian yang sudah diterapkan bagi 8 subjek menunjukkan bahwasanya terjadi kenaikan skor *pretest* serta *posttest* pada pemberian *treatment* bimbingan kelompok teknik *cinema therapy*. Hal itu ditampilkan dari perolehan *mean pretest* serta *posttest* yakni 73 serta 87, sementara perolehan pengujian *wilcoxon* yang diterapkan guna mengpengujian hipotesis menampilkan didapati perubahan pada kenaikan rata-rata

senilai 4.50 pada perolehan *pretest* dan *posttest* maka dari itu diperoleh skor asymp sign (2-tailed) senilai 0,012 yang kurang dari taraf kesalahan 5% senilai 0,05 kesimpulannya bahwasanya H_0 ditolak serta H_a diterima. Maka dari itu bisa dinyatakan bahwasanya penerapan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* bisa meningkatkan penerimaan diri peserta didik SMA Al Fattah.

REFERENSI

- Azlina, Y. 2022. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinema Therapy Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Smp XYZ. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 7(2), 29-40. <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v7i2.1791>
- Chaplin J.P. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan: Kartini Kartono. Jakarta: PT Radja Grafindo Persada.
- Fajri, R. Z., Yusmansyah, Y., & Mayasari, S. 2019. Peningkatan Penerimaan Diri Dengan Layanan Bimbingan Kelompok. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 7(1).
- Habsyah, N. Y. 2020. Penerapan Cinema Therapy dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Peserta Didik Kelas VIII. *QUANTA*, 4(1), 20-37. <https://doi.org/10.22460/q.v4i1p21-37.1621>
- Hurlock. 1973. *Personality Development*. New York: McGraw-Hill.
- Isna, N .M., & Winingsih, E. 2022. Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa. *Jurnal BK Unesa*, 12 (2).
- Juliantika, Y. T. & Khusumadewi, A. 2017. Penerapan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas X Multimedia Di SMKN 1 Driyorejo. *Jurnal BK Unesa*, 7 (3).
- Khoiriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. 2020. Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18 – 25 Tahun) Di Kota Malang. *Egalita*, 14(2), 42–53. <https://doi.org/10.18860/egalita.v14i2.9102>
- Latifah, U. 2018. Efektivitas Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Rendah Siswa Kelas VIII-A Smp Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018. *Journal Simki Pedagogia*, 02 (04).
- Lestari, D. S. A., & Khusumadewi, A. 2020. Pengembangan Video Cinema Terapy Bullying Bagi Peserta Didik Kelas VIII Smp Negeri 2 Gedangan. *Jurnal BK UNESA*, 11(3).
- Mardison, S. 2016. Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sosialisasi Peserta Didik. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*. 2(2), 29-44. <https://10.15548/atj.v2i2.945>
- Mutiara, A. R., and Astuti, B. 2021. Efforts to Improve Students' Self-Acceptance Through Group Guidance. *KnE Social Sciences*, 47-55.
- Nurihsan, A. J. 2005. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Refika Aditama.
- Nursalim, M. 2013. *Pengembangan Media Bimbingan & Konseling*. Indeks.
- Oktaviani, M. A. 2019. Hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 549-556. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4832>
- Permatasari, F. R., & Nursalim, M. 2019. Media Cinema Therapy Pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 51 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 10 (1).
- Prayitno, Afdal, Ifdil & Zadrian Artdi. 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Refnadi, R., Marjohan, M., and Syukur, Y. 2021. Self-acceptance of high school students

- in Indonesia. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 6(1), 15.
<https://doi.org/10.29210/3003745000>
- Rismi, R., Suhaili, N., Marjohan, M., Afdal, A., & Ifdil, I. 2022. Bimbingan kelompok dalam pemahaman nilai empati untuk meningkatkan sikap prososial siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 14.
<https://doi.org/10.29210/1202221496>
- Sari, D. R., & Wiyono, B. D. 2020. Cinema Therapy untuk Meningkatkan Academic Self-Efficacy Siswa Kelas XI-IPS SMA Negeri 4 Bojonegoro. *Jurnal BK UNESA*, 11(1), 95-101.
- Sitorus, M. W., Badrujaman, A., dan Fitri, S. 2019. Pengaruh bimbingan kelompok metode permainan terhadap penerimaan diri siswa SMAN 1 Babelan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 18-23.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Penerbit CV. Alfabeta.
- Solomon, G. 1995. *The Motion Picture Prescription: Watch This Movie And Call Me In The Morning*. Aslan Publishing.
- Solomon, G. 2001. *Reel Therapy: How movies inspire you to overcome life's problems*. New York Lebhar-Friedman Books.
- Walgito, B. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: C.V Andi.
- Wolz, Birgit. 2004. *E-Motion Picture Magic A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing Ltd.