

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *SELF ACCEPTANCE* PADA  
GURU DALAM MENGHADAPI KURIKULUM  
MERDEKA KECAMATAN MEDAN BARU**

**TESIS**

**OLEH:**

**SAHRANI ANGGRAINI  
23.180.4029**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
2025**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/7/25

Access From (repository.uma.ac.id)24/7/25

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *SELF ACCEPTANCE* PADA  
GURU DALAM MENGHADAPI KURIKULUM  
MERDEKA KECAMATAN MEDAN BARU**

**TESIS**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelara Magister Psikologi di Fakultas Pascasarjana  
Universitas Medan Area

**OLEH:**

**SAHRANI ANGGRAINI  
23.180.4029**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
2025**

ii

**UNIVERSITAS MEDAN AREA  
PROGRAM PASCASARJANA  
MAGISTER PSIKOLOGI**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Judul : Efektivitas Pelatihan Self Acceptance Pada Guru Dalam Menghadapi  
Kurikulum Merdeka Kecamatan Medan Baru**

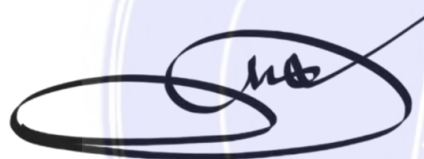
**Nama : Sahrani Anggraini**

**NPM : 231804029**

**Menyetujui**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**



**Dr. Salamiah Sari Dewi, M.Psi**



**Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog**

**Ketua Program Studi  
Magister Psikologi**

**Direktur**



**Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog**



**Prof. Dr. I. Reta Astuti Kuswardani, MS**

**Tanggal Lulus : 20 Maret 2025**

## HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan , April 2025



Sahrani Anggraini  
231804029

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Sahrani Anggraini

NPM : 231804029

Program Studi : Magister Psikologi

Fakultas : Pascasarjana

Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Efektivitas Pelatihan Self Acceptance Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka Kecamatan Medan Baru**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan  
Pada tanggal : 2025  
Yang menyatakan



Sahrani Anggraini  
NPM. 231804029

## ABSTRAK

### Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka Kecamatan Medan Baru

Perubahan kurikulum saat ini begitu pesat, hal ini mengakibatkan banyaknya dampak positif maupun negatif yang bermunculan terkait *self acceptance* pada guru yang mengalami kebingungan dan kesulitan yang menyebabkan mudahnya putus asa, bosan, jenuh dan lelah. Hasil dari Observasi ada 84 guru TK di kecamatan Medan Baru. Saat menyebarkan kuesioner (angket) terbuka ada 30 guru yang menulis jawabannya dengan kata atau kalimat “Bingung, terkejut, belum paham, kesulitan mencari informasi, merasa khawatir, dll” Kemudian Saat melakukan wawancara langsung kepada beberapa reaksi guru mengungkapkan terdapat mengalami kebingungan, kaget, terkejut dan kesulitan dalam mencari informasi tentang kurikulum merdeka, Mengeluh dengan beberapa tugas yang harus disiapkan serta membagi waktu yang terbatas untuk belajar kurikulum merdeka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pelatihan *self acceptance* pada guru dalam menghadapi perubahan Kurikulum Merdeka. Penelitian ini dilaksanakan di TK Swasta Al-Muttaqien sebanyak 30 guru, yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Metode penelitian ini adalah Eksperimen, jenis penelitian adalah *Quasi-experiment* dengan desain *Nonequivalent Control Group Design (pretest-posttest control group design)*. Variabel yang diteliti adalah *self acceptance*. Hasil uji normalitas dari *Post-Test* Kelas Kontrol menunjukkan Nilai signifikansi *Kolmogorov-Smirnov*  $0,054 > 0,05$ , dan nilai signifikansi *Shapiro-Wilk*  $0,018 > 0,05$ , menunjukkan data distribusi tidak normal. Dari hasil analisis menggunakan Mann-Whitney Test kelas *Post-test* Eksperimen menunjukkan *Mean Rank* 21,93 sedangkan kelas *posttest* Kontrol dimana *mean rank* sebesar 9,07 artinya ada perbedaan yang signifikan, *Asymp.Sig. (2-tailed)* bernilai 0,001. Karena nilai 0,001 lebih kecil dari  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”.

**Kata Kunci :** Guru, Kurikulum Merdeka, Pelatihan, *Self Acceptance*



## ABSTRACT

### ***The Effectiveness of Self-Acceptance Training for Teachers in Facing the Independent Curriculum in Medan Baru District***

The current curriculum changes are so rapid, this has resulted in many positive and negative impacts that have emerged related to self-acceptance in teachers who experience confusion and difficulties that cause them to easily give up, get bored, get tired and tired. The results of the Observation were 84 kindergarten teachers in Medan Baru sub-district. When distributing open questionnaires, there were 30 teachers who wrote their answers with the words or sentences "Confused, surprised, don't understand, have difficulty finding information, feel worried, etc." Then when conducting direct interviews with several teachers, the reactions revealed that there were confusion, shock, surprise and difficulty in finding information about the independent curriculum, Complaining about several tasks that must be prepared and dividing the limited time to study the independent curriculum. This study aims to examine the effectiveness of self-acceptance training for teachers in dealing with changes to the Independent Curriculum. This study was conducted at Al-Muttaqien Private Kindergarten with 30 teachers, who were divided into experimental and control groups. This research method is Experimental, the type of research is Quasi-experiment with Nonequivalent Control Group Design (pretest-posttest control group design). The variable studied is self-acceptance. The results of the normality test from the Control Class Post-Test showed a Kolmogorov-Smirnov significance value of  $0.054 > 0.05$ , and a Shapiro-Wilk significance value of  $0.018 > 0.05$ , indicating that the data distribution was not normal. From the results of the analysis using the Mann-Whitney Test, the Experimental Post-test class showed a Mean Rank of 21.93, while the Control post-test class where the mean rank was 9.07 meant that there was a significant difference, Asymp.Sig. (2-tailed) was 0.001. Because the value of 0.001 is smaller than  $<0.05$ , it can be concluded that "The hypothesis is accepted".

**Keywords:** Teachers, Independent Curriculum, Training, Self Acceptance

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Sidomulyo Pada tanggal 21 November 1990 dari ayah Amran dan ibu Sabariah Peneliti merupakan putri kedua (2) dari Empat (4) bersaudara. Peneliti berstatus Menikah dengan Hardi Lestar (Suami) dan sudah memiliki anak 3 orang laki-laki. Dimana riwayat hidup peneliti adalah

1. Tahun 1996-1997 Peneliti Masuk sekolah Taman kanak-kanak (TK) Fajar Mutia di Lhokseumawe kabupaten Aceh Utara dan mengaji di masjid istiqomah. Prestasi yang di peroleh adalah juara 1 cerdas cermat Tingkat kecamatan Lhokseumawe.
2. Tahun 1997-2000, peneliti SD Negeri 2 Lhokseumawe dan Pindah sekolah di SD N.101807 Sidomulyo pada Tahun 2000-2003. Prestasi yang diperoleh adalah Juara 1 Karate Taekwondo Tingkat Kabupaten.
3. Tahun 2003 – 2006 peneliti melanjutkan Sekolah SMP Negeri 1 Delitua, prestasi yang diperoleh adalah juara 1 di kelas, Jambore Nasional (salah satu peserta terbaik di kabupaten Deli Serdang) dan juara 2 lomba catur Tingkat sekolah.
4. Tahun 2006 – 2009 Peneliti melanjutkan sekolah ke jenjang SMA Negeri 1 Delitua, prestasi yang di peroleh juara 1 lomba baca puisi Tingkat sekolah, juara 3 Lomba Baca puisi Bahasa Perancis Tingkat Sumatera Utara, Raimuna Nasional (peserta dari Deliserdang).
5. Tahun 2009 Peneliti lulus dari SMA Negeri 1 Delitua, Tahun 2009 peneliti Terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan, prestasi yang di peroleh adalah mengikuti kegiatan Beasiswa PKM baik mahasiswaa maupun Dosen, memperoleh



#### IPK 3.7

6. dan pada tahun 2023, peneliti melanjutkan Pendidikan sebagai mahasiswa Fakultas Magister Psikologi Universitas Medan Area. Selama mengikuti perkuliahan, peneliti menjadi anggota PKM Hibah pada tahun ajaran 2023/2024 pada tahun 2024.

Peneliti bekerja sebagai guru di TK SWASTA AL-MUTTAQIEN alamat Jl.Terompet No.51 Kel.Titi Rantai Kec. Medan Baru Kota Medan dan memiliki Jabatan Kepala Sekolah serta peneliti sudah mempunyai sekolah sendiri dengan nama YAYASAN AR-RASYID BIRU-BIRU. Selama peneliti bekerja, sudah ada beberapa prestasi yang sudah dimilikinya sebagai berikut:

1. Peserta Terbaik di Diklat Penguatan Kepala Sekolah dan sudah memiliki NUKS
2. Juara harapan 1 lomba mendongeng Tingkat Kota Medan
3. Juara 1 Lomba Model pembelajaran Tingkat Kota Medan
4. Juara 3 Lomba Mendongeng
5. Juara 3 Lomba bercerita
6. Juara 4 lomba Inovatif Tingkat Provinsi Sumut, dll

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian ini ialah Psikologi Positif dengan judul Efektifitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka. Terima kasih peneliti sampaikan kepada :

1. Rektor Universitas Medan Area, Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area, Prof. Dr. Ir. Hj. Retna Astuti Kuswardani, M.S.
3. Ketua Program Studi Magister Psikologi, Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A, Psikolog.
4. Ibu Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi selaku pembimbing I yang selalu memberikan dorongan dan semangat dari awal bimbingan hingga selesainya penulisan tesis ini.
5. Ibu Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A, Psikolog selaku pembimbing serta selaku pembimbing II yang selalu meluangkan waktu sabar untuk membimbing dari awal hingga selesainya penulisan tesis ini.
6. Seluruh bapak dan Ibu Dosen Pascasarjana Universitas Medan Area yang sudah memberikan dukungan begitu besar kepada saya, beserta tenaga administrasi.
7. Kedua orang tua, yaitu ayah saya Amran dan Ibunda saya Sabariah, suami saya Hardi Lestari, Kakak saya Nuri Amsari Astuti, S.Pd, serta adik saya Rizki Maulana dan Reyza Maulizar, serta ketiga Anak-anak saya Raffi Arabi

Hardiansyah, Abdul Rasid Refando, dan Rifqi Ramadhan yang selalu memberikan motivasi, doa sehingga saya semangat dalam menyelesaikan tesis ini.

8. Yayasan Al-Muttaqien Medan dan responden penelitian: yang telah memberi izin sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dan berjalan lancar, dan Bapak/Ibu guru Kecamatan Medan Baru yang turut membantu dalam penelitian ini, serta responden penelitian di kecamatan medan Baru yang dengan sungguh-sungguh menjawab pernyataan- pernyataan dari penelitian penulis.
9. Seluruh guru-guru TK Swasta Al-Muttaqien dan Yayasan Ar-rasyid Biru-Biru yang telah memberikan dukungan serta motivasi kepada penulis.
10. Seluruh rekan-rekan magister psikologi angkatan 2023 khususnya Ibu Titin Dimayanti dan Afriyanti, Hafni Zahara serta teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti selama melaksanakan penelitian.

Peneliti menyadari bahwa tugas tesis ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan tugas tesis ini. Peneliti berharap tugas tesis ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Sahrani Anggraini)

## DAFTAR ISI

|                                                                                                | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ABSTRACT.....                                                                                  | iii     |
| RINGKASAN.....                                                                                 | iv      |
| RIWAYAT HIDUP.....                                                                             | v       |
| KATA PENGANTAR .....                                                                           | vii     |
| DAFTAR TABEL .....                                                                             | ix      |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                                            | x       |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                                                          |         |
| <br><b>I. PENDAHULUAN</b>                                                                      |         |
| 1.1. Latar Belakang.....                                                                       | 1       |
| 1.2. Rumusan Masalah.....                                                                      | 12      |
| 1.3. Tujuan Penelitian.....                                                                    | 12      |
| 1.4. Manfaat Penelitian.....                                                                   | 13      |
| 1.5. Hipotesis penelitian.....                                                                 | 13      |
| <br><b>II. KAJIAN PUSTAKA</b>                                                                  |         |
| 2.1 <i>Self Acceptance</i> .....                                                               | 16      |
| 2.1.1 Pengertian <i>Self Acceptance</i> .....                                                  | 16      |
| 2.1.2 Komponen <i>Self Acceptance</i> .....                                                    | 19      |
| 2.1.2 Ciri <i>Self Acceptance</i> .....                                                        | 20      |
| 2.1.3 Aspek <i>Self Acceptance</i> .....                                                       | 23      |
| 2.1.4 Faktor-Faktor mempengaruhi <i>Self Acceptance</i> .....                                  | 26      |
| 2.2 Kurikulum Merdeka.....                                                                     | 28      |
| 2.2.1 Pengertian Kurikulum Merdeka.....                                                        | 28      |
| 2.2.2 Dimensi Kurikulum Merdeka .....                                                          | 31      |
| 2.2.2 Capaian Pembelajaran Kurikulum Merdeka .....                                             | 33      |
| 2.2.3 Struktur Kurikulum Merdeka.....                                                          | 33      |
| 2.2.4 Konsep Kurikulum Merdeka Belajar.....                                                    | 35      |
| 2.2.5 Implementasi Pengembangan Kurikulum Merdeka.....                                         | 36      |
| 2.3 Guru.....                                                                                  | 36      |
| 2.3.1 Pengertian Guru.....                                                                     | 36      |
| 2.3.2 Tugas dan Tanggung Jawab Guru.....                                                       | 38      |
| 2.3.3 Fungsi dan Peran Guru.....                                                               | 40      |
| 2.4 Efektivitas Pelatihan Self Acceptance Pada Guru dalam Menghadapi<br>Kurikulum Merdeka..... | 43      |
| 2.5 Kerangka konseptual.....                                                                   | 47      |

|                                                                                                      |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>III. METODE PENELITIAN.....</b>                                                                   | <b>48</b> |
| 3.1 Desain Penelitian.....                                                                           | 48        |
| 3.2 Waktu Dan Tempat Penelitian.....                                                                 | 49        |
| 3.3 Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....                                                    | 50        |
| 3.4 Identitas Variabel Penelitian.....                                                               | 51        |
| 3.5 Populasi Dan Sampel.....                                                                         | 52        |
| 3.6 Teknik Pengumpulan Sampel.....                                                                   | 52        |
| 3.7 Teknik Pengumpulan Data.....                                                                     | 54        |
| 3.8 Metode Pengumpulan Data.....                                                                     | 57        |
| 3.9 Prosedur Penelitian.....                                                                         | 58        |
| 3.10 Teknik Analisis Data.....                                                                       | 66        |
| <b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>                                                                 | <b>67</b> |
| 4.1 Profil Sekolah.....                                                                              | 67        |
| 4.1.1 Misi Sekolah.....                                                                              | 67        |
| 4.1.2 Visi Sekolah.....                                                                              | 67        |
| 4.1.3 Identitas Sekolah TK Swasta Al-Muttaqien.....                                                  | 67        |
| 4.2 Hasil.....                                                                                       | 68        |
| 4.2.1 Deskripsi Pelaksana Penelitian.....                                                            | 69        |
| a. Uji Validitas.....                                                                                | 70        |
| b. Uji Realibilitas.....                                                                             | 70        |
| 4.2.2 Uji Asumsi.....                                                                                | 73        |
| a. Uji Normalitas.....                                                                               | 73        |
| b. Uji Wilcoxon.....                                                                                 | 75        |
| c. Uji Homogenitas.....                                                                              | 77        |
| d. Uji Indenden Sampel Mann Whitney Utest.....                                                       | 78        |
| 4.3 Pembahasan.....                                                                                  | 79        |
| 4.3.1 Kelompok Kontrol.....                                                                          | 80        |
| 4.3.2 Kelompok Eksperimen.....                                                                       | 80        |
| 4.3.3 Efektifitas Pelatihan <i>Self Acceptance</i> Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka..... | 82        |
| <b>V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>                                                                       |           |
| 5.1 Kesimpulan.....                                                                                  | 85        |
| 5.2 Saran.....                                                                                       | 85        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                          | <b>87</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                                                                                      |           |

## DAFTAR TABEL

|                                                                          | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kerangka Kurikulum PAUD.....                                          | 31      |
| 2. Desain penelitian <i>Nonequivalent Control Group Design</i> .....     | 48      |
| 3. Skor Alternatif Responden.....                                        | 55      |
| 4. Aspek-aspek penerimaan diri ( <i>self acceptance</i> ).....           | 55      |
| 5. Jadwal pelaksanaa pelatihan self acceptance kelas eksperimen.....     | 69      |
| 6. Data pretest dan posttest self acceptance pada kelas Eksperimen.....  | 70      |
| 7. Data pretest dan posttest self acceptance pada kelas Kontrol.....     | 71      |
| 8. Deskripsi hasil tes self acceptance kelas Eksperimen dan Kontrol..... | 72      |
| 9. Uji Nomalitas.....                                                    | 74      |
| 10. Uji Wilcoxon signen rank tes.....                                    | 76      |
| 11. Uji Statistic uji Wilcoxon.....                                      | 77      |
| 12. Tes Homogenitas of variance.....                                     | 78      |
| 13. Mann Whitney Utest.....                                              | 78      |
| 14. Uji tes Mann whitney Utest.....                                      | 79      |



## DAFTAR GAMBAR

|                                                    | Halaman |
|----------------------------------------------------|---------|
| 1. Luncuran Kurikulum Merdeka.....                 | 2       |
| 2. Tahap pelaksanaan penelitian secara umum.....   | 61      |
| 3. Tahapan perencanaan penelitian.....             | 62      |
| 4. Tahapan pelaksanaan penelitian.....             | 63      |
| 5. Tahapan penarikan kesimpulan.....               | 63      |
| 6. Grafik deskripsi hasil tes self acceptance..... | 73      |



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala *Self Acceptance* (Penerimaan Diri).....81
2. Modul Pelatihan *Self Acceptance* (Penerimaan Diri).....



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Kurikulum sifatnya bergerak maju (dinamis) karena selalu berubah-ubah sesuai menggunakan perkembangan serta tantangan zaman, pada tahun 2021, Kementerian Pendidikan serta Kebudayaan pulang meluncurkan kurikulum prototipe, yang disempurnakan menjadi kurikulum merdeka menggunakan mengungsung kebebasan belajar di pelaksanaannya, yang bertujuan untuk menyampaikan pendidikan yang lebih fleksibel dan kreatif. kurikulum merdeka pada pendidikan anak usia dini dilakukan sinkron menggunakan dasar-dasar kebijakan.

Adapun dasar kebijakan yang menjadi landasan keputusan yaitu: (1) Permendikbudristek Nomor 5 Tahun 2002 Tentang Standar Kompetensi Lulusan pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah; (2) Permendikbudristek No. 7 Tahun 2022 Tentang Standar Isi pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah; (3) Kemendikbudristek No 56 Tahun 2022 tentang Pedoman Penerapan Kurikulum dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran; (4) Keputusan Kepala BSKAP No. 008/H/KR/2022 Tahun 2022 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jejang Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka; (5) Keputusan BSKAP No. 009/H/KR/2022 Tahun 2022 Tentang Dimensi, Elemen, dan Sub Elemen Profil Pelajar Pancasila Pada Kurikulum

Merdeka. Sehingga guru harus beradaptasi pada perubahan tersebut serta Guru harus menerima peraturan yang diberikan oleh pemerintah.

Pendidikan di Indonesia masih memperbincangkan tentang kurikulum merdeka yang diluncurkan pemerintah. Menurut Khoirurrijal (2022) Kurikulum Merdeka adalah kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam, konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi. Oleh karena itu, guru harus mampu beradaptasi pada situasi dan kondisi perubahan tersebut. Kurikulum Merdeka berbeda dengan kurikulum 2013 yang sebelumnya dimana lebih serius pada guru, merancang sendiri tujuan pembelajaran, metode pengajaran yang bersifat pasif, materi, dan penilaian masih berpusat pada guru dan mengajar dengan menggunakan LKPD.

Menurut Makarim dalam (Iqbal et al., 2022), hakikat dari merdeka dalam pendidikan harus berawal dari tenaga pendidik, sebelum terjadi penyampaian serta ajaran kepada siswa, dengan begitu harapan ke depan cara guru mengajar ada perubahan dalam proses pembelajaran kepada siswa, dengan tujuan menciptakan nuansa yang lebih nyaman, dengan pada awalnya memiliki nuansa dalam kelas, hingga menjadi luar kelas, serta tidak hanya siswa menjadi pendengar, tapi juga dapat berfikir mandiri, cerdas, berani, bertata kerama, serta berkompetensi.



Gambar. 1 Luncuran kurikulum merdeka

Perubahan kurikulum bergerak maju (dinamis) begitu pesat, hal ini mengakibatkan banyaknya dampak-dampak positif maupun negatif yang bermunculan terutama terkait *self acceptance* pada guru. (Dewi et al., 2023) mengungkapkan bahwa Perubahan kurikulum di Indonesia dilatar belakangi oleh hasil studi nasional maupun internasional yang memberikan fakta tentang krisis proses pembelajaran di Indonesia, salah satunya adalah hasil studinya banyak anak-anak belajar di sekolah kurang mampu memahami arti bacaan sederhana maupun penerapan konsep pembelajaran eksak, serta adanya kesenjangan pendidikan yang tinggi di berbagai wilayah dan kelompok sosial. Upaya mengatasi krisis dalam berbagai tantangan tersebut, diperlukan perubahan secara sistemik, salah satu langkahnya melalui kurikulum. Kurikulum Merdeka merupakan pengorganisasian pembelajaran yang inovatif dan kreatif untuk mendalami dan memahami sebuah konsep dan memperkuat kompetensi (Fauzi, 2022). Guru memiliki keleluasaan dan kebebasan untuk memilih jenis perangkat ajar untuk proses pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan minat anak. Proyek untuk mencapai dimensi profil pelajar Pancasila yang dikembangkan sesuai dengan tema yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Kemendikbudristekdikti, dalam (Fauzi, 2022). Banyak yang terjadi pada guru disekolah mengalami kebingungan dan kesulitan untuk mencari informasi mengenai perihal tentang kurikulum Merdeka yang menyebabkan mudahnya putus asa, bosan, jenuh, capek dan lelah mencari informasi tentang pembelajarannya harus selaras dengan Profil pelajar Pancasila. Maka dari itu, pentingnya *self acceptance* (penerimaan diri) pada guru untuk dapat menerima perubahan kurikulum. Hal ini menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang akan memberikan efek negatif pada *self acceptance* guru.

Untuk itu menjadi penting *self acceptance* yang positif untuk diteliti sebab karena Guru menjadi berperan krusial sebagai evaluator untuk penilaian hasil belajar siswa serta Guru dapat memahami psikologi siswa, mengetahui tentang metode dan strategi pembelajaran sesuai kebutuhan siswa. Jika *self acceptance* guru tinggi dan siap dalam perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi.

Pelaksanaan kurikulum merdeka tentunya tidak berjalan mulus sama seperti yang mau direncanakan, terdapat hambatan dan tantangannya. Berbagai penelitian mengungkapkan tentang implementasi kurikulum merdeka diantaranya adalah penelitian (Ayu. et al., 2023) yang mengatakan bahwa Perubahan sistem pembelajaran sebagaimana di instruksikan oleh Mendikbud melalui surat Nomor 36962/MPK.A/HK/ 2020 tersebut melahirkan berbagai problematika pelik dalam pembelajaran, baik dalam proses belajar mengajar, proses evaluasi dalam pembelajaran, maupun dalam penyediaan sarana prasarana bagi terlaksananya kegiatan pembelajaran itu sendiri. Selanjutnya peneliti seblumnya (Dewi et al., 2023) mengungkapkan bahwa Kesulitan guru dalam mengimplementasikan kurikulum Merdeka: (1) kesulitan dalam membuat perencanaan pembelajaran yaitu mengembangkan modul ajar pembelajaran; (2) guru kesulitan menggunakan media pembelajaran dimana kurangnya fasilitas; (3) kesulitan beradaptasi pada aplikasi raport yang pastinya berbeda dengan sebelumnya; dan (4) kesulitan untuk pengisian yang terdapat dalam platform dari pemerintah, terkadang bingung untuk pelaksanaannya atau bagian yang aksi nyata pada platform kurikulum merdeka. Selanjutnya (Septiyani & Sukartono, 2023) menngungkapkan bahwa Ada tiga tahapan dalam pembelajaran, yaitu perencanaan



pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran. Tantangan yang dihadapi guru pada tahap perencanaan adalah kendala dalam menentukan strategi dan model pembelajaran, kesulitan dalam mereduksi hasil belajar terhadap tujuan pembelajaran, dan tidak memahami format secara detail dalam pembuatan modul pembelajaran.. Dijelaskan juga pada peneliti sebelumnya oleh (Rahayu et al., 2022) mengungkapkan Tantangan guru dalam pelaksanaan kurikulum merdeka salah satunya adalah guru harus siap meluangkan waktu dalam mempersiapkan segala sesuatu pembelajaran yang kreatif, inovatif dan melakukan hal-hal yang menantang setiap harinya, selanjutnya Kendala atau tantangan lain juga adalah Sumber Daya Manusia (SDM) dimana harus mengajak guru-guru untuk dapat merubah pola pikir guru untuk keluar dari zona aman dan nyamannya, kalau tidak mau guru dalam merubah maka akan menjadi sia-sia. Penelitian (Alimuddin, 2024) menemukan hambatan yang dialami yaitu baru ada kepala sekolah definitif pada bulan oktober 2022 dan kurangnya pemahaman guru tentang kurikulum merdeka karena kurangnya pelatihan secara luring. Terdapat beberapa guru di sekolah-sekolah yang mengalami kebingungan dan kesulitan untuk mencari informasi mengenai kurikulum Merdeka, sehingga membuat guru-guru mudahnya putus asa, bosan, jenuh dan lelah mencari informasi tentang pembelajaran yang harus sesuai dengan Profil pelajar Pancasila. Ini diungkapkan oleh Khoirurrijal (2022) yang menyatakan bahwa kurikulum merdeka Bisa jadi ketimpangan-ketimpangan dengan desain kurikulum yang sebelumnya sehingga guru kurang respons dan menanggapi terhadap perubahan sosial dan tidak mengikuti perkembangan zaman yang berkonsekuensi pada lahirnya atau keluarnya sebuah output pendidikan yang “gagap” dalam menghadapi beradaptasi dengan kondisi sosial dan lingkungan

tersebut. selanjutnya Penelitian yang dilakukan bahwa menemukan hambatan yang dialami yaitu guru kesulitan dan kebingungan dalam mencari informasi kurikulum merdeka dikarenakan sekolah definitif pada bulan oktober 2022 dan kurangnya pemahaman guru mengenai informasi terhadap kurikulum merdeka karena tidak ada pelatihan secara tatap muka dan mendalam.

Perubahan sistem pembelajaran di dalam proses pembelajaran di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan potensi serta guru diuntut untuk terampil, kreatif dan inovatif. Bahkan guru TK di kecamatan Medan Baru mengalami kebingungan, kesulitan dan belum siap dengan perubahan kurikulum. Hal tersebut tentu dapat memicu efek negatif pada *self acceptance*.

Hasil dari Observasi ada 84 guru TK di kecamatan Medan Baru. Saat menyebarkan kuesioner (angket) terbuka ada 30 guru yang menulis jawabannya dengan kata atau kalimat “Bingung, terkejut, belum paham, kesulitan mencari informasi, merasa khawatir, dll” (*terlampir*). Kemudian Saat melakukan wawancara langsung kepada beberapa reaksi guru mengungkapkan terdapat mengalami kebingungan, kaget, terkejut dan kesulitan dalam mencari informasi tentang kurikulum merdeka, Mengeluh dengan beberapa tugas yang harus disiapkan serta membagi waktu yang terbatas untuk belajar kurikulum merdeka.

Selanjutnya Saat melakukan observasi dengan pengumpulan data dengan jenis *participant observation* (observasi berperan serta) dalam mengambil data terdapat banyak guru yang bingung dengan perubahan kurikulum yang sebelumnya, guru dengan usia sudah di atas 50 Tahun sudah capek untuk mencari tahu tentang kurikulum merdeka, guru yang masih muda ada rasa bosan dan malas

dalam mempelajari kurikulum merdeka dikarenakan mereka tidak mendapatkan informasi atau pelatihan, dan guru yang sudah lama dalam mengajar sudah tidak menerima dengan informasi yang terbaru merasa bahwa selama ini yang diajarkan merasa lebih nyaman dan aman dengan mengajarkan kepada peserta didik metode Calistung.

Perubahan proses sistem pembelajaran dalam proses pendidikan di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan, kebingungan dan kaget bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan keprofesional serta guru diuntut untuk menjadi lebih terampil, kreatif dan inovatif. Itu dikarenakan, guru belum bisa menerima dengan perubahan sistem yang terjadi pada keadaan atau kondisi di lingkungan sekitarnya dan guru merasa kecewa, putus asa, lelah dengan perubahan kurikulum 2013 menjadi kurikulum merdeka. Dapat disimpulkan bahwa *Self Acceptance* atau penerimaan diri guru dikategorikan negative. *Self Acceptance* yang negative dikarenakan belum bisa menerima kenyataan dengan kondisi yang tidak diinginkan.

Hidup dengan perasaan sejahtera, tenang, bahagia, nyaman dan aman merupakan dambaan banyak orang. Dalam ilmu psikologi, kesejahteraan psikologis dikenal dengan istilah *psychological wellbeing*. Menurut Ryff dalam (Tsaqifa & Fitriani, 2023), kesejahteraan psikologis adalah merupakan dorongan dalam diri individu untuk mengeksplorasi potensi dirinya sendiri secara menyeluruh. Manusia membutuhkan untuk mengeksplorasi dimensi kesejahteraan psikologis ke dalam enam dimensi, Riff dalam (Tsaqifa & Fitriani, 2023) yaitu (1) sejauh mana individu merasa hidupnya bermakna, bertujuan, dan terarah (*purpose in life*), (2) apakah individu memandang dirinya hidup berdasarkan keyakinan atau otonomi

pribadinya, (3) sejauh mana individu memanfaatkan bakat dan potensinya (*personal growth*), (4) seberapa baik individu mengelola situasi kehidupan (*environmental mastery*), (5) kedalaman hubungan yang dimiliki individu dengan orang lain (*positive relationships*), dan (6) pengetahuan dan penerimaan yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, termasuk kesadaran akan keterbatasan dirinya (*self-acceptance*). Dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus pada salah satu dimensi utama, yaitu *self-acceptance*.

Menurut Hurlock dalam (James W, 2024) bahwa individu yang mampu menerima dirinya secara menyeluruh maka ia akan mencapai kebahagiaan, sehingga kebahagiaan individu juga dapat ditentukan dari sejauh mana individu tersebut mampu menerima dirinya. Menurut Roger dalam Allen, (Arifiana, 2016) *self-acceptance* adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin. *Self Acceptance* menurut Aryanti dalam (Uraningsari & Djalali, 2016) adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain. Maka dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka. Karena telah terbukti apabila *Self Acceptance* pada guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum terjadi saat ini, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi dan emosional peserta didik yang tinggi. Guru menjadi ujung tombak yang utama dalam menunjang keberhasilan dan kesuksesan dalam pendidikan. Dalam konteks ini,

Dapat disimpulkan bahwa kurikulum Merdeka adalah pedoman, acuan dan strategi guru dalam mengembangkan kreativitas dan kompetensi guru sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Penerimaan diri yang merupakan salah satu dimensi model kesejahteraan psikologis Ryff dalam (Bingöl & Batik, 2018) berarti memiliki sikap positif terhadap diri sendiri yang mencakup kualitas baik dan buruk serta memiliki perasaan positif tentang masa lalu. Dimana hubungan positif dengan orang lain seperti memiliki hubungan yang baik, saling menghargai dan saling percaya dengan orang lain serta merasakan empati, simpati, cinta, dan kepercayaan. Konsep dalam otonomi berarti mengatur perilaku bertindak dengan cara tertentu dengan melawan tekanan sosial. Penguasaan lingkungan dalam mencerminkan untuk mengelola lingkungan, memiliki rasa kompetensi dan penguasaan. Tujuan hidup adalah memiliki tujuan dalam hidup dan pandangan yang memberi makna pada kehidupan. Pertumbuhan pribadi yang merupakan konsep yang dekat dengan aktualisasi diri berarti memiliki rasa mewujudkan potensi Ryff, dalam (Bingöl & Batik, 2018). Dalam sudut pandang ini, kesejahteraan psikologis merupakan konsep luas yang didasarkan pada teori empiris.

Menurut Ryff dalam (Albab & Rina, 2023) mendefinisikan *Self acceptance* sebagai suatu keadaan dimana seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengenali dan menerima berbagai aspek dirinya termasuk sifat-sifat baik dan buruk yang ada dalam dirinya serta memandang positif kehidupan yang telah dijalannya. *Self acceptance* didasarkan pada pengetahuan yang mendalam tentang diri individu serta kepuasan atau kebahagiaan individu terhadap dirinya sendiri dan memikirkan kebutuhannya akan mentalitas yang sehat. Menurut



C. K. Germer dalam (Dzhini & Widyastuti, 2019) *Self acceptance* adalah kemampuan individu untuk memandang dirinya secara positif dan melepaskan hal-hal negatif dalam diri yang dimana kemampuan ini muncul atas kendali individu itu sendiri. Menurut Rogers dalam (Suwaji & Setiawan, 2015), penerimaan merupakan dasar bagi setiap orang untuk dapat menerima kenyataan hidupnya, semua pengalaman-pengalamannya, baik maupun buruk dan seseorang membutuhkan situasi yang menghormati dan menghargai tanpa adanya persyaratan. Situasi ini bisa tercapai jika seseorang merasa diterima apa adanya tanpa ada penilaian atau persyaratan tertentu.

Menurut Jersild dalam Hurlock dalam (Gamayanti, 2016), menyebutkan ciri-ciri *self acceptance* adalah 1) Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. 2) Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpaterpaku pada pendapat orang lain. 3) Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya sendiri dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional. 4) Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarikatau melakukan keinginannya. 5) Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. 6) Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. *Self acceptance* dapat dicapai dengan berhenti mengkritik dan mencela diri, menerima hal yang ada di dalam diri, serta memiliki toleransi terhadap diri yang tidak sempurna.

Berdasarkan menurut Bernard dalam (Waney et al., 2020) *Self acceptance* dapat dibagi menjadi dua aspek, yaitu: a) Kesadaran diri dan penghargaan akan karakteristik positif dan pengembangan potensi (kepribadian, bakat, keluarga, agama, karakteristik budaya) dan b) Rasa bangga dan menerima dirisendiri tanpa



syarat ketika peristiwa negatif terjadi (kegagalan, kritik atau penolakan dari orang lain) atau ketika terlibat dalam perilaku interpersonal yang negatif; tidak menilai diri secara negatif.

Terdapat beberapa komponen yang dapat menjadikan individu mampu mencapai *Self acceptance* Bastaman, dalam (Shobihah, 2022), yakni: 1. *Self insight* 2. *The meaning of life* 3. *Changing attitude* 4. *Self commitment* 5. *Directed activities* 6. *Social support*.

Menurut Shepard dalam Bernard dalam (Novitriani & Hidayati, 2018) bahwa individu mampu menyadari dan bertahan meski rangsangan yang datang bisa saja membuat frustrasi atau tidak diinginkan. Selanjutnya Hurlock dalam (Shobihah, 2022) menyebutkan beberapa hal lain yang dapat membentuk *Self acceptance* yakni harapan yang realistis, tidak adanya stress yang berat, pengaruh keberhasilan, dan pola asuh yang baik pada masa kanak-kanak sehingga memberikan pengalaman yang dapat membangun konsep diri di masa dewasa.

Maka dari itu, pentingnya *self acceptance* (penerimaan diri) pada guru untuk dapat menerima perubahan kurikulum. Hal ini menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang akan memberikan efek negatif pada *self acceptance* guru. Untuk itu menjadi penting *self acceptance* yang positif untuk diteliti karena Guru berperan penting sebagai evaluator untuk penilaian hasil belajar siswa serta Guru dapat memahami psikologi siswa, mengetahui tentang metode dan strategi pembelajaran sesuai kebutuhan siswa. Jika *self acceptance* guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi. Beranekaragam penelitian mengenai *self*

**Dikomentari [R1]:** Paragraf ini tidak mempunyai dasar yang jelas dan hanya pendapat anda saja. Baiknya setiap argumen anda bisa disertakan dengan teori, data dan hasil riset terdahulu agar argumen anda menjadi lebih kuat dan dapat dipertanggungjawabkan.

*acceptance* diantaranya adalah (Ulan et al., 2021) mengungkapkan bahwa Ketidakmampuan individu dalam mengelola kesenjangan diri menunjukkan rendahnya *self acceptance* (penerimaan diri). Individu yang mempunyai *self acceptance* rendah akan mudah putus asa, selalu menyalahkan dirinya, malu, rendah diri, merasa tidak dianggap atau berarti, merasa iri kepada orang lain, terasa sangat sulit untuk membangun atau berhubungan positif dengan orang lain, dan tidak bahagia.

Peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian dengan memberikan guru pelatihan mengenai *Self Acceptance*. Agar guru dapat menerima dengan positif apapun yang terjadi pada kondisi atau kenyataan yang berada di lingkungannya. Oleh karena itu, peneliti memfokuskan penelitian ini dengan metode Eksperimen yang berjudul “Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka di Kecamatan Medan Baru”.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam pelatihan ini adalah Bagaimanakah Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka di Kecamatan Medan Baru.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai adalah untuk mengetahui Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka di Kecamatan Medan Baru.

#### 1.4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Adanya pengaruh Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka di Kecamatan Medan Baru.

#### 1.5 Manfaat Penelitian

Modul Efektivitas Pelatihan *self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum Merdeka dapat memberikan berbagai manfaat bagi para peserta yaitu agar para peserta pelatihan mampu mengetahui tentang *self acceptance*, memiliki kemampuan dalam mengelola, mengatasi dan menerima serta menghadapi terjadi perubahan kurikulum pembelajaran.

##### 1.5.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi khusus dalam bidang psikologi pendidikan dan perkembangan, serta di untuk di dunia pendidikan.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi serta menjadi referensi dan memperkaya keilmuan di bidang psikologi khusus dalam bidang psikologi pendidikan dan perkembangan yang berkaitan dengan Efektivitas Pelatihan *self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum Merdeka.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat yang didapatkan dan diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

#### 1. Kepala Sekolah

Manfaat yang dirasakan kepala sekolah adalah mengetahui cara untuk dapat menerima keadaan di lingkungan dan memperoleh informasi mengenai kualitas diri individu berkaitan dengan *self acceptance* pada guru sehingga dapat melakukan evaluasi demi pengembangan kualitas potensi diri melalui program inovatif dan kreatif yang mampu memberikan pengembangan terhadap seluruh ekosistem sekolah.

#### 2. Pihak Guru

Guru dapat menerima bahwa perubahan kurikulum menjadikan lebih bersemangat dalam proses pembelajaran. Guru dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan pada dirinya sendiri untuk menerima kondisi lingkungan dengan berpikir positif. Serta guru dapat mengembangkan Efektivitas Pelatihan *self acceptance* pada guru yang lain.

#### 3. Pihak Sekolah dan Orangtua

Sekolah dapat memiliki program-program yang jelas dan akurat dalam memberikan pembelajaran yang tersusun dan terstruktur demi tercapainya visi dan misi baik secara internal sekolah maupun luar sekolah yang seyogyanya menjadikan siswa siswa sebagai lulusan yang matang secara akademik dan non akademik dan mampu bersaing dalam kehidupan dan dunia kerja.

#### 4. Siswa Manfaat

Bagi siswa itu sendiri adalah mendapat pengetahuan cara untuk menerima dengan positif dan menyakinkan diri bahwa akan memberikan karya terbaik bagi dirinya dan orang lain sehingga proses pengembangan diri terus berjalan.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 *Self Acceptance*

##### 2.1.1 Pengertian Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

*Self acceptance* yang merupakan salah satu dimensi model kesejahteraan psikologis Ryff dalam (Bingöl & Batik, 2018) berarti memiliki sikap positif terhadap diri sendiri yang mencakup kualitas baik dan buruk serta memiliki perasaan positif tentang masa lalu. Hubungan positif dengan orang lain meliputi memiliki hubungan yang baik dan saling percaya dengan orang lain serta merasakan empati, cinta, dan kepercayaan. Konsep otonomi berarti mengatur perilaku bertindak dengan cara tertentu dengan melawan tekanan sosial. Penguasaan lingkungan mencerminkan untuk mengelola lingkungan, memiliki rasa kompetensi dan penguasaan. Tujuan hidup adalah memiliki tujuan dalam hidup dan pandangan yang memberi makna pada kehidupan. Pertumbuhan pribadi yang merupakan konsep yang dekat dengan aktualisasi diri berarti memiliki rasa mewujudkan potensi Ryff, dalam (Bingöl & Batik, 2018). Dari sudut pandang ini, kesejahteraan psikologis merupakan konsep luas yang didasarkan pada teori empiris.

Menurut Ryff dalam (Albab & Rina, 2023) mendefinisikan *Self acceptance* sebagai suatu keadaan dimana seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengenali dan menerima berbagai aspek dirinya termasuk sifat-sifat baik dan buruk yang ada dalam dirinya serta memandang positif kehidupan yang telah dijalaninya. *Self acceptance* didasarkan pada pengetahuan yang



mendalam tentang diri individu serta kepuasan atau kebahagiaan individu terhadap dirinya sendiri dan memikirkan kebutuhannya akan mentalitas yang sehat.

Menurut Roger dalam Allen, (Arifiana, 2016) *self acceptance* adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin. *Self Acceptance* menurut Aryanti dalam (Uraningsari & Djalali, 2016) adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain.

Penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan salah satu bentuk dari suatu kebutuhan dan kewajiban manusia agar dapat menjalani kehidupannya Ziliwu (2023) karena menerima diri berarti menerima keadaan dirinya dan lingkungan sekitarnya, sehingga mereka mampu beradaptasi dalam setiap peristiwa kehidupannya dan mampu mengendalikan masalah yang ada di kehidupannya. Senada dengan Penerimaan diri (*self-acceptance*) menurut Hurlock dalam (Ibrahim & Toyyibah, 2019) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak mempunyai masalah dengan diri sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Selanjutnya Penerimaan diri (*self acceptance*) sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri Ibrahim, & Toyyibah, (2019), mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri serta memandang positif terhadap kehidupan yang telah

dijalani Munthe & Lase, ( 2022). Senada dengan Halawa & Lase, (2022) Penerimaan diri merupakan suatu kondisi dan sikap positif individu, baik dalam bentuk penghargaan terhadap diri, penerimaan segala kelebihan dan kekurangan, mengetahui kemampuan dan kelemahan, tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain berusaha sebaik mungkin agar dapat berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Menurut Chaplin dalam (Ratna Br Karo Sekali, 2020) menambahkan bahwa “penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.” Penerimaan diri dalam konteks ini mengandung arti bahwa seseorang bisa menghargai segala aspek yang ada pada dirinya entah itu yang bersifat positif maupun bersifat negatif. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, namun juga dapat dilakukan dengan tidak realistis. Sikap penerimaan realistis dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya penerimaan diri (*self acceptance*) tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu.

Berdasarkan pengertian dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa Penerimaan diri (*self acceptance*) ialah kemampuan seseorang untuk tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, dapat menerima kekurangan dan kelebihan pada diri sendiri, menerima baik buruknya kehidupan serta memandang positif terhadap kondisi lingkungan. Penerimaan diri yang baik hanya akan terjadi

bila seseorang mau dan mampu memahami keadaan diri sebagaimana adanya, bukan sebagaimana apa yang diinginkan individu. Hasil dari analisa/penilaian terhadap diri sendiri mampu dijadikan dasar atau fondasi bagi seorang untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri.

### 2.1.2 Komponen-Komponen *Self Acceptance*

Komponen penerimaan diri menurut Cronbach dalam (Masyithah, 2012) adalah :

- a. Memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menjalani kehidupan. Individu tersebut mempunyai percaya diri dan lebih memusatkan perhatian kepada keberhasilan akan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah.
- b. Menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia yang sederajat dengan individu lain. Individu ini mempunyai keyakinan bahwa ia dapat berarti atau berguna bagi orang lain dan tidak memiliki rasa rendah diri karena merasa sama dengan orang lain yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan.
- c. Menganggap dirinya tidak aneh atau abnormal atau tidak ada harapan ditolak orang lain. Individu tersebut tidak merasa sebagai orang yang menyimpang dan berbeda dengan orang lain, sehingga mampu menyesuaikan dirinya dengan baik dan tidak merasa bahwa ia akan ditolak orang lain.

- d. Menyadari dan tidak merasa malu akan keadaan dirinya. Artinya, seseorang mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi dan menolong atau membantu sesamanya tanpa mengutamakan dirinya sendiri.
- e. Bertanggung jawab atas segala perbuatannya. Berarti individu memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikan segala resiko yang timbul akibat perilakunya.
- f. Menerima pujian atau celaan atas dirinya secara objektif. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima pujian, saran dan kritikan dari orang lain untuk pengembangan kepribadiannya lebih lanjut.
- g. Tidak mengingkari atau merasa bersalah atas keterbatasan yang dimilikinya maupun mengingkari kelebihanya. Individu yang memiliki sifat ini memandang diri mereka apa adanya dan bukan seperti yang diinginkan. Individu juga dapat mengkompensikan keterbatasannya dengan memperbaiki dan meningkatkan karakter dirinya yang dianggap kuat, sehingga pengolahan potensi dan keterbatasan dirinya dapat berjalan dengan baik tanpa harus melarikan diri dari kenyataan yang ada.

### **2.1.3 Ciri- Ciri *Self Acceptance***

Menurut Ryff, dalam (Tsaqifa & Fitriani, 2023) kecenderungan untuk merasa tidak puas dengan diri sendiri, kecewa dengan apa yang terjadi di kehidupan sebelumnya, memiliki masalah dengan kualitas pribadi tertentu, dan ingin tampil beda dari dirinya merupakan ciri-ciri individu dengan penerimaan diri yang rendah. Menurut Ryff dalam (Studi et al., 2019) ciri-ciri individu yang memiliki penerimaan diri rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya,

menyesali apa yang terjadi di masa lalunya, sulit untuk terbuka, terisolasi dan frustrasi dalam hubungan dengan orang lain. Sedangkan, individu yang memiliki penerimaan diri dalam tingkat optimal atau tinggi akan bersikap positif terhadap dirinya, mau menerima kualitas baik dan buruk dirinya, serta memiliki sikap positif terhadap masa lalunya.

Menurut Halawa & Lase, (2022) Ada beberapa ciri-ciri penerimaan diri antara lain yaitu: Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Maksudnya adalah seseorang tersebut mempunyai harapan dan keinginan sesuai dengan kemampuannya. Yakin akan standar- standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain.

Menurut Jersild dalam (Pratisya, 2017) ciri-ciri individu dengan penerimaan diri adalah individu yang (1) memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya; (2) memiliki keyakinan akan standar-standar dan prinsip-prinsip dirinya tanpa harus diperbudak oleh opini individu-individu lain; (3) memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya; (4) mengenali kelebihan-kelebihan dirinya dan bebas memanfaatkannya; (5) mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya; (6) memiliki spontanitas dan rasa tanggung jawab dalam diri; (6) menerima potensi dirinya tanpa menyalahkan dirinya atas kondisi-kondisi yang berada di luar kontrol mereka; (7) tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan; (8) merasa memiliki hak untuk



memiliki ide-ide dan keinginan-keinginan serta harapan-harapan tertentu; dan (9) tidak merasa iri akan kepuasan yang belum mereka raih.

Rasa penerimaan diri memiliki sebuah ciri-ciri, seperti yang dikemukakan oleh Alport dalam Rasty (Agustina & Naqiyah, 2020) yaitu (1) individu yang mempunyai penerimaan diri adalah individu yang memiliki gambaran yang positif tentang diri, (2) selain itu individu dapat mengelola dan memberikan toleransi terhadap perasaan frustrasi dan kemarahan, (3) individu dengan rasa penerimaan diri adalah orang-orang yang dapat melakukan interaksi secara baik serta dapat menerima kritikan dari orang lain. Orang-orang yang memiliki sifat seperti ini adalah individu yang mampu mengatur keadaan atau kondisi emosinya (depresi dan kemarahan). Sedangkan menurut Hurlock dalam Wahyu (Agustina & Naqiyah, 2020) terdapat ciri-ciri gejala rendahnya penerimaan diri adalah (1) adanya perasaan sulit menerima diri, (2) tidak menyenangkan dirinya sendiri, (3) mencemooh dirinya sendiri, (4) sering merasa bahwa orang lain menjauhi dan menghina dirinya, (5) tidak percaya pada perasaan dan sikapnya sendiri. Maka dari hal itu tingginya rasa penerimaan diri dianggap sebagai karakteristik mental dan dipercaya dapat mempengaruhi kesejahteraan pribadi, jika seseorang mempunyai penerimaan diri yang rendah sudah pasti dia akan menutup dirinya dari pergaulan luar/sosial.

Dari beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri dari *self acceptance* adalah (1) memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya; (2) mengenali kelebihan dan kelemahan dirinya; (3) tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari



ketakutan untuk berbuat kesalahan; (4) menerima kritikan dari orang lain; (5) menerima perubahan dan kondisi lingkungan dengan positif.

#### 2.1.4 Aspek-Aspek *Self Acceptance*

Menurut Agustina & Naqiyah, (2020) aspek *Self Acceptance* (penerimaan Diri) mengemukan : a) Adanya perasaan percaya dan penghargaan terhadap dirinya, b) Adanya kelapangan hati dan pikiran dalam menerima kritikan, c) Mampu menilai dan mengoreksi dirinya, d) Jujur, Nyaman dengan dirinya, e) Mandiri dan punya prinsip, f) Mempunyai kebanggaan pada dirinya, g) Dapat memanfaatkan kemampuan, h) Tidak terikat, i) Siap menghadapi, j) Tidak menyalahkan, k) Punya kemauan, L) Toleransi.

Selanjutnya menurut Jersild dalam (Alif Hidayatul Lail et al., 2022) bahwa terdapat beberapa aspek penerimaan diri (*self acceptance*) yaitu sebagai berikut:

- a. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri berfikir lebih realistis tentang penampilan, gaya dan bagaimana dirinya terlihat dalam pandangan orang lain. Seseorang tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya;

- b. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik daripada seseorang yang tidak memiliki penerimaan diri dalam dirinya;

- c. Perasaan *infeoritas* sebagai gejala penolakan diri.

Seorang yang terkadang merasakan *infeoritas* atau disebut dengan *infeority complex* adalah seorang yang tidak mempunyai sikap penerimaan

diri (*self acceptance*) dan hal tersebut akan mengganggu penilaian yang realistis atas dirinya;

d. Respon atas penolakan dan kritikan.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri tidak suka dengan kritikan, namun demikian juga individu mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan dari orang lain bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.

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

Seseorang yang mempunyai penerimaan diri (*Self acceptance*) adalah seseorang yang dapat mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dalam batas-batas kemungkinan individu ini mungkin memiliki ambisi yang besar, akan tetapi tidak mungkin untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. sehingga untuk memastikan dirinya tidak akan kecewa saat nanti.

f. Penerimaan diri (*self acceptance*) dan penerimaan orang lain.

Jika seseorang mampu menyukai dirinya sendiri, ini memungkinkan dirinya akan disukai orang lain. Hubungan timbal balik seperti ini membuktikan dirinya merasa percaya diri dalam memasuki lingkungan sosial.

g. Penerimaan diri, menurut kehendak, dan menonjolkan diri.

*Self acceptance* dan menurut diri merupakan dua hal yang berbeda. Jika seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti dapat memanjakan dirinya. Akan tetapi, akan menerima bahkan menuntut

kelayakan dalam kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan miliknya dalam mendapatkan posisi yang menjadi keinginan dalam kelompoknya. Seseorang dengan penerimaan diri (*self acceptance*) menghargai harapan orang lain dan meresponnya dengan bijak. Namun, dirinya memiliki pendirian yang baik dalam berfikir, merasakan, bertindak yang terbaik dan membuat pilihan. seseorang tidak akan menjadi pengikut apa yang dikatakan orang lain.

h. Penerimaan diri (*self acceptance*), spontanitas, dan menikmati hidup.

Seseorang dengan penerimaan diri (*self acceptance*) mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati dalam hidupnya.

i. Aspek moral penerimaan diri.

Seseorang memiliki kejujuran untuk menerima dirinya, dan tidak menyukai kepura-puraan. Individu ini dapat secara terbuka mengakui dirinya sebagai dirinya yang pada suatu waktu dalam masalah, merasa cemas, takut, ragu, dan bimbang tanpa harus manipulasi diri dan orang lain.

j. Sikap terhadap penerimaan diri.

Menerima diri hal peting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek dalam hidupnya, mungkin ada keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Hal tersebut merupakan arahan agar dapat menerima dirinya.

Teori yang dikemukakan oleh Ryff dalam (Nisrina, 2018), bahwa individu yang memiliki dimensi penerimaan diri (*self acceptance*) yang tinggi, merupakan individu yang memiliki sikap positif terhadap diri (*self*); menghargai dan menerima

berbagai aspek dari diri (*self*) termasuk kualitas yang baik dan buruk; serta merasa positif tentang kehidupan di masa lalu. Sedangkan, individu yang memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) yang rendah, merupakan individu yang merasa tidak puas dengan diri (*self*); kecewa dengan apa yang telah terjadi di kehidupan masa lalu; khawatir dengan kualitas-kualitas pribadi tertentu; serta berharap bahwa dirinya berbeda dari keadaan dirinya sekarang.

Dari beberapa pendapat diatas bahwa aspek penerimaan diri (*self acceptance*) adalah 1) menerima kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri, 2) respon positif terhadap kritikan dan pujian, 3) percaya dengan kemampuan diri sendiri, dan 4) siap menghadapi kondisi lingkungan.

### 3.1.5 Faktor-Faktor *Self Acceptance*

Hurlock dalam (Pratisya, 2017) mengemukakan tentang mengemukakan factor faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif sebagai berikut.

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri, hal ini dapat timbul dari kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan dengan berdampingan, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin dapat menerima dirinya;
- b. Adanya harapan yang realistis, hal ini bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya;

- c. Tidak adanya hambatan didalam lingkungan, walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistis, tetapi bila lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan orang tersebut tentu akan sulit tercapai;
- d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya prasangka, adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu untuk mengikuti kebiasaan lingkungan;
- e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat, membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia;
- f. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif, keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri;
- g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, mengidentifikasi diri dengan orang yang *Well adjusted* dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri, dan bertindak laku dengan baik yang dapat menimbulkan penilaian diri yang baik.
- h. Adanya prespektif diri yang luas, perspektif diri yang luas yaitu memperhatikan juga pandangan orang lain tentang diri. Prespektif diri yang luas, diperoleh melalui pengalaman dan belajar.
- i. Pola asuh dimasa kecil yang baik, anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri;

- j. Konsep diri yang stabil, seseorang yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, maka kadang seseorang menyukai dirinya, dan terkadang tidak menyukai dirinya, akan sulit menunjukan pada orang lain, siapa dirinya yang sebenarnya.

Menurut Herdiyanto, (2020) Adapun faktor-faktor yang ditemukan tersebut merupakan faktor eksternal yang secara garis besar dapat dikelompokkan sebagai faktor keluarga dan faktor sosial.

- a. Faktor keluarga terdiri dari kesempatan dan harapan orangtua rujuk, serta praktik pengasuhan yang membentuk gaya kelekatan antara remaja dengan orangtua.
- b. Faktor sosial terdiri dari tiga jenis yaitu budaya, dukungan sosial, serta stresor dan stimulus lingkungan.

Dari beberapa pendapat para ahli diatas maka dapat ditarik disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self acceptance* adalah adanya penghargaan diri, dukungan sosial, kebahagiaan, sosial emosional, konsep diri, dan dukungan keluarga.

## 2.2 Kurikulum Merdeka

### 2.2.1 Pengertian Kurikulum Merdeka

Menurut (Jamal & Kusmawan, 2023) kurikulum ialah rancangan pendidikan yang memberikan kesempatan untuk peserta didik mengembangkan potensi dirinya dalam suatu suasana belajar yang menyenangkan dan sesuai dengan kemampuan dirinya untuk memiliki kualitas yang diinginkan masyarakat dan bangsanya. kurikulum pendidikan ialah sebagai seperangkat rencana awal serta pengaturan mengenai isi, tujuan, dan bahan pembelajaran serta cara yang digunakan sebagai



panduan atau pedoman dalam penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai suatu tujuan pendidikan Rizkia ( 2020). Menurut UU No.20 tahun (2003) “kurikulum merupakan seperangkat rencana pembelajaran yang berkaitan dengan tujuan, isi, bahan ajar dan cara yang digunakan dan dijadikan sebagai pedoman dalam penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai sebuah tujuan pendidikan nasional”. (Febia Ghina Tsuraya et al., 2022).

Perkembangan kurikulum ini mencerminkan upaya pemerintah untuk menjawab tuntutan akan pendidikan yang holistik dan sesuai dengan nilai-nilai Pancasila, (Cahyono T, 2022) Karakter pelajar pancasila disusun sebagai acuan bagi sekolah untuk mengembangkan karakter siswanya. Profil Pelajar Pancasila memiliki enam dimensi / kompetensi yang dirumuskan sebagai dimensi kunci. Keenamnya saling berkaitan dan menguatkan sehingga upaya mewujudkan Profil Pelajar Pancasila yang utuh membutuhkan berkembangnya keenam dimensi tersebut secara bersamaan, tidak parsial. Dimensi-dimensi tersebut menunjukkan bahwa Profil Pelajar Pancasila tidak hanya fokus pada kemampuan kognitif, tetapi juga sikap dan perilaku sesuai jati diri sebagai bangsa Indonesia sekaligus warga dunia. Dengan adanya dimensi profil pelajar Pancasila, diharapkan peserta didik dapat dibekali dengan keterampilan dan sikap yang diperlukan untuk menjadi warga negara yang baik dan produktif.

Profil Pelajar Pancasila merupakan konsep pendidikan karakter yang diluncurkan oleh Kemendikbud, dimaknai sebagai sebuah cita-cita yang terwujudnya putra-putri bangsa Indonesia sebagai pembelajar sepanjang hidup (*lifelong learner*) yang mempunyai kapasitas dan kompetensi untuk mampu berkompetisi pada ranah global, mempunyai perilaku yang mengacu pada nilai-

nilai Pancasila dengan enam ciri utama: beriman, bertakwa kepada Tuhan YME, dan berakhlak mulia, berkebinekaan global, bergotong royong, mandiri, bernalar kritis, dan kreatif Dasar. Maka dari itu, penting bagi para pendidik dan *Stakeholders* dalam pendidikan untuk memahami dan mengimplementasikan dimensi-dimensi tersebut secara efektif dalam proses pembelajaran agar menciptakan lingkungan pendidikan yang sesuai dengan tujuan pembangunan nasional.

Dimana kurikulum merdeka dimaknai sebagai desain pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar dengan tenang, santai, menyenangkan, bebas stres dan bebas tekanan, untuk menunjukkan bakat alaminya (Rahayu et al., 2022).

Menurut Fauzi, (2022) Kurikulum Merdeka adalah kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam di mana konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi. Guru memiliki keleluasaan untuk memilih berbagai perangkat ajar sehingga pembelajaran dapat disesuaikan dengan kebutuhan belajar dan minat peserta didik. Proyek untuk menguatkan pencapaian profil pelajar Pancasila dikembangkan berdasarkan tema tertentu yang ditetapkan oleh pemerintah. Proyek tersebut tidak diarahkan untuk mencapai target capaian pembelajaran tertentu, sehingga tidak terikat pada konten mata pelajaran.

Dikeluarkannya Keputusan Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 56/M/2022 Tentang Pedoman Penerapan Kurikulum Dalam Rangka Pemulihan Belajar Pengembangan dan Pembelajaran sebagai bentuk dukungan penuh terhadap perbaikan kurikulum di Indonesia

mewujudkan menjadi Indonesia Maju yang berdaulat, mandiri dan berkepribadian yang berkarakter melalui terciptanya Pelajar Pancasila yang bernalar kritis, kreatif, mandiri, beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan berakhlak mulia, bergotong royong dan berkebhinnekaan global melalui Implementasi Kurikulum Merdeka. Kurikulum Merdeka menjadi opsi bagi sekolah yang siap melaksanakan dalam rangka pemulihan pembelajaran 2022 sampai dengan 2024 akibat pandemi. Akan tetapi, bagi sekolah yang belum siap melaksanakan Kurikulum Merdeka masih terdapat opsi lain yaitu terus menggunakan Kurikulum 2013, atau melanjutkan dengan Kurikulum Darurat hingga dilakukan evaluasi terhadap kurikulum pemulihan pembelajaran pada tahun 2024. (Wulandari, D.T., & Sayekti, 2022)

Dari beberapa pendapat ahli, dapat disimpulkan bahwa kurikulum merdeka adalah seperangkat acuan/petunjuk untuk merancang proses pembelajaran sesuai dengan kebutuhan peserta didik supaya terciptanya *student wellbeing* dan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

### **2.2.2 Dimensi Kurikulum Merdeka**

Keputusan kepala badan standar, kurikulum, dan asesmen pendidikan kementerian pendidikan, kebudayaan, riset, dan teknologi nomor 009/h/kr/2022 tentang dimensi, elemen, dan subelemen profil pelajar pancasila pada kurikulum Merdeka. 6 Dimensi profil pelajar Pancasila pada kurikulum Merdeka sebagai berikut:

**a. Dimensi Beriman, Bertakwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia**

Pelajar Indonesia yang beriman, bertakwa kepada Tuhan YME, dan berakhlak mulia adalah pelajar yang berakhlak dalam hubungannya dengan Tuhan Yang Maha Esa. Ia memahami ajaran agama dan kepercayaannya serta menerapkan pemahaman tersebut dalam kehidupannya sehari-hari. Ada 5 kunci elemen beriman, bertakwa kepada Tuhan YME, dan berakhlak mulia: (a) akhlak beragama; (b) akhlak pribadi; (c) akhlak kepada manusia; (d) akhlak kepada alam; dan (e) akhlak bernegara.

**b. Dimensi Berkebhinekaan Global**

Pelajar di Indonesia mempertahankan budaya luhur, lokalitas dan identitasnya, dan tetap berpikiran terbuka dalam berinteraksi dengan budaya lain, oleh karena itu dapat menumbuhkan rasa saling menghargai dan kemungkinan terbentuknya budaya baru yang positif dan tidak bertentangan dengan budaya luhur bangsa.

**c. Dimensi Bergotong Royong**

Pelajar Indonesia mempunyai kemampuan untuk bergotong-royong, yaitu kemampuan dapat melakukan kegiatan secara bersama-sama dengan suka rela agar kegiatan yang dikerjakan dapat berjalan lancar, mudah dan ringan. Elemen-elemen dari bergotong royong adalah kolaborasi, kepedulian, dan berbagi.

**d. Dimensi Mandiri**

Pelajar Indonesia merupakan salah satu pelajar mandiri, yaitu pelajar yang bertanggung jawab atas proses dan hasil belajarnya. Elemen kunci dari mandiri terdiri dari kesadaran akan diri dan situasi yang dihadapi serta regulasi diri.

**f. Dimensi Bernalar Kritis**

Pelajar yang bernalar kritis mampu secara objektif memproses informasi baik kualitatif maupun kuantitatif, membangun keterkaitan antara berbagai informasi, menganalisis informasi, mengevaluasi dan menyimpulkannya.

**F. Dimensi Kreatif**

Pelajar Pancasila yang kreatif mampu memodifikasi dan menghasilkan sesuatu yang orisinal, bermakna, bermanfaat, dan berdampak. Elemen kunci dari kreatif terdiri dari menghasilkan gagasan yang orisinal serta menghasilkan karya dan tindakan yang orisinal serta memiliki keluwesan berpikir dalam mencari alternatif solusi permasalahan.

### **2.2.3 Capaian Pembelajaran Kurikulum Merdeka**

Capaian pembelajaran sudah tertuang pada Salinan no.12 kemdikbudristek tahun 2022 (Kemendikbud, 2024) Capaian Pembelajaran Umum sebagai berikut :

a) Nilai Agama dan Budi Pekerti, b) Jati Diri dan c) Dasar-dasar Literasi, Matematika, Sains, Teknologi, Rekayasa, dan Seni.

### **2.2.4 Struktur Kurikulum Merdeka**

Kerangka dasar struktur kurikulum merdeka terulang kemdikbudristek no.12 tahun 2022.

Tabel. 1 Kerangka Kurikulum PAUD

| Struktur kurikulum pada PAUD (TK/RA/BA, KB, SPS, TPA) terdiri atas: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kegiatan Pembelajaran Intrakurikuler                                | <p>Kegiatan pembelajaran intrakurikuler dirancang agar anak dapat mencapai kemampuan yang tertuang di dalam Capaian Pembelajaran.</p> <p>Intisari kegiatan pembelajaran intrakurikuler adalah bermain bermakna sebagai perwujudan “Merdeka Belajar, Merdeka Bermain”. Karena itu, kegiatan yang dipilih harus memberikan pengalaman yang menyenangkan dan bermakna bagi anak. Kegiatan juga perlu didukung oleh penggunaan sumber-sumber belajar yang nyata dan ada di lingkungan sekitar anak. Sumber belajar yang tidak tersedia secara nyata dapat dihadirkan dengan dukungan teknologi dan buku bacaan anak.</p> |
| Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila                           | <p>Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila bertujuan untuk memperkuat upaya pencapaian Profil Pelajar Pancasila yang mengacu pada Standar Kompetensi Lulusan (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak untuk PAUD). Penguatan Profil Pelajar Pancasila di PAUD dilakukan dalam konteks perayaan tradisi lokal, hari besar nasional, dan internasional.</p> <p>Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila dilaksanakan menggunakan alokasi waktu kegiatan di PAUD.</p>                                                                                                                                           |
| Alokasi waktu pembelajaran di PAUD                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



|                     |                                              |
|---------------------|----------------------------------------------|
| PAUD usia 3–4 tahun | Paling sedikit 360 menit (6 jam) per minggu  |
| PAUD usia 4–6 tahun | Paling sedikit 900 menit (15 jam) per minggu |

### 2.2.5 Konsep Kurikulum Merdeka Belajar

Menurut (Manalu et al., 2022) Konsep kurikulum merdeka belajar merupakan terbentuknya kemerdekaan dalam berpikir. Kemerdekaan berpikir ditentukan oleh guru. Artinya guru menjadi ujung tombak utama dalam menunjang keberhasilan dalam pendidikan. Pada era digitalisasi saat ini perkembangan teknologi mempengaruhi kualitas dalam pendidikan. Dimana dalam setiap aktivitas yang dilakukan baik guru maupun peserta didik tidak terlepas dari perangkat yang berbasis digital. Konsep pendidikan kurikulum merdeka belajar mengintegrasikan kemampuan literasi, kecakapan pengetahuan, keterampilan dan sikap serta penguasaan teknologi. Dalam konsep ini peserta didik diberikan kebebasan dalam berpikir untuk memaksimalkan pengetahuan yang harus ditempuh. Konsep kurikulum abad 21 menuntut peserta didik harus mandiri dalam memperoleh ilmu baik dalam pendidikan formal maupun non formal. Kebebasan yang diterapkan dalam konsep abad 21 tersebut akan memberikan peluang kepada peserta didik untuk menggali ilmu sebanyak-banyaknya. Salah satu hal yang bisa dilakukan yaitu melalui kegiatan literasi, mengembangkan bakat melalui keterampilan dan hal-hal positif yang menunjang perkembangan setiap peserta didik.

## 2.2.6 Implementasi Pengembangan Kurikulum Merdeka

Menurut (Cholilah et al., 2023) implementasi pengembangan Kurikulum Merdeka. Adapun kurikulum operasional satuan pendidikan disesuaikan dengan rencana dan pengorganisasian pembelajaran sesuai dengan kontekstual satuan pendidikan, sehingga pembelajaran lebih bermakna. Berikut langkah-langkah pengembangan kurikulum merdeka pada satuan pendidikan:

1. Memahami karakteristik satuan Pendidikan
2. Menyusun visi, misi, dan tujuan satuan Pendidikan
3. Melakukan perencanaan mencakup ATP, asesmen, modul ajar, media ajar, juga program prioritas satuan Pendidikan
4. Melakukan pemetaan pembelajaran: baik muatan kurikulum, beban belajar, program intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan kokurikuler (Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila/ P5)
5. Merencanakan sistem pendampingan, evaluasi, dan pengembangan professional.

## 2.3 Guru

### 2.3.1 Pengertian Guru

Djollong, (2017) Guru adalah suatu sebutan bagi jabatan, posisi, dan profesi bagi seseorang yang mengabdikan dirinya dalam bidang pendidikan melalui interaksi edukatif secara terpola, formal, dan sistematis. UU RI. Nomor 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen pada bab I pasal 1 dinyatakan bahwa “guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing,

mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah”

Pratama & Musthofa, ( 2019) Guru merupakan salah satu komponen penting dalam proses belajar mengajar. Seorang guru ikut berperan serta dalam usaha membentuk sumber daya manusia yang potensial di bidang pembangunan. Selanjutnya menurut Haniyyah, (2021) Guru sebagai suri tauladan bagi siswa-siswanya dengan memberikan contoh perilaku yang baik sehingga bisa mencetak dan membentuk generasi yang memiliki karakter yang baik pula. Senada dengan menurut Buchari, (2018) Guru merupakan pelaksana proses belajar-mengajar di sekolah, dan keberhasilan pengajarannya sangat menentukan keberhasilan pendidikan pada umumnya. Oleh sebab itu, wajar kalau pemerintah dan masyarakat (terutama orang tua anak didik) banyak berharap dari guru untuk mencapai keberhasilan pendidikan di Indonesia.

Dari beberapa pendapat diatas dapat di simpulkan bahwa guru adalah pelaksana proses pembelajaran yang memberikan contoh perilaku baik dalam membentuk karakter siswa, menentukan keberhasilan pendidikan serta membentuk sumber daya manusia yang potensial.

Guru diartikan sebagai pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan usia, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Jadi kesiapan guru dapat diartikan sebagai kondisi seorang guru yang memiliki kompetensi atau kemampuan yang cukup baik fisik, sosial maupun emosional.

Begitu besar dan agungnya tugas pokok dan fungsi seorang guru bagi muridnya, sehingga melahirkan catatan, pemikiran, rambu-rambu, kriteria guru profesional menurut para ahli pendidikan.

### 2.3.2 Tugas dan Tanggung Jawab Guru

Marsela Yulianti (2022) Adapun tugas pendidik secara umum adalah mendidik, dalam operasionalnya, mendidik adalah rangkaian proses mengajar, memberikan dorongan, memuji, memberi hadiah, membentuk contoh dan membiasakan. Sedangkan tugas khusus guru adalah: 1) Sebagai pengajar (Instruksional): Merencanakan program pengajaran dan melaksanakan program yang telah disusun dan penilaian setelah program itu dilaksanakan. 2) Sebagai pendidik (Edukator): Mengarahkan peserta didik pada tingkat kedewasaan yang berkepribadian sempurna. 3) Sebagai pemimpin (Manajerial): Memimpin dan mengendalikan diri sendiri, peserta didik dan masyarakat yang terkait, menyangkut upaya pengarahan, pengawasan, pengorganisasian, pengontrolan, partisipasi atas program yang dilakukan.

Tanggung jawab guru dan unsur pendidikan lainnya bukan hanya sekedar dalam hal mengajar atau memajukan dunia pendidikan di sekolah di tempatnya bertugas, tetapi juga bertanggung jawab untuk mengajak masyarakat di sekitarnya untuk ikut berpartisipasi dalam memajukan pendidikan di wilayahnya. Guru yang profesional akan tercermin dalam pelaksanaan pengabdian tugas-tugas yang ditandai dengan keahlian baik dalam materi maupun metode. Tanggung jawab guru profesional ditunjukkan melalui tanggung jawabnya dalam melaksanakan seluruh pengabdian. Guru yang profesional hendaknya mampu memikul dalam

melaksanakan tanggung jawab sebagai guru kepada peserta didik, orang tua, masyarakat, bangsa, negara, dan agamanya. Menurut Darmadi, (2015) Tanggung jawab seorang Guru (professional) antara lain: a) Tanggungjawab intelektual diwujudkan dalam bentuk penguasaan materi pembelajaran secara luas dan mendalam, yang mencakup penguasaan materi kurikulum mata pelajaran di sekolah dan substansi keilmuan yang menaungi materinya, serta penguasaan terhadap struktur dan metodologi keilmuannya. b) Tanggung jawab profesi/pendidikan: Diwujudkan melalui pemahaman guru terhadap peserta didik, perancangan dan pelaksanaan pembelajaran, evaluasi hasil belajar, dan pengembangan peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya. c) Tanggung jawab sosial diwujudkan melalui kemampuan guru berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan peserta didik, sesama kolega pendidik, tenaga kependidikan, orang tua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar. d) Tanggung jawab spiritual dan moral: Diwujudkan melalui penampilan guru sebagai insan beragama yang perilakunya senantiasa berpedoman pada ajaran agama dan kepercayaan yang dianutnya serta tidak menyimpang dari norma agama dan moral. e) Tanggung jawab pribadi diwujudkan melalui kemampuan guru memahami dirinya, mengelola dirinya, mengendalikan dirinya, dan menghargai serta mengembangkan dirinya dalam bentuk moral spiritual.

Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa Tugas dan Tanggung Jawab Guru adalah mampu mengendalikan sosial emosional, memiliki perencanaan dan persiapan guru dalam mengajar, berjiwa kepribadian, keprofesionalan dan kompetensi guru harus ada.

### 2.3.3 Fungsi dan Peran Guru

Munawir et al.,(2022) Fungsi dan peran guru merupakan suatu kesatuan yang tidak terpisahkan. Guru memiliki fungsi dan peran yaitu mendidik, mengajar, membimbing, dan melatih. Sama halnya dengan tugas guru, fungsi tersebut memiliki fokus yang berbeda-beda. Mendidik berfokus pada aspek moralitas dan kepribadian peserta didik, membimbing berfokus kepada aspek norma agama dan norma kehidupan, mengajar berfokus pada materi ajar dan ilmu pengetahuan, sedangkan melatih berfokus kepada keterampilan hidup.

Sopian, (2016) dalam Fungsi dan peran guru dapat dikelompokkan menjadi sepuluh macam, antara lain:

a) Peran Guru sebagai Educator atau pendidik

Guru sebagai pendidik yaitu guru menjadi tauladan bagi para peserta didik dan lingkungannya. Oleh karena itu, sebagai seorang guru yang menjadi tauladan harus mempunyai kepribadian yang baik, yang mencakup tanggung jawab, wibawa, mandiri, dan disiplin.

b) Peran Guru sebagai Manager

Di dalam dunia pendidikan guru juga sebagai manager atau pemimpin yaitu guru memberikan materi pelajaran juga sekaligus sebagai pendidik untuk membimbing peserta didik agar memiliki akhlak mulia serta mencetak generasi yang cerdas. Rahim, dalam (Munawir et al., 2022) Guru memiliki peran learning manager atau pengelola kelas yaitu guru harus mempunyai keterampilan dalam mengatur kondisi kelas.



Ketrampilan ini bertujuan agar peserta didik dapat belajar dalam kondisi yang nyaman.

c) Peran Guru sebagai Leader

Guru memiliki peran penting sebagai pemimpin pembelajaran untuk mendidik peserta didik dengan kemampuan yang dimiliki dengan memperhatikan pengembangan sikap, pengetahuan dan keterampilan. Sebagai seorang pemimpin seorang guru harus memiliki filosofi pratap tiloka yaitu Ing ngarsa sung tulada, ing madya mangun karsa dan tut wuri handayani. Melalui Filosofi pratap trilika menurut pendapat Ki Hajar Dewantara ini guru dapat mengaplikasikannya sebagai pemimpin pembelajaran untuk mewujudkan pembelajaran yang berpihak pada murid dengan harapan dapat membentuk pemimpin-pemimpin di masa depan.

d) Peran Guru sebagai Fasilitator

Guru Sebagai fasilitator, maksudnya guru berperan dalam menyediakan dan memberikan pelayanan terkait fasilitas yang digunakan untuk berlangsungnya proses belajar mengajar agar berjalan dengan baik.

e) Peran Guru sebagai Administrator

Peran seorang guru tidak hanya sebagai pengajar dan pendidik, tetapi juga sebagai administrator. Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar perlu di adminstrasikan dengan baik. Peran sebagai administrator ini guru di harapkan bisa bekerja secara teratur terkait dengan administrasi.

f) Peran Guru sebagai Inovator

Peran guru sebagai inovator yaitu guru hendaknya memiliki keinginan yang besar untuk belajar terus mencari ilmu pengetahuan dan menambah keterampilan sebagai guru. Tanpa diiringi keinginan yang besar maka tidak dapat menghasilkan inovasi baik dalam media pembelajaran, metode pembelajaran, evaluasi, model-model belajar dan lain-lain yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas pendidikan Suardipa, (2018)

g) Peran Guru sebagai Motivator

Guru berperan sebagai motivator yang memiliki arti bahwa guru memberikan arahan kepada peserta didik untuk meningkatkan kemampuan yang ada pada diri mereka, memberikan semangat dan petunjuk tentang cara belajar yang efektif, memberikan *reward* berupa hadiah, ucapan selamat, memberikan pujian, maupun lainnya. Selain itu, guru sebagai motivator dapat memberikan *feedback* berupa catatan penyemangat yang terdapat pada buku tugas mereka.

h) Peran Guru sebagai Dinamisator

Fungsi dinamisator pada guru harus memiliki pandangan dan usaha untuk membangun karakter peserta didik. Guru hendaknya memiliki cara tersendiri untuk membangun karakter pada peserta didik. Guru juga harus menjalin hubungan dinamis dengan seluruh warga sekolah sebagai langkah membentuk karakter peserta didik. Guru memiliki kreativitas tinggi dalam menemukan solusi dari setiap permasalahan yang dihadapi peserta didik.

i) Peran Guru sebagai Evaluator

Guru profesional harus mempunyai peran evaluator yaitu guru mampu merancang alat ukur yang terkait dengan afektif (sikap), kognitif (pengetahuan), dan psikomotorik (keterampilan).

j) Peran Guru sebagai Supervisor

Guru sebagai supervisor yaitu berperan memberikan bimbingan, pengawasan, dan pengendalian peserta didik untuk terus menambah semangat dan hasil belajar peserta didik.

#### **2.4 Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka**

Kurikulum sifatnya dinamis karena selalu berubah-ubah sesuai dengan perkembangan dan tantangan zaman, Pada tahun 2021, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan kembali meluncurkan kurikulum prototipe, yang disempurnakan menjadi kurikulum merdeka dengan mengusung kebebasan belajar pada pelaksanaannya, yang bertujuan untuk memberikan pendidikan yang lebih fleksibel dan kreatif.

Pendidikan di Indonesia masih hangat memperbincangkan terkait kurikulum merdeka. Menurut Khoirurrijal (2022) Kurikulum Merdeka merupakan kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam, konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi. Sehingga guru harus beradaptasi pada perubahan tersebut. Kurikulum Merdeka berbeda dengan metode sebelumnya yang lebih berfokus pada guru atau pendidik, merancang tujuan pembelajaran, metode pengajaran, materi, dan penilaian masih berpusat pada guru dan mengajar dengan menggunakan LKPD.

Perubahan kurikulum saat ini begitu pesat, hal ini mengakibatkan banyaknya dampak-dampak positif maupun negatif yang bermunculan terutama terkait *self acceptance* pada guru. Banyak guru disekolah mengalami kebingungan dan kesulitan untuk mencari informasi mengenai kurikulum Merdeka yang menyebabkan mudahnya putus asa, bosan, jenuh dan lelah mencari informasi tentang pembelajarannya harus sesuai dengan Profil pelajar Pancasila. Maka dari itu, pentingnya *self acceptance* (penerimaan diri) pada guru untuk dapat menerima perubahan kurikulum. Hal ini menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang akan memberikan efek negatif pada *self acceptance* guru. Untuk itu menjadi penting *self acceptance* yang positif untuk diteliti karena Guru berperan penting sebagai evaluator untuk penilaian hasil belajar siswa serta Guru dapat memahami psikologi siswa, mengetahui tentang metode dan strategi pembelajaran sesuai kebutuhan siswa. Jika *self acceptance* guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi.

Pelaksanaan kurikulum merdeka tentunya tidak berjalan mulus seperti yang direncanakan, terdapat hambatan dan tantangannya. Perubahan sistem pembelajaran dalam proses pendidikan di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan potensi serta guru diuntut untuk terampil, kreatif dan inovatif.

*Self acceptance* yang merupakan salah satu dimensi model kesejahteraan psikologis Ryff dalam (Bingöl & Batik, 2018) berarti memiliki sikap positif terhadap diri sendiri yang mencakup kualitas baik dan buruk serta memiliki perasaan positif tentang masa lalu. Hubungan positif dengan orang lain meliputi

memiliki hubungan yang baik dan saling percaya dengan orang lain serta merasakan empati, cinta, dan kepercayaan. Konsep otonomi berarti mengatur perilaku bertindak dengan cara tertentu dengan melawan tekanan sosial. Penguasaan lingkungan mencerminkan untuk mengelola lingkungan, memiliki rasa kompetensi dan penguasaan. Tujuan hidup adalah memiliki tujuan dalam hidup dan pandangan yang memberi makna pada kehidupan. Pertumbuhan pribadi yang merupakan konsep yang dekat dengan aktualisasi diri berarti memiliki rasa mewujudkan potensi Ryff, dalam (Bingöl & Batik, 2018). Dari sudut pandang ini, kesejahteraan psikologis merupakan konsep luas yang didasarkan pada teori empiris.

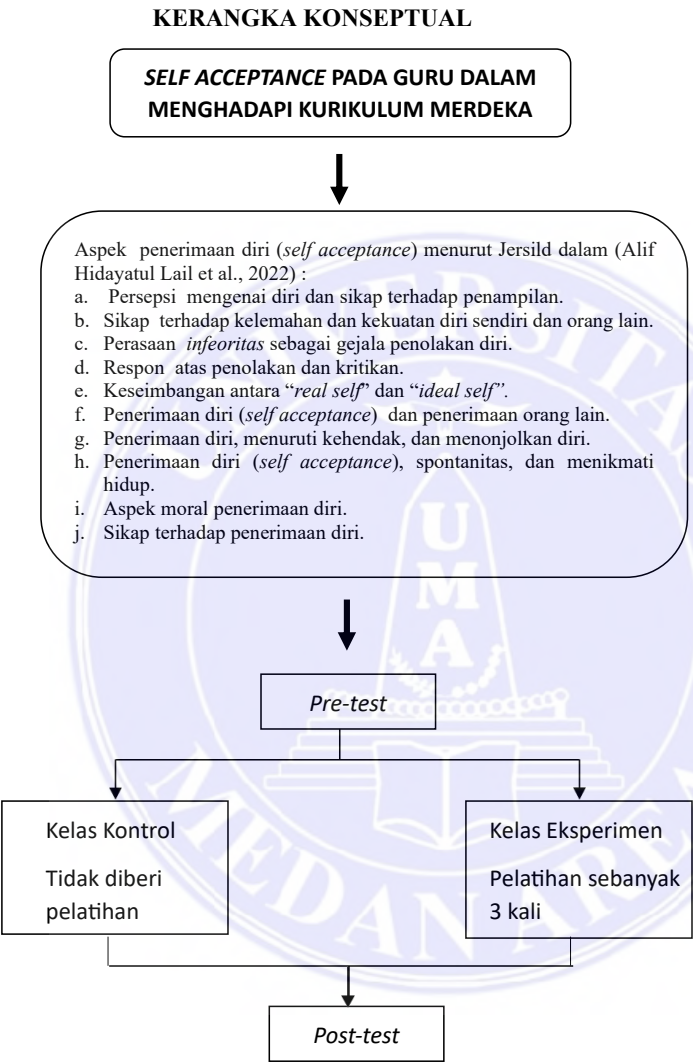
Menurut Ryff dalam (Albab & Rina, 2023) mendefinisikan *Self acceptance* sebagai suatu keadaan dimana seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengenali dan menerima berbagai aspek dirinya termasuk sifat-sifat baik dan buruk yang ada dalam dirinya serta memandang positif kehidupan yang telah dijalaninya. *Self acceptance* didasarkan pada pengetahuan yang mendalam tentang diri individu serta kepuasan atau kebahagiaan individu terhadap dirinya sendiri dan memikirkan kebutuhannya akan mentalitas yang sehat.

Penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan salah satu bentuk dari suatu kebutuhan dan kewajiban manusia agar dapat menjalani kehidupannya Ziliwu et (2023) karena menerima diri berarti menerima keadaan dirinya dan lingkungan sekitarnya, sehingga mereka mampu beradaptasi dalam setiap peristiwa kehidupannya dan mampu mengendalikan masalah yang ada di kehidupannya.

Guru menjadi tonggak utama dalam menunjang keberhasilan dalam pendidikan. Dapat disimpulkan bahwa kurikulum Merdeka adalah pedoman dan strategi guru dalam mengembangkan kreativitas dan kompetensi guru sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Menurut Chaplin dalam (Heriyadi, 2013) “*self acceptance*” adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.” Menurut C. K. Germer dalam (Dzihni & Widyastuti, 2019) *Self acceptance* adalah kemampuan individu untuk memandang dirinya secara positif dan melepaskan hal-hal negatif dalam diri yang dimana kemampuan ini muncul atas kendali individu itu sendiri. Menurut Rogers dalam (Suwaji & Setiawan, 2015), penerimaan merupakan dasar bagi setiap orang untuk dapat menerima kenyataan hidupnya, semua pengalaman-pengalamannya, baik maupun buruk dan seseorang membutuhkan situasi yang menghormati dan menghargai tanpa adanya persyaratan. Situasi ini bisa tercapai jika seseorang merasa diterima apa adanya tanpa ada penilaian atau persyaratan tertentu.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka. Karena telah terbukti apabila *Self Acceptance* pada guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi.





Gambar 4. Rancangan Penelitian Keterangan Gambar

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Dalam suatu penelitian salah satu unsur yang penting adalah metode yang digunakan, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Dan dalam bab ini akan diuraikan pokok-pokok bahasan sebagai berikut: A) Desain Penelitian, B) Waktu dan Tempat Penelitian, C) Identifikasi Variabel Penelitian, D) Definisi Operasional Variabel Penelitian, E) Populasi dan Sampel, F) Teknik Pengambilan Sampel, G) Metode Pengumpulan Data, H) Prosedur Penelitian, dan I) Teknik Analisis Data.

#### 3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu (*quasi eksperiment*). Menurut Sugiyono (2022) penelitian *quasi eksperiment* merupakan penelitian yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang memengaruhi pelaksanaan eksperimen.

Sesuai dengan penelitian *quasi eksperiment* dengan menggunakan desain *Nonequivalent Control Group Design (Pretest-Posttest Control Group Design)*. Di dalam desain ini, penelitian menggunakan satu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembandingan dengan diawali pemberian tes awal (*pretest*) pada dua kelompok, kemudian diberi perlakuan dengan model pembelajaran yang berbeda dan diakhiri dengan pemberian *posttest* pada kedua kelompok.

Penelitian ini difokuskan pada guru-guru di Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Medan Baru. Prosesnya akan dimulai dengan pembentukan dua kelompok guru secara acak. Kedua kelompok ini akan dikenai *pretest* menggunakan skala *Self Acceptance* sebagai bagian dari penilaian awal. Hal ini bertujuan supaya peneliti mengetahui sejauh mana kemampuan *Self Acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka dari kedua kelompok tersebut. Selanjutnya, setelah diberi perlakuan (eksperimen dan kontrol) terhadap kedua kelompok diberikan tes kemampuan akhir (*posttest*). Hal ini bertujuan agar peneliti mengetahui sejauh mana kemampuan *Self Acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka dari kedua kelompok tersebut setelah diberi perlakuan berbeda.

Tabel desain penelitian yang digunakan dapat digambarkan pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Desain penelitian *Nonequivalent Control Group Design*  
Sugiyono (2022 )

| Kelompok   | Pre-test       | Perlakuan | Post-test      |
|------------|----------------|-----------|----------------|
| Eksperimen | O <sub>1</sub> | X         | O <sub>2</sub> |
| Kontrol    | O <sub>3</sub> |           | O <sub>4</sub> |

Keterangan:

O : Tes awal (*pretest*) untuk kelas eksperimen dan kelas kontrol dan tes akhir untuk kelas eksperimen dan kontrol (*posttest*)

X : perlakuan yang diberikan kepada kelas eksperimen

## 3.2 Waktu Dan Tempat Penelitian

### 3.2.1 Waktu Penelitian

Penelitian ini pertama yang dilakukan adalah observasi pada 5 Juli 2024, dilanjutkan dengan pembuatan instrumen bulan November 2024, izin penelitian sampai pengambilan data yang dilaksanakan pada bulan Desember 2024 sampai Januari 2025 dengan tujuan untuk mengumpulkan data.

### 3.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di daerah kota Medan khususnya Kecamatan Medan Baru, Pelaksanaan *Quasi Eksperiment* untuk mengadakan Efektifitas Pelatihan *Self acceptance* pada guru di Tempat TK Swasta Al-Muttaqien yang beralamat Jl.Terompet No.51 Kel.Titi Rantai Kec.Medan Baru Kota Medan.

## 3.3 Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pemahaman konsep *Self acceptance* yang positif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes. Tes yang berisi soal esai yang mengandung indikator pemahaman *Self acceptance* pada materi kurikulum merdeka. Teknik analisis instrumen yang digunakan adalah validitas konstruk dengan korelasi produk momen (*product moment correlation*) yang dikemukakan oleh Sugiyono (2022 ). Sedangkan untuk menguji reliabilitas dilakukan dengan cara *Internal consistency* dengan teknik belah dua (*split half*) yang dianalisis dengan rumus Spearman Brown Sugiyono (2022).

Selanjutnya menurut Jersild dalam (Alif Hidayatul Lail et al., 2022) bahwa terdapat beberapa aspek penerimaan diri (*self acceptance*) yaitu sebagai berikut:

- a. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan.
- b. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.
- c. Perasaan *inferioritas* sebagai gejala penolakan diri.
- d. Respon atas penolakan dan kritikan.
- e. Keseimbangan antara “*real self*” dan “*ideal self*”.
- f. Penerimaan diri (*self acceptance*) dan penerimaan orang lain.
- g. Penerimaan diri, menurut kehendak, dan menonjolkan diri.
- h. Penerimaan diri (*self acceptance*), spontanitas, dan menikmati hidup.
- i. Aspek moral penerimaan diri.
- j. Sikap terhadap penerimaan diri.

Teori yang dikemukakan oleh Ryff dalam (Nisrina, 2018), bahwa individu yang memiliki dimensi penerimaan diri (*self acceptance*) yang tinggi, merupakan individu yang memiliki sikap positif terhadap diri (*self*); menghargai dan menerima berbagai aspek dari diri (*self*) termasuk kualitas yang baik dan buruk; serta merasa positif tentang kehidupan di masa lalu. Sedangkan, individu yang memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) yang rendah, merupakan individu yang merasa tidak puas dengan diri (*self*); kecewa dengan apa yang telah terjadi di kehidupan masa lalu; khawatir dengan kualitas-kualitas pribadi tertentu; serta berharap bahwa dirinya berbeda dari keadaan dirinya sekarang.

### 3.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

Variabel Terikat (Y) : *Self acceptance* (Penerimaan Diri)

### 3.5 Populasi Dan Sampel

#### a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian Priadana (2021). Senada dengan Sugiyono (2022) Elemen populasi adalah keseluruhan subyek yang diukur yang akan diukur, merupakan unit yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru TK di kecamatan Medan Baru berjumlah 84 guru menggunakan kuesioner Terbuka (*terlampir*).

#### b. Sampel

Dimana pengambilan sample dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling Kuota*. Menurut Sugiyono (2022) *sampling kuota* adalah Teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan.

Roscoe dalam buku *Research Methods for business* dalam (Sugiyono, 2022) hal. 150 memberikan saran tentang ukuran sampel penelitian untuk eksperimen yang sederhana, yang menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka jumlah sampel antara 10 a/d 20. Maka dari itu peneliti, menggunakan *sampling kuota* berjumlah 30 orang masing-masing kelompok 15 orang.

### 3.6 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sampling Kuota*. Menurut Sugiyono (2022) *sampling kuota* adalah Teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan.



Saat menyebarkan kuesioner (angket ) terbuka ada 30 guru yang menulis jawabannya dengan kata atau kalimat “Bingung, terkejut, belum paham, kesulitan mencari informasi, merasa khawatir, dll” (*terlampir*).

Kemudian Saat melakukan wawancara langsung kepada beberapa reaksi guru mengungkapkan terdapat mengalami kebingungan, kaget, terkejut dan kesulitan dalam mencari informasi tentang kurikulum merdeka, Mengeluh dengan beberapa tugas yang harus disiapkan serta membagi waktu yang terbatas untuk belajar kurikulum merdeka.

Selanjutnya Saat melakukan observasi dengan pengumpulan data dengan jenis *participant observation* ( observasi berperan serta) dalam mengambil data terdapat banyak guru yang bingung dengan perubahan kurikulum yang sebelumnya, guru dengan usia sudah di atas 50 Tahun sudah capek untuk mencari tahu tentang kurikulum merdeka, guru yang masih muda ada rasa bosan dan malas dalam mempelajari kurikulum merdeka dikarenakan mereka tidak mendapatkan informasi atau pelatihan, dan guru yang sudah lama dalam mengajar sudah tidak menerima dengan informasi yang terbaru merasa bahwa selama ini yang diajarkan merasa lebih nyaman dan aman dengan mengajarkan kepada peserta didik metode Calistung.

Mengingat subjek yang telah ditentukan sejak awal, peneliti hanya menjadikan guru yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebagai subjek penelitiannya.

Adapun kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Subjek adalah guru TK di kecamatan Medan Baru Kota Medan.
- b. Subjek atau guru TK mengalami kebingungan dan kesulitan untuk beradaptasi tentang kurikulum Merdeka, mudah putus asa, malas, capek dan malas dalam mencari informasi kurikulum merdeka.
- c. Guru memiliki *Self acceptance* yang rendah.
- d. Subjek merasa belum memiliki kelebihan didalam dirinya.
- e. Merasa tidak memiliki ide-ide sesuai harapannya.

### 3.7 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Priadana (2021) Metode pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ilmiah, agar data yang kita kumpulkan menjadi valid, maka kita harus mengetahui bagaimana cara-cara pengumpulan data dalam penelitian itu, sehingga data yang kita peroleh dapat menjadi pendukung terhadap kebenaran suatu konsep tertentu. Dan dalam kegiatan penelitian, keberadaan instrumen penelitian merupakan bagian yang sangat integral dan termasuk dalam komponen metodologi penelitian karena instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan, memeriksa, menyelidiki suatu masalah yang sedang diteliti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala (*scale*).

Menurut Sugiyono (2022) skala merupakan instrument pengumpulan data yang bentuknya hampir sama dengan daftar cocok atau angket model

tertutup, namun alternative jawabannya merupakan perjenjangan. Skala yang digunakan dalam metode penelitian ini adalah skala *Likert* yang menggunakan empat alternative perjenjangan dari kondisi yang sangat *favourable* (sangat mendukung) hingga yang *unfavourable* (sangat tidak mendukung) dengan menggunakan model sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju.

Tabel 2. Skor Alternatif Responden

| <i>Favourable</i>   |      | <i>Unfavourable</i> |      |
|---------------------|------|---------------------|------|
| Pilihan Jawaban     | Skor | Pilihan Jawaban     | Skor |
| Sangat Setuju       | 4    | Sangat Setuju       | 1    |
| Setuju              | 3    | Setuju              | 2    |
| Tidak Setuju        | 2    | Tidak Setuju        | 3    |
| Sangat Tidak Setuju | 1    | Sangat Tidak Setuju | 4    |

Adapun kisi-kisi atau blueprint dari skala Self Acceptance (Penerimaan diri )

yang digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 3. Aspek-aspek penerimaan diri (*self acceptance*) Menurut Jersild (Alif Hidayatul Lail et al., 2022)

| No | Aspek                                              | Indikator                                                                 | Nomor Aitem           |                          | Jlh |
|----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------|-----|
|    |                                                    |                                                                           | ( <i>Favourable</i> ) | ( <i>un Favourable</i> ) |     |
| 1. | Persepsi mengenai diri dan penampilan              | Percaya diri dan menghargai diri sendiri                                  | 1                     | 3                        | 2   |
| 2  | Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri | mengatasi atau memposisikan tindakan terhadap kelemahan dan kekuatan diri | 5, 37                 | 7                        | 3   |

|   |                                                                     |                                                                 |            |        |   |
|---|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------|--------|---|
|   | dan orang lain.                                                     |                                                                 |            |        |   |
| 3 | Perasaan inferioritas sebagai gejala penerimaan diri.               | Memiliki perasaan yang rendah pada diri sendiri                 | 9, 10      | 11     | 3 |
|   |                                                                     | Menyadari kekurangan dalam diri                                 | 13, 14, 15 |        | 3 |
| 4 | Respon atas penolakan dan kritikan.                                 | Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain               | 17, 18     | 19, 20 | 4 |
|   |                                                                     | Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar                      | 21         | 22,23  | 3 |
| 5 | Keseimbangan antara “ <i>real self</i> ” dan “ <i>ideal self</i> ”. | memiliki ambisi yang besar                                      | 25, 27     | 26     | 3 |
|   |                                                                     | Mampu menyelesaikan konflik dalam diri                          | 29         | 30     | 2 |
| 6 | Penerimaan diri dan penerimaan orang lain.                          | Mampu memutuskan sesuatu untuk diri sendiri                     | 31,        | 32,40  | 3 |
|   |                                                                     | Menerima dengan positif kondisi lingkungan                      | 34         | 33, 35 | 3 |
| 7 | Penerimaan diri, menuruti kehendak, dan menonjolkan diri.           | Memiliki semangat dan aktif berpartisipasi dalam suatu kegiatan | 2          | 4, 39  | 3 |
| 8 | Penerimaan diri, spontanitas, dan menikmati hidup.                  | Dapat mengontrol diri sendiri                                   | 6          | 8, 38  | 3 |

|       |                                 |                                                          |    |        |    |
|-------|---------------------------------|----------------------------------------------------------|----|--------|----|
| 9     | Aspek moral penerimaan diri.    | Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosi | 16 | 12, 36 | 3  |
| 10    | Sikap terhadap penerimaan diri. | Mampu bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan    | 24 | 28     | 2  |
| Total |                                 |                                                          | 20 | 20     | 40 |

### 3.8 Metode Pengumpulan Data

Instrumen penelitian yang digunakan adalah soal berbentuk tes objektif.

Agar diperoleh hasil test yang benar-benar valid, *reliable*, serta memperhatikan taraf kesukaran soal dan daya beda soal, maka terlebih dahulu akan diuji coba tes sebelum diberikan kepada sampel penelitian.

#### 3.8.1 Validitas

Metode yang sering digunakan untuk mencari validitas instrument adalah korelasi produk momen (*product moment correlation*) antara skor setiap butir pertanyaan dengan skor total sehingga sering disebut sebagai inter item-item *correlation*. Formula yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r_i = \frac{\sum_{j=1}^n (X_{ij} - X_i)(t_j - t)}{\sqrt{\sum_{j=1}^n (X_{ij} - X_i)^2 \sum_{j=1}^n (t_j - t)^2}}$$

Setelah dapat diinventarisasi skor-skor yang dimiliki oleh item skor total untuk keseluruhan item masing-masing subjek, maka akan dilakukan perhitungan korelasi *product moment*.

Sugiyono (2022) menyatakan bila koefisien sama dengan 0,3 atau lebih (paling kecil 0,3). Maka butir instrument dinyatakan valid. Dari uji coba tersebut ternyata koefisien korelasi semua butir dengan skor total diatas 0,3 sehingga semua butir item dinyatakan valid.

### 3.8.2 Reliabilitas

Sugiyono (2022) berpendapat bahwa pengukuran reliabilitas dilakukan dengan cara *Internal consistency* dengan teknik belah dua (*split half*) yang dianalisis dengan rumus Spearman Brown. koefisien korelasi dimasukkan ke dalam rumus Spearman Brown sebagai berikut :

$$r_i = \frac{2r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan:

$r_i$  = Reliabilitas internal seluruh instrumen

$r_b$  = Korelasi *Product Moment Pearson* antara belahan pertama dan kedua

### 3.9 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ada beberapa tahapan saat Proses pengumpulan data dan tahapan kegiatan yang ditempuh dalam upaya pengumpulan data.

#### 3.9.1 Tahap Persiapan

Pada tahap ini peneliti mulai dengan melakukan observasi data ke sekolah per kecamatan untuk memperoleh berbagai informasi mengenai keadaan lapangan yang berhubungan dengan penelitian, terutama keadaan *self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka di kecamatan Medan Baru Kota Medan. Setelah data dan keterangan yang diperlukan telah terkumpul, selanjutnya



mengurus berbagai perizinan kepada pihak yang terkait yaitu pengawas TK kecamatan Medan baru, Pengurus IGTK kec. Medan Baru, dll.

Tahap ini adalah tahap dimana sebuah penelitian dipersiapkan. Hal-hal yang dipersiapkan itu antara lain:

- a. Memilih masalah.
- b. Melakukan studi pendahuluan dan studi pustaka.
- c. Merumuskan masalah.
- d. Merumuskan Hipotesis.
- e. Penyusunan proposal, pengujian proposal, dan revisi proposal.
- f. Melakukan pengambilan sampel penelitian sebanyak 30 orang.
- g. Melakukan observasi ke kecamatan yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian.
- h. Menentukan materi pelajaran.
- i. Menyusun modul Pelatihan
- j. Membuat media pembelajaran.
- k. Membuat Kuesioner terbuka untuk pengambilan sampel dengan Teknik *sampling kuata*.
- l. Membuat instrumen penelitian dan mengkonsultasikannya dengan dosen pembimbing Tesis.
- m. Melakukan *judgement (pertimbangan)* instrumen penelitian.
- n. Penyebaran angket tertutup *self acceptance* untuk pre-test dan posttest
- o. Pengumpulan data dan di peroleh hasil test yang benar valid dan *realible*
- p. Mengurus surat izin penelitian.

### 3.9.2 Tahap Penyebaran dan Pengumpulan Instrumen

Tahap ini merupakan tahap pelaksanaan penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data penelitian. Kegiatan yang dilakukan peneliti sesuai dengan jenis data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah guna memperoleh data yang akurat tentang Efektivitas Pelatihan *self acceptance* pada guru dengan cara menyebarkan angket (kuesioner) kepada sampel penelitian, yaitu kelompok *eksperimen* dan kelompok kontrol. Sehingga data yang terkumpul tersebut layak untuk dilakukan pengolahan selanjutnya.

Sebelum melakukan eksperimen, peneliti melakukan pra-penelitian untuk mengambil data sesuai dengan ciri-ciri dari *self acceptance*. Peneliti menyebarkan angket terbuka (kuesioner terbuka) untuk pengambilan sampel sebanyak 30 orang.

Setelah hasil diperoleh dan menambatkan responden yang akan diteliti maka peneliti membuat pelatihan sebanyak 3x pertemuan yang sudah dibuat Modul Efektifitas *Self acceptance* pada guru dalam menghadapi Kurikulum Merdeka. Didalam modul tersebut sudah ada materi dan lembar kerja responden.

Selanjutnya Tahap penelitian sedang dilakukan atau dilaksanakan, pada Tahap ini terdiri dari :

- a. Responden akan melakukan *pre-test* sebanyak 30 orang.
- b. Menentukan sampel penelitian untuk kelas control dan kelas eksperimen.
- c. Melaksanakan pelatihan kepada guru pada kelas eksperimen dengan materi modul Efektifitas *self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka selama 3x pertemuan sedangkan kelas kontrol tidak mengikuti pelatihan.

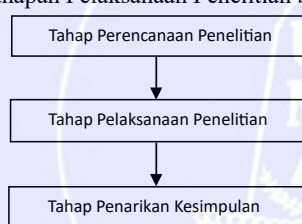
- d. Melaksanakan *posttest* di kelas eksperimen dan kelas kontrol setelah proses pelatihan kepada guru berlangsung.

### 3.9.3 Tahap Penarikan Kesimpulan

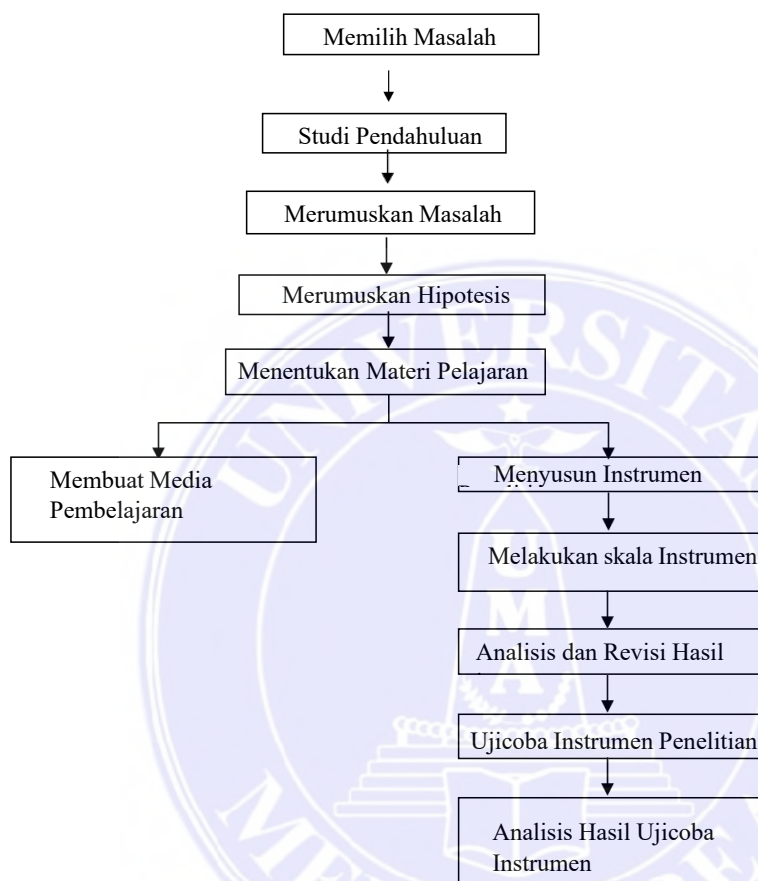
Tahap ini dilakukan setelah penelitian untuk pengumpulan data dan informasi telah dilakukan. Pada tahapan ini terdiri dari pengolahan dan analisis data atau informasi, membahas hasil pengolahan dan analisis data, dan yang terakhir adalah penarikan kesimpulan

Prosedur penelitian yang dijelaskan di atas dapat dilihat dalam bentuk bagan di bawah ini:

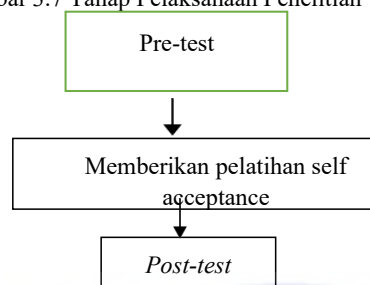
Gambar 3.5 Tahapan Pelaksanaan Penelitian Secara Umum



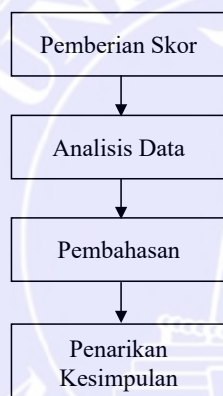
Gambar 3.6 Tahapan Perencanaan Penelitian



Gambar 3.7 Tahap Pelaksanaan Penelitian



Gambar 3.8. Tahap Penarikan Kesimpulan



### 3.10 Teknik Analisis Data

Penelitian ini akan dimulai dengan membentuk dua kelompok guru secara acak di Kecamatan Medan Baru, khususnya jenjang Pendidikan Taman Kanak-Kanak, yang mengalami kebingungan dan kesulitan dalam mengimplementasikan Kurikulum Merdeka. Satu kelompok akan menjadi kelompok eksperimen, yang akan menerima pelatihan *Self Acceptance* terkait. Sementara itu, kelompok lainnya akan menjadi kelompok kontrol, yang tidak menerima perlakuan khusus.

Setelah pembentukan kelompok, kedua kelompok akan diberikan *pretest* menggunakan skala *Self Acceptance* untuk menilai tingkat *Self Acceptance* mereka sebelum perlakuan diberikan. Setelah itu, kelompok eksperimen akan menerima pelatihan dan kelompok kontrol akan tetap melanjutkan kegiatan seperti biasa. Kemudian, kedua kelompok akan diberikan *posttest* untuk melihat perbedaan hasil antara kelompok yang mendapat perlakuan dan yang tidak.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Wilcoxon Match Pairs Test* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 29.0. teknik statistik *Wilcoxon Match Pair* adalah uji nonparametris untuk menganalisa signifikansi perbedaan antar dua data berpasangan berskala ordinal namun tidak berdistribusi secara normal Sugiyono, dalam (Handayani, 2020). Teknik ini merupakan penyempurnaan dari uji tanda (*Sign Test*).

*Wilcoxon Match Pairs Test* digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal. Dalam penelitian ini, hasil *pretest* akan dibandingkan dengan hasil *posttest* untuk mengukur pengaruh perlakuan dan menarik kesimpulan. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Match pairs* pada taraf signifikan 5%.

Hipotesis dalam penelitian ini diuji pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$  atau tingkat kesalahan sebesar 5%. Kriteria uji hipotesis pada penelitian ini adalah:

$H_0$  ditolak = nilai asymp. Sig < Signifikansi  $\alpha = 0.05$

$H_0$  diterima = nilai asymp. Sig > Signifikansi  $\alpha = 0.05$



$$\text{Rumus : } z = \frac{T - \mu_T}{\sigma_T}$$

Dimana :

T = jumlah jenjang / rangking yang kecil

$$\mu_T = \frac{n(n+1)}{4}$$

$$\sigma_T = \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Dengan demikian

$$z = \frac{T - \mu_T}{\sigma_T} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan :

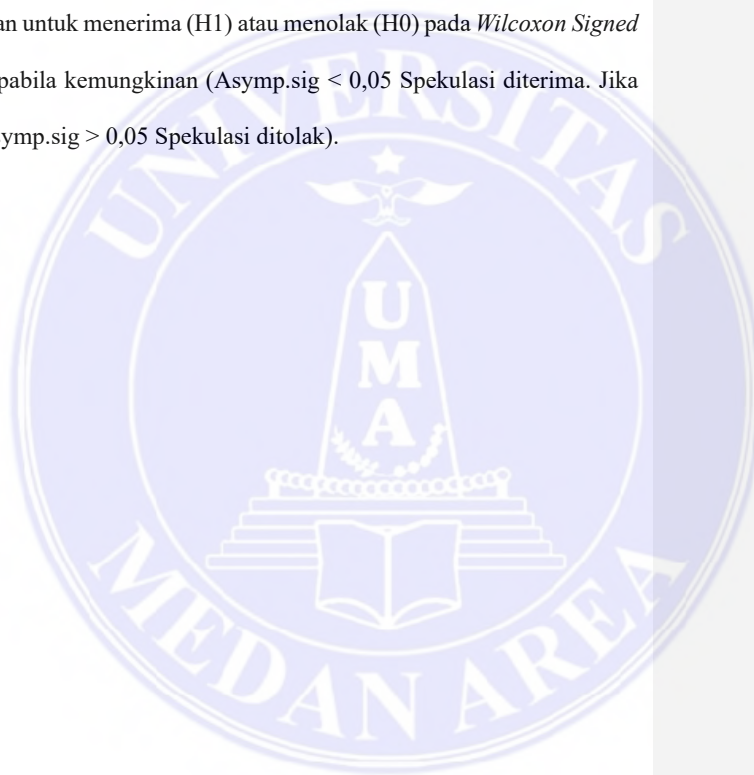
T = jumlah jenjang / rangking yang kecil

n = jumlah Responden

untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok Eksperimen dan Kontrol dalam hal *Self Acceptance*. Hasil analisis data akan digunakan untuk membuat kesimpulan penelitian.

### Uji Hipotesis

Menurut Sugiyono dalam (Fazri & Nuria, 2024) *Wilcoxon Marked Tes* Peringkat atau yang dikenal dengan *Wilcoxon Match Pair* merupakan tes non-parametrik untuk mengeksplorasi makna kontras antara dua pasangan. informasi yang cocok pada skala ordinal tetapi biasanya tidak disebarluaskan. Alasan untuk menetapkan pilihan untuk menerima ( $H_1$ ) atau menolak ( $H_0$ ) pada *Wilcoxon Signed Rank Test* ialah apabila kemungkinan ( $\text{Asymp.sig} < 0,05$  Spekulasi diterima. Jika kemungkinan ( $\text{Asymp.sig} > 0,05$  Spekulasi ditolak).



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Bab terakhir dalam tesis ini menjelaskan kesimpulan dan saran yang diperoleh dalam penelitian ini. Peneliti membuat kesimpulan berdasarkan paparan hasil dan analisis data yang diperoleh setelah proses pengambilan data. Selanjutnya, diberikan juga saran sebagai masukan untuk penelitian lanjutan yang masih terkait dengan penelitian ini.

#### 5.1 Kesimpulan

Terdapat adanya pengaruh Efektivitas Pelatihan *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka di Kecamatan Medan Baru yang menunjukkan hasil uji Wilcoxon, diketahui *Asymp.Sig. (2-tailed)* bernilai 0,001. Dimana nilai 0,001 lebih kecil dari  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa hal yang peneliti sarankan antara lain:

##### 1. Kepala Sekolah Di kecamatan Medan Baru

Melihat adanya pengaruh *Self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka, maka diharapkan kepada kepala sekolah dalam memberikan pelatihan-pelatihan kompetensi guru dalam hal psikologi guru untuk meningkatkan interpersonal dan antarpersonal guru.

Jika seorang kepala sekolah mengembangkan kualitas pada diri guru kemungkinan besar akan mempengaruhi kinerja guru. sehingga dapat melakukan evaluasi demi pengembangan kualitas potensi diri melalui program inovatif dan kreatif yang mampu memberikan pengembangan terhadap seluruh ekosistem sekolah

## 2. Guru TK di kecamatan Medan Baru

Berdasarkan hasil penelitian adanya pengaruh *Self acceptance* pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka yang memiliki positif signifikan, maka disarankan kepada guru-guru TK di kecamatan Medan Baru melakukan evaluasi diri dalam menerima kondisi dan keadaan lingkungan yang mengalami perubahan-perubahan kurikulum harus siap menghadapinya.

## 3. Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti yang tertarik tentang *Self acceptance*, disarankan untuk menambahkan variabel yang ada pada dimensi tentang *psychological well-being*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, W., & Naqiyah, N. (2020). Studi Kasus Penerimaan Diri Rendah Siswa Kelas Viii Smpn 1 Sukodono Wahyu Agustina. *Bk Unesa*, 11, 4.
- Albab, M. U., & Rina, A. P. (2023). Pattern Of Adolescents Happines In Islamic Boarding Schools: Examine The Role Of Self Acceptance And Prosocial Behavior. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(03), 336–347. <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n03.p336-347>
- Alif Hidayatul Lail, Tasmin, & Yuli Darwati. (2022). Penerimaan Diri Remaja Dengan Orang Tua Tunggal. *Happiness, Journal Of Psychology And Islamic Science*, 1(2), 75–87. <https://doi.org/10.30762/Happiness.V1i2.330>
- Alimuddin. (2024). Kendala Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah Dasar. *Griya Cendikia*, 9(1), 114–121. <https://doi.org/10.47637/Griyacendikia.V9i1.1094>
- Arifiana, I. Y. (2016). Penerimaan Diri Pada Individu Indigo. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(03), 194–203. <https://doi.org/10.30996/Persona.V5i03.849>
- Ayu., Rahmawati., Selawati., Rahayu, T. S., & Farida, N. A. (2023). Implementasi Kurikulum Merdeka Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Kelas Vii Smp It Insan Harapan Karawang Tahun Ajaran 2022–2023. *Hawari: Jurnal Pendidikan Agama Dan Keagamaan Islam*, 4(1), 63–71.
- Bingöl, T. Y., & Batık, M. V. (2018). Unconditional Self-Acceptance And Perfectionistic Cognitions As Predictors Of Psychological Well-Being. *Journal Of Education And Training Studies*, 7(1), 67. <https://doi.org/10.11114/jets.v7i1.3712>
- Buchari Agustini. (2018). Peran Guru Dalam Pengelolaan Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Iqra*, 12, 1693–5705.
- Cahyono T. (2022). Implementasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Profil Pelajar Pancasila Tri Cahyono. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 125–134. <http://syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- Cholilah, M., Tatuwo, A. G. P., Komariah, & Rosdiana, S. P. (2023). Pengembangan Kurikulum Merdeka Dalam Satuan Pendidikan Serta Implementasi Kurikulum Merdeka Pada Pembelajaran Abad 21. *Sanskara Pendidikan Dan Pengajaran*, 1(02), 56–67. <https://doi.org/10.58812/Spp.V1i02.110>
- Darmadi, H. (2015). Tugas, Peran, Kompetensi, Dan Tanggung Jawab Menjadi Guru Profesional. *Jurnal Edukasi*, 13(2), 161–174.
- Dewi, S., Purnama Pertiwi, R., Ulin Ni, A., Rahmawati, D., Nurul Huda, U., & Timur, O. (2023). Analisis Kesulitan Guru Dalam Mengimplementasikan Pembelajaran Tematik Pada Kurikulum Merdeka Di Sekolah Dasar. *Jurnal*

- Stitaf*, 04(01), 41–50.
- Djollong, A. F. (2017). Kedudukan Guru Sebagai Pendidik (Teacher's Position As Education). *Istiqra` : Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 1v(2), 122–137. [Http://Jurnal.Umpar.Ac.Id/Index.Php/Istiqra/Article/View/274](http://Jurnal.Umpar.Ac.Id/Index.Php/Istiqra/Article/View/274)
- Dzihni, A., & Widyastuti, Y. (2019). *Dinamika Penerimaan Diri Pada Wanita Dewasa Awal Fatherless*. 1–17.
- Fauzi, A. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah Penggerak (Studi Kasus Pada Sman 1 Pengaron Kabupaten Banjar). *Jurnal Pahlawan*, 18(2), 18–22. <https://Ojs.Uvayabjm.Ac.Id/Index.Php/Pahlawan/>
- Fazri, A. S., & Nuria, D. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Inquiry Terhadap Hasil Belajar Ipa Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 6867–6874.
- Febia Ghina Tsuraya, Nurul Azzahra, Salsabila Azahra, & Sekar Puan Maharani. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Dalam Sekolah Penggerak. *Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya*, 1(1), 179–188. <https://Doi.Org/10.55606/Jpbb.V1i1.860>
- Gamayanti, W. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139–152. <https://Doi.Org/10.15575/Psy.V3i1.1100>
- Halawa, N., & Lase, F. (2022). Mengentaskan Hoax Dengan Membaca Pemahaman Di Era Digital. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 235–243. <https://Doi.Org/10.56248/Educativo.V1i1.32>
- Handayani. (2020). Bab Iii Metode Penelitian. *Suparyanto Dan Rosad (2015*, 5(3), 248–253.
- Haniyyah, Z. (2021). Peran Guru Pai Dalam Pembentukan Karakter Islami Siswa Di Smpn 03 Jombang. *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 1(1), 75–86. <https://Stituwjombang.Ac.Id/Jurnalstit/Index.Php/Irsyaduna/Article/View/259>
- Herdiyanto, I. A. S. D. Dan Y. K. (2020). Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home Di Bali Ida Ayu Shintya Dewi Dan Yohanes Kartika Herdiyanto. *Psikologi Udayana*, 5, 211–220.
- Heriyadi, A. (2013). ( *Self Acceptance* ) Siswa Kelas Viii Melalui Konseling Realita Di Smp Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang.
- Ibrahim, A. R., & Toyyibah, S. (2019). Gambaran Self-Acceptance Siswi Korban Cyberbullying. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 2(2), 37. <https://Doi.Org/10.22460/Fokus.V2i2.3020>
- Jamal, N. A., & Kusmawan, A. (2023). Manajemen Kurikulum Paud Masa Pandemi Covid-19. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Islam ...*, 1, 1–13. <https://Journal.Almaarif.Ac.Id/Index.Php/Bunayya/Article/View/169%0ahttps://Journal.Almaarif.Ac.Id/Index.Php/Bunayya/Article/Download/169/138>



- James W, Elston D, T. J. Et Al. (2024). Tantangan Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah Dasar: Systematic Literature Review. *Andrew's Disease Of The Skin Clinical Dermatology.*, 12(3).
- Journal, L. (2020). 498153-None-7de5ff63. 8(2).
- Kemendikbud. (2024). Kurikulum Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah. *Permendikbud Ristek Nomor 12 Tahun 2024*, 1–26.
- Khoirurrijal, Fadriati, D. (2022). Pengembangan Kurikulum Merdeka. In *Revista Brasileira De Linguística Aplicada* (Vol. 5, Issue 1). <https://Revistas.Ufrj.Br/Index.Php/Rce/Article/Download/1659/1508%0ahttp://Hipatiapress.Com/Hpjournals/Index.Php/Qre/Article/View/1348%5cnhttp://Www.Tandfonline.Com/Doi/Abs/10.1080/09500799708666915%5cnhttps://Mckinseyonsociety.Com/Downloads/Reports/Educa>
- M.Iqbal, Anwar, S., Maliki, M., & Sari, R. (2022). Kurikulum Dan Pendidikan (Merdeka Belajar Menurut Perspektif Humanism Arthur W Combs). *Jurnal Pendidikan*, 10(2), 2337–7593.
- Manalu, J. B., Sitohang, P., Heriwati, N., & Turnip, H. (2022). Prosiding Pendidikan Dasar Pengembangan Perangkat Pembelajaran Kurikulum Merdeka Belajar. *Mahesa Centre Research*, 1(1), 80–86. <https://doi.org/10.34007/Ppd.V1i1.174>
- Marsela Yulianti, Divana Leli Anggraini, Siti Nurfaizah, & Anjani Putri Belawati Pandiangan. (2022). Peran Guru Dalam Mengembangkan Kurikulum Merdeka. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 1(3), 290–298. <https://doi.org/10.58540/Jipsi.V1i3.53>
- Munawir, M., Salsabila, Z. P., & Nisa', N. R. (2022). Tugas, Fungsi Dan Peran Guru Profesional. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(1), 8–12. <https://doi.org/10.29303/Jipp.V7i1.327>
- Munthe, M., & Lase, F. (2022). Faktor-Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Kegiatan Belajar Mahasiswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 216–225. <https://doi.org/10.56248/Educativo.V1i1.30>
- Nisrina, F. N. (2018). *Pengaruh Body Image Dan Konformitas Terhadap Self-Acceptance Pada Wanita Dewasa Awal*. 1–40.
- Novitriani, A., & Hidayati, F. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Self-Acceptance Warga Binaan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.15575/Psy.V5i1.2322>
- Pratama, A. I., & Musthofa, M. (2019). Konsep Kepribadian Guru Menurut Ibnu Sahnun. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 94. <https://doi.org/10.32832/Tawazun.V12i1.1891>
- Pratisya, E. C. (2017). Penerimaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat. *Penerimaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama...*

(*Eunike*), 35, 35–47.

- Priadana, Siddik Dan Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif* (1st Ed.). Pascal Book.
- Rahayu, R., Rosita, R., Rahayuningsih, Y. S., Hernawan, A. H., & Prihantini, P. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar Di Sekolah Penggerak. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6313–6319. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3237>
- Ratna Br Karo Sekali. (2020). Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri (Selfacceptance) Siswa Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realita Kelas Xi Sma Negeri 15 Bandar Lampung. *Jurnal Evaluasi Dan Pembelajaran*, 2(2), 135–147. <https://doi.org/10.52647/jep.v2i2.21>
- Septiyani, I., & Sukartono. (2023). Teachers' challenges In Implementing An Independent Learning Curriculum In Science And Social Studies For Primary Iv Students. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 9(3), 463–474. <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/cp/article/view/5118>
- Shobihah, I. F. (2022). Psikologi Positif. In Free Dirga Dwatra (Ed.), *Buku* (1st Ed.). Psikologi Positif
- Sopian, A. (2016). Usopian, A. (2016). Tugas, Peran, Dan Fungsi Guru Dalam Pendidikant. Raudhah Proud To Be Professionals : Jurnal Tarbiyah Islamiyah, 1(1), 88–97. <https://doi.org/10.48094/raudhah.v1i1.10gas>, Peran, Dan Fungsi Guru Dalam Pendidikant. Raudhah Proud To Be Professionals : Jurnal Tarbiyah Islamiyah, 1(1), 88–97.
- Studi, P., Bimbingan, S., Pendidikan, F. I., & Surabaya, U. N. (2019). *Penerimaan Diri Terhadap Siswa-Siswi Smp Plus Al-Qodiri Jember Mahardika Ainun Firdausi Abstrak*. 2018.
- Suardipa, I. P. (2018). Guru Sebagai Agen Inovator Berbasis Higherorder Thinking Skills. *Purwadita*, 2(2), 73–83.
- Suwaji, I., & Setiawan, Y. (2015). Hubungan Antara Penerimaan Orang Tua Dan Konsep Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Anak Slowlearner. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 283–288. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i03.417>
- Tsaqifa, F., & Fitriani, A. (2023). Relationship Between Intensity Of Listening To The Song Diri By Tulus And Self-Acceptance In The Solo Tulus Friends Community. *Jurnal Seni Musik*, 12(2), 217–223. <https://doi.org/10.15294/jsm.v12i2.71591>
- Ulan, A., Idris, I., & Alwi, N. M. (2021). *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Permainan Untuk Membantu Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa*. 12(Nomor 1), 120–133.
- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.738>

- Waney, N. C., Kristinawati, W., & Setiawan, A. (2020). Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Di Era Digital. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 73. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>
- Wulandari, D.T., & Sayekti, I. C. (2022). Potret Kurikulum Merdeka, Wujud Merdeka Belajar Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 5877–5889.
- Ziliwu, M., Lase, F., Munthe, M., & Laoli, J. K. (2023). Kemampuan Menerima Diri (Self Acceptance) Terhadap Tindakan Bullying Antar Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 203–210. <https://doi.org/10.56248/Educativo.V2i1.131>



### 3.10.1 Lampiran 1. Laporan Hasil Observasi

#### 3.11 LAPORAN

#### DATA HASIL OBSERVASI AWAL SEBELUM PENELITIAN

##### PENYUSUNAN LAPORAN PENELITIAN TESIS

Sebuah penelitian yang dilakukan tentu memiliki dasar pertimbangan dan latar belakang bagaimana tingkat pentingnya suatu masalah itu diteliti. Untuk lebih menguatkan latar belakang alasan penelitian yang dilakukan dilakukanlah kegiatan observasi awal pada tempat penelitian sebelum melakukan penelitian sebenarnya.

Adapun data masalah itu adalah:

Topik : *Self Acceptance* Pada Guru dalam Menghadapi  
Kurikulum Merdeka

Subjek : Guru TK Kecamatan Medan Baru

Tempat : TK Swasta Al-Muttaqien

Judul : Efektivitas *Self Acceptance* Pada Guru dalam  
Menghadapi Kurikulum Merdeka Di Kecamatan  
Medan Baru

Hasil Observasi : Diperoleh dari perlakuan observasi langsung  
secara utuh menyeluruh khusus pada guru TK kecamatan Medan Baru di

lokasi penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada sebagian besar guru kebingungan, kecemasan, kesulitan dalam perubahan-perubahan kurikulum. Ini terjadi ditandai dengan dimulainya rutinitas di sekolah yang dilakukan guru yang secara terus-terus mengeluh dengan perubahan kurikulum ini. Orang yang memiliki penerimaan diri (*self acceptance*) positif akan merasa yakin atas kehidupan yang dimiliki serta mempunyai pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan tidak terwujud tetap berfikir positif dan dapat menerimanya dalam lapang dada. *self acceptance* akan menentukan bagaimana seseorang akan menilai dan menghargai dirinya. Penilaian terhadap dirinya sendiri dapat terjadi apabila seseorang melakukan interaksi dengan lingkungan, cara orang lain memperlakukan individu dan apa yang dikatakan orang lain tentang individu. Hal itu menjadi acuan seseorang dalam menilai dirinya sendiri. *self acceptance* merupakan modal dasar yang paling utama dalam diri seseorang untuk bisa mengaktualisasikan diri. *self acceptance* merupakan salah satu hasil karya dari aktualisasi diri yang positif, dengan memiliki *self acceptance* pada guru mampu mengembangkan potensi pada dirinya untuk terus berusaha meningkatkan kualitas pada dirinya demi generasi siswa.

Penulis,

Sahrani Anggraini

Npm : 231804029



### SKALA SELF ACCEPTANCE (PENERIMAAN DIRI)

Nama Guru : .....

Jenis Kelamin : .....

Usia : .....

#### Petunjuk Pengisian

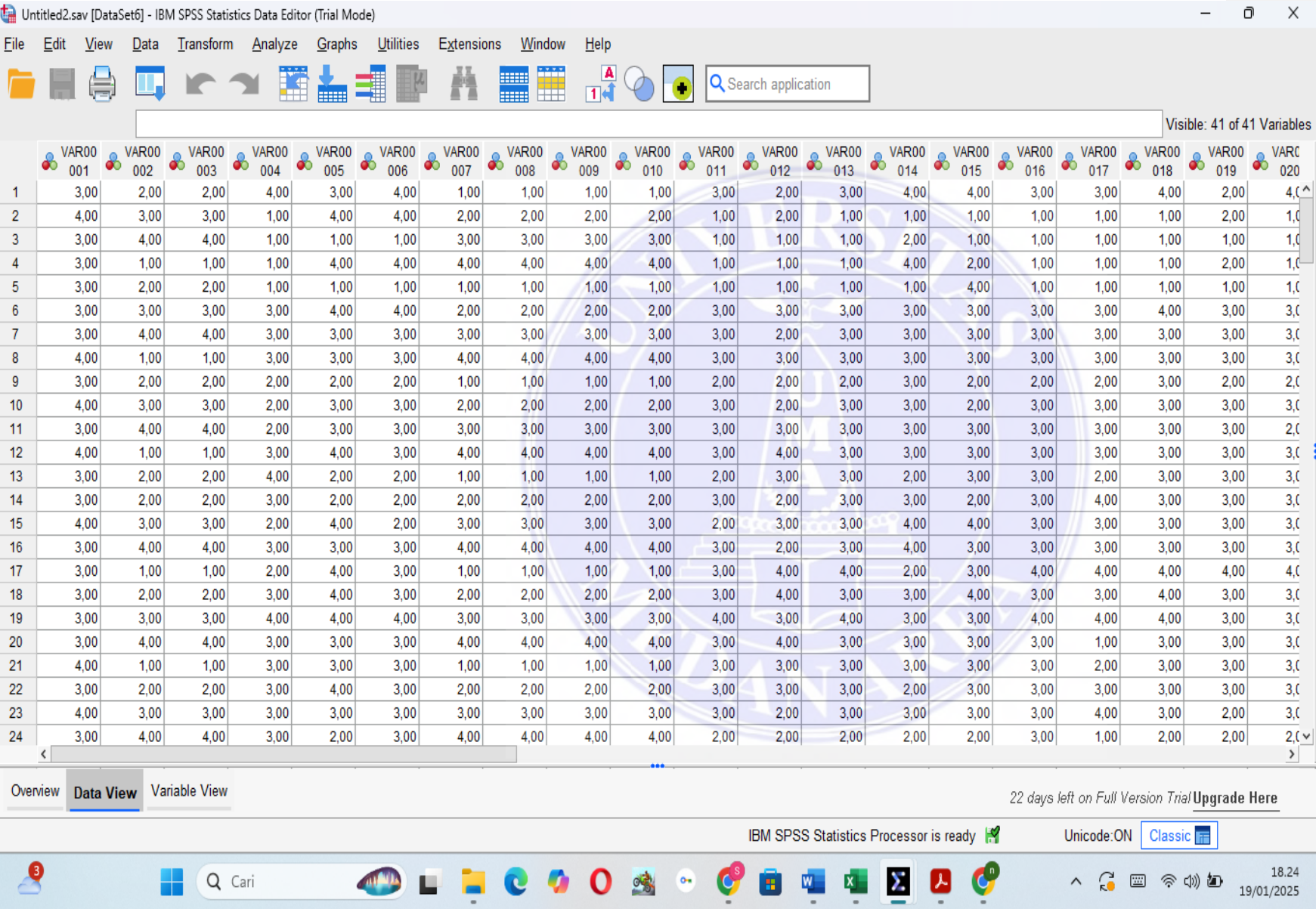
- ❖ Isilah skala ini dengan keadaan yang sebenarnya, sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya.
- ❖ Berilah tanda (√) pada setiap jawaban yang Anda pilih.
- ❖ Anda bisa menjawab dengan kategori pilihan jawaban:
  - o SS : Sangat Setuju
  - o S : Setuju
  - o TS : Tidak Setuju
  - o STS : Sangat Tidak Setuju

| No. | Pernyataan                                                                                                           | SS | S | TS | STS |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|----|-----|
| 1.  | Saya bisa belajar sendiri dalam memahami kurikulum merdeka                                                           |    |   |    |     |
| 2.  | Saya penasaran dengan kurikulum merdeka                                                                              |    |   |    |     |
| 3.  | Saya stres dalam menghadapi kurikulum merdeka                                                                        |    |   |    |     |
| 4.  | Dalam suatu kegiatan saya tidak ikut dalam partisipasi kegiatan PKG mengenai kurikulum merdeka                       |    |   |    |     |
| 5.  | Jika saya tidak paham dengan kurikulum merdeka, Saya akan berusaha untuk mencari informasi terkait kurikulum merdeka |    |   |    |     |
| 6.  | Saya mencoba menenangkan diri jika kepala sekolah menyuruh saya membuat modul ajar kurikulum merdeka                 |    |   |    |     |
| 7.  | Jika saya mengalami kesulitan belajar mengenai kurikulum merdeka maka saya akan tinggal tidur                        |    |   |    |     |
| 8.  | Saya akan menyuruh guru lain untuk membuat modul ajar yang di perintahkan oleh kepala sekolah                        |    |   |    |     |
| 9.  | Saya merasa di rendahkan oleh guru lain dikarenakan saya tidak bisa membuat kurikulum merdeka                        |    |   |    |     |
| 10. | Kemampuan yang saya miliki dengan teman saya yang lain itu sama                                                      |    |   |    |     |



| No. | Pernyataan                                                                                            | SS | S | TS | STS |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|----|-----|
| 11. | Saya terkadang masih mengerjakan tugas pagi hari sebelum tugas mengenai kurikulum merdeka dikumpulkan |    |   |    |     |
| 12. | Saya kesal sama guru yang tidak mengerti dengan kurikulum merdeka                                     |    |   |    |     |
| 13. | Ketika saya mendapatkan kritikan dari guru lain, saya mencoba menerimanya                             |    |   |    |     |
| 14. | saya senang jika ada yang memberikan pujian kepada saya                                               |    |   |    |     |
| 15. | Saya menyadari kekurangan saya dalam hal membuat modul ajar                                           |    |   |    |     |
| 16. | Saya mampu beradaptasi dengan perubahan kurikulum 2013 menjadi kurikulum merdeka                      |    |   |    |     |
| 17. | Saya menerima jika ada guru memberikan saran tentang asesmen diagnostic kurikulum merdeka             |    |   |    |     |
| 18. | Saya akan membantu guru dalam membuat tugas                                                           |    |   |    |     |
| 19. | Saya keberatan jika ada yang mengkritik tugas yang sudah saya kerjakan                                |    |   |    |     |
| 20. | Saya tidak terima menerima jika pendapat saya ditolak oleh kepala sekolah                             |    |   |    |     |
| 21. | Saya lebih suka dengan kurikulum 2013                                                                 |    |   |    |     |
| 22. | Saya menganggap kritikan orang lain sebagai bentuk perhatian                                          |    |   |    |     |
| 23. | Saya sakit hati pada orang yang mengejek hasil proyek yang saya buat                                  |    |   |    |     |
| 24. | Saya akan menyelesaikan tugas proyek saya yang ada di kurikulum merdeka                               |    |   |    |     |
| 25. | Jika saya ingin sesuatu, saya akan mengusahakannya sendiri                                            |    |   |    |     |
| 26. | Saya tidak bisa melakukan apapun tanpa bantuan dari orang lain                                        |    |   |    |     |
| 27. | Saya akan membuat sebuah proyek sesuai dengan kebutuhan siswa.                                        |    |   |    |     |
| 28. | Bila ada tugas sekolah saya akan meminta bantuan guru yang lain untuk menyelesaikannya                |    |   |    |     |
| 29. | Jika saya membuat kesalahan, saya dapat menyelesaikan masalah tersebut dengan baik                    |    |   |    |     |
| 30. | Saya akan bergantung pada guru yang lain dalam mengambil keputusan                                    |    |   |    |     |

| No. | Pernyataan                                                                                         | SS | S | TS | STS |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|----|-----|
| 31. | Mengerjakan tugas tepat waktu adalah kebiasaan saya                                                |    |   |    |     |
| 32. | Saya masih bisa bersikap ramah terhadap orang yang terlihat kurang menyukai saya                   |    |   |    |     |
| 33. | Saya stress jika ada pelatihan kurikulum merdeka                                                   |    |   |    |     |
| 34. | Apapun tugas yang diberikan oleh kepala sekolah saya memandangnya dengan positif                   |    |   |    |     |
| 35. | Saya pusing jika terlalu banyak tugas yang diberikan oleh kepala sekolah                           |    |   |    |     |
| 36. | Saya tidak suka jika ada guru yang memiliki kemampuan diatas saya                                  |    |   |    |     |
| 37. | Saya memiliki kemampuan menjadi narasumber kurikulum merdeka                                       |    |   |    |     |
| 38. | Saat perubahan kurikulum, saya merasa kesulitan untuk mengajar didalam kelas                       |    |   |    |     |
| 39. | Pembelajaran Kurikulum merdeka membuat saya bingung dalam membuat asesmen (penilaian) kepada siswa |    |   |    |     |
| 40. | Dalam mengajar saya masih menerapkan kurikulum 2013                                                |    |   |    |     |



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

- 1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
- 2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
- 3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Visible: 41 of 41 Variables

|     | VAR00001 | VAR00002 | VAR00003 | VAR00004 | VAR00005 | VAR00006 | VAR00007 | VAR00008 | VAR00009 | VAR00010 | VAR00011 | VAR00012 | VAR00013 | VAR00014 | VAR00015 | VAR00016 | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 |
|-----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 126 | 2,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     |
| 127 | 1,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     |
| 128 | 1,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 2,00     | 2,00     |
| 129 | 1,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 130 | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 131 | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 132 | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 133 | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 134 | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     |          | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 135 | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 136 | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 137 | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     |
| 138 | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     |
| 139 | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 4,00     | 3,00     |
| 140 | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     |
| 141 | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     |
| 142 | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 2,00     | 2,00     | 2,00     | 4,00     | 1,00     | 1,00     | 3,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 1,00     | 1,00     |
| 143 | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 2,00     | 2,00     | 1,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 2,00     | 4,00     | 4,00     |
| 144 | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 4,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 3,00     | 1,00     | 3,00     | 2,00     | 1,00     | 1,00     |



\*Output2 [Document2] - IBM SPSS Statistics Viewer

File Edit View Data Transform Insert Format Analyze Graphs Utilities Extensions Window Help

Search application

| VAR00024 | VAR00025 | VAR00026 | VAR00027 | VAR00028 | VAR00029 | VAR00030 | VAR00031 | VAR00032 | VAR00033 | VAR00034 | VAR00035 | VAR00036                 | VAR00037 | VAR00038 | VAR00039 | VAR00040 | TOTAL  |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------------------------|----------|----------|----------|----------|--------|
| ,998"    | 1,000"   | ,999"    | ,999"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | 1,000"   | ,998"    | ,999"    | 1,000" |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | ,999"    | ,997"    | ,999"    | ,999"  |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | ,999"    | ,997"    | ,999"    | ,999"  |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | 1,000"   | ,999"    | ,999"    | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | 1,000"   | ,998"    | ,999"    | 1,000" |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | 1,000"   | ,998"    | 1,000"   | 1,000" |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | ,999"    | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | 1,000"   | Double-click to activate | ,999"    | 1,000"   | ,998"    | 1,000"   | 1,000" |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | ,999"    | ,997"    | ,999"    | ,999"  |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | ,999"    | ,997"    | ,999"    | ,999"  |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |
| 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 149      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150                      | 150      | 150      | 150      | 150      | 150    |
| ,998"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"    | ,999"                    | ,999"    | ,999"    | ,997"    | ,999"    | ,999"  |
| <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001                    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001    | <,001  |

IBM SPSS Statistics Processor is ready Unicode:ON Classic H: 2619, W: 3158 pt.

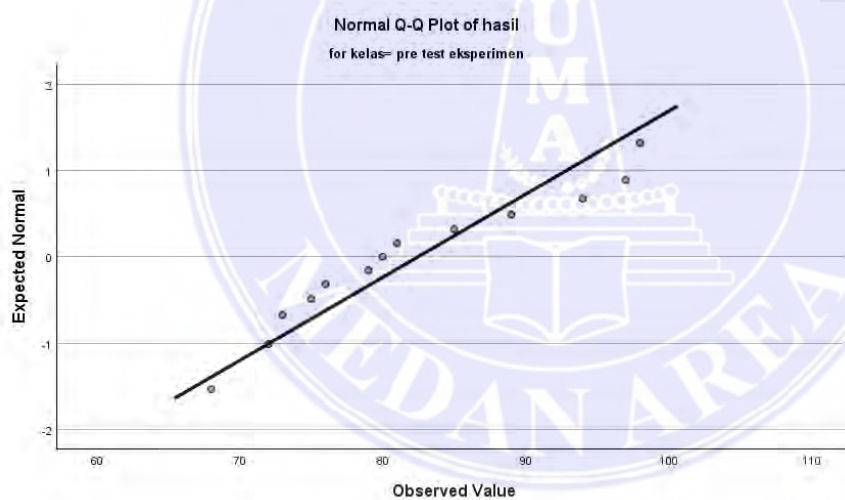
18:32 19/01/2025

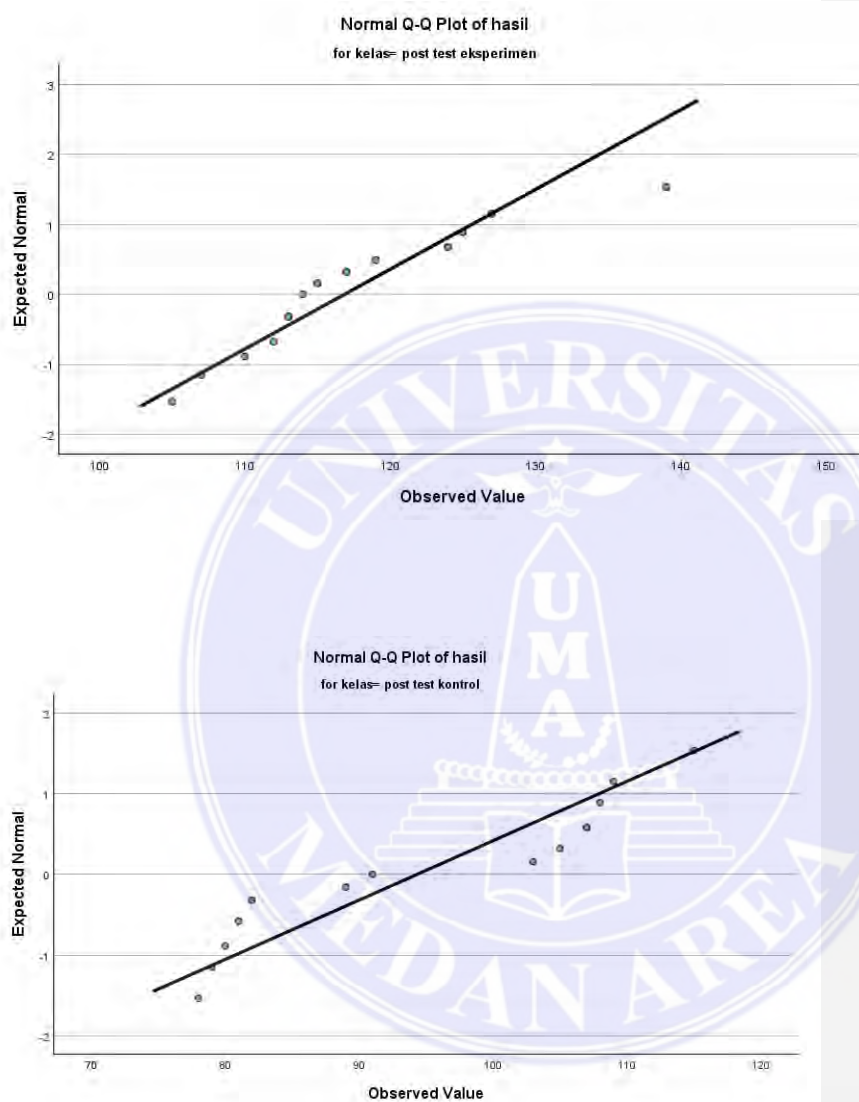
**Descriptives**

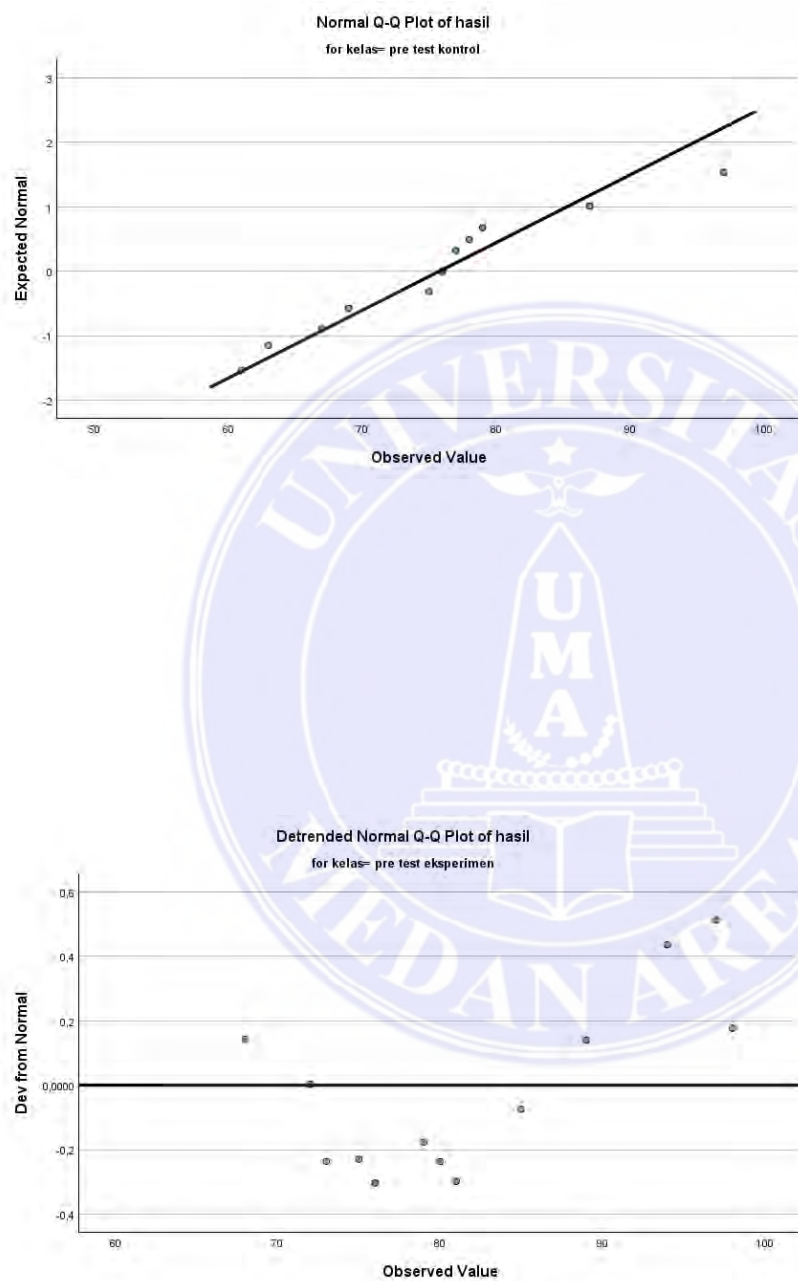
| hasil                | kelas |                                  | Statistic          | Std. Error |
|----------------------|-------|----------------------------------|--------------------|------------|
| pre test eksperimen  | Mean  | Mean                             | 82,47              | 2,683      |
|                      |       | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound 76,71  |            |
|                      |       |                                  | Upper Bound 88,22  |            |
|                      |       | 5% Trimmed Mean                  | 82,41              |            |
|                      |       | Median                           | 80,00              |            |
|                      |       | Variance                         | 107,981            |            |
|                      |       | Std. Deviation                   | 10,391             |            |
|                      |       | Minimum                          | 68                 |            |
|                      |       | Maximum                          | 98                 |            |
|                      |       | Range                            | 30                 |            |
|                      |       | Interquartile Range              | 21                 |            |
|                      |       | Skewness                         | ,402               | ,580       |
|                      |       | Kurtosis                         | -1,305             | 1,121      |
| post test eksperimen | Mean  | Mean                             | 116,87             | 2,268      |
|                      |       | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound 112,00 |            |
|                      |       |                                  | Upper Bound 121,73 |            |
|                      |       | 5% Trimmed Mean                  | 116,30             |            |
|                      |       | Median                           | 114,00             |            |
|                      |       | Variance                         | 77,124             |            |
|                      |       | Std. Deviation                   | 8,782              |            |
|                      |       | Minimum                          | 105                |            |
|                      |       | Maximum                          | 139                |            |
|                      |       | Range                            | 34                 |            |
|                      |       | Interquartile Range              | 12                 |            |
|                      |       | Skewness                         | 1,158              | ,580       |
|                      |       | Kurtosis                         | 1,595              | 1,121      |
| pre test kontrol     | Mean  | Mean                             | 75,80              | 2,460      |
|                      |       | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound 70,52  |            |
|                      |       |                                  | Upper Bound 81,08  |            |
|                      |       | 5% Trimmed Mean                  | 75,44              |            |
|                      |       | Median                           | 76,00              |            |
|                      |       | Variance                         | 90,743             |            |
|                      |       | Std. Deviation                   | 9,526              |            |
|                      |       | Minimum                          | 61                 |            |
|                      |       | Maximum                          | 97                 |            |
|                      |       | Range                            | 36                 |            |
|                      |       | Interquartile Range              | 10                 |            |
|                      |       | Skewness                         | ,547               | ,580       |
|                      |       | Kurtosis                         | ,484               | 1,121      |
| post test kontrol    | Mean  | Mean                             | 94,33              | 3,514      |
|                      |       | Lower Bound                      | 86,80              |            |

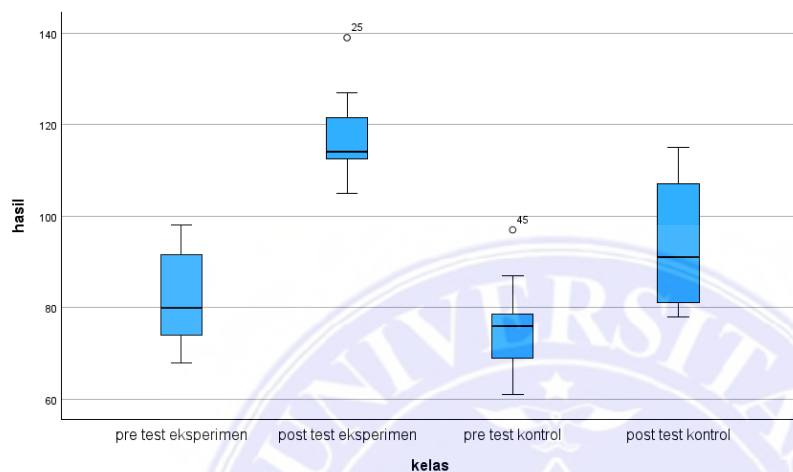


|                                  |             |         |       |
|----------------------------------|-------------|---------|-------|
| 95% Confidence Interval for Mean | Upper Bound | 101,87  |       |
| 5% Trimmed Mean                  |             | 94,09   |       |
| Median                           |             | 91,00   |       |
| Variance                         |             | 185,238 |       |
| Std. Deviation                   |             | 13,610  |       |
| Minimum                          |             | 78      |       |
| Maximum                          |             | 115     |       |
| Range                            |             | 37      |       |
| Interquartile Range              |             | 26      |       |
| Skewness                         |             | ,090    | ,580  |
| Kurtosis                         |             | -1,881  | 1,121 |









Dokumentasi Pelatihan Self acceptance Pada Guru Dalam Menghadapi  
Kurikulum Merdeka Di Kecamatan Medan Baru

a. Pertemuan Pertama pada tanggal 15 Januari 2025







b. Pertemuan Pertama pada tanggal 16 Januari 2025







c. Pertemuan Pertama pada tanggal 17 Januari 2025





## UNIVERSITAS MEDAN AREA

### FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

### SURAT TUGAS

Nomor : 105/FPSI/02.5/1/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, dengan ini memberi tugas kepada Saudara :

Nama : **Atika Mentari Nataya Nasution, S.Psi,M.Psi, Psikolog**

NIDN : 0126029402

Pekerjaan : Staf Pengajar Fakultas Psikologi UMA

Nama : **Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A**

NIDN : 0112106502

Pekerjaan : Staf Pengajar Fakultas Psikologi UMA

untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) sebagai *Narasumber* dengan tema:  
**"Efektivitas Self Acceptance pada Guru dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka"** yang  
dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2025, di TK Swasta Al-Muttaqin.

Demikian surat tugas ini diberikan, untuk dapat dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Medan, 13 Januari 2025

Dekan,  
  
Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Arsip



**YAYASAN AL-MUTTAQIEN MEDAN**  
**TK SWASTA AL-MUTTAQIEN**  
**MEDAN**



Jalan Terompet No.51 Kel.Titi Rantai Kec. Medan Baru Telp. 061 - 88822640

Nomor : 004 /TK.AL-MUTTAQIEN / M.B /2025 Medan, 12 Januari 2025  
Hal : **Narasumber Self Acceptance pada Guru**  
**dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka**

Kepada Yth.  
Atika Mentari Nataya Nst, M.Psi. Psikolog  
di- tempat

Assalamualaikum Wr.Wb

Sehubungan dengan Program penelitian saya sebagai Magister Psikologi yang mengenai Self Acceptance pada Guru dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka. Maka, saya membuat pelatihan untuk guru. Melalui surat ini kami memohon untuk memberikan Materi tentang “ Konsep Memahami dan mempertahankan *Self-Acceptance* serta Strategi meningkatkan *Self Acceptance*. Kegiatan pelatihan tersebut akan dilaksanakan Pada :

Hari / Tanggal : Rabu, 15 Januari 2025  
Pukul : 08.30 s/d selesai  
Tempat : TK SWASTA AL- MUTTAQIEN  
Alamat : Jl.Terompet No.51 Kelurahan Titi Rantai Kec. Medan Baru

Maka besar harapan kami agar Ibu dapat meluangkan waktu untuk kegiatan ini.  
Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Medan, Januari 2025

Kepala Sekolah TK S AL-MUTTAQIEN

( SAHRANI ANGGRAINI,S.PD)

Mengetahui,

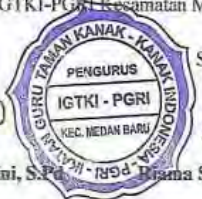
Pengurus IGTKI-PGRI Kecamatan Medan Baru

Ketua

Sahrani Anggraini, S.Pd

Sekretaris

Drama Sagala, S.Pd.AUD







## Modul

# Efektifitas *Self Acceptance* Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka

Penyusun

Sahrani Anggraini

231804029

Dosen Pengampu:

Dr. Salamiah Dewi, S.Psi, M.Psi

Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**  
**PROGRAM PASCA SARJANA**  
**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

## DAFTAR ISI

### BAB I Perencanaan Modul

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| 1.1 Tujuan Modul .....      | 1 |
| 1.2 Sasaran Pembaca .....   | 1 |
| 1.3 Kerangka Isi Modul..... | 1 |

### BAB II Pendahuluan

|                            |   |
|----------------------------|---|
| 2.1 Latar Belakang .....   | 2 |
| 2.2 Tujuan Modul.....      | 5 |
| 2.3 Tujuan Pelatihan ..... | 6 |
| 2.4 Manfaat Modul .....    | 6 |

### BAB III ISI Modul

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 3.1 Konsep <i>Self Acceptance</i> .....                     | 7  |
| 3.2 Komponen <i>Self Acceptance</i> .....                   | 9  |
| 3.3 Ciri-Ciri <i>Self Acceptance</i> .....                  | 10 |
| 3.4 Aspek <i>Self Acceptance</i> .....                      | 11 |
| 3.5 Faktor-Faktor mempengaruhi <i>Self Acceptance</i> ..... | 13 |
| 3.6 Tantangan dalam Menghadapi kurikulum merdeka..          | 14 |
| 3.7 Strategi Meningkatkan <i>Self Acceptance</i> .....      | 15 |
| 3.8 Studi Kasus.....                                        | 16 |

### BAB IV PELAKSANAAN PELATIHAN

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 4.1 Pembekalan Fasilitator ..... | 20 |
| 4.2 Prosedur Pelatihan .....     | 20 |
| 4.3 Alat Bantu .....             | 21 |
| 4.4 Metode Pelaksanaan .....     | 21 |

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| 4.5 Pelaksanaan Pelatihan.....   | 23        |
| <b>BAB V Lembar dan Evaluasi</b> |           |
| 5.1 Aktivitas Refleksi .....     | 27        |
| 3.1 Kuis Evaluasi.....           | 27        |
| <b>BAB VI PENUTUP</b>            |           |
| A. Simpulan.....                 | 30        |
| B. Saran .....                   | 31        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>      | <b>32</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                  |           |

## BAB I

### PERENCANAAN MODUL

#### 1.1. Tujuan Modul

Tujuan utama modul ini adalah

- Membantu guru memahami konsep *self-acceptance*.
- Memberikan panduan praktis untuk meningkatkan *self-acceptance*.
- Menjelaskan kaitan antara *self-acceptance* dan kesiapan guru menghadapi Kurikulum Merdeka.

#### 1.2. Sasaran Pembaca

Sasaran dalam modul ini sebagai pembaca adalah

- Guru Pendidikan Anak usia dini
- Guru sekolah dasar hingga menengah.
- Kepala sekolah yang mendampingi guru dalam implementasi Kurikulum Merdeka.
- Pengawas/penilik sekolah yang mendampingi dalam proses pembelajaran kurikulum merdeka.

#### 1.3. Kerangka Isi Modul

Adapun kerangka isi modul ini adalah

1. Pemahaman Konsep *Self acceptance*
2. Pertahanan *Self Acceptance*
3. Strategi *Self Acceptance*



4. Komponen *Self-Acceptance*
5. Peningkatan Penerimaan diri guru dalam menghadapi kurikulum Merdeka
6. Kurikulum Merdeka

## **BAB II**

### **PENDAHULUAN**

#### **2.1 Latar Belakang**

Kurikulum sifatnya dinamis karena selalu berubah-ubah sesuai dengan perkembangan dan tantangan zaman, Pada tahun 2021, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan kembali meluncurkan kurikulum prototipe, yang disempurnakan menjadi kurikulum merdeka dengan mengusung kebebasan belajar pada pelaksanaannya, yang bertujuan untuk memberikan pendidikan yang lebih fleksibel dan kreatif. kurikulum merdeka pada pendidikan anak usia dini dilakukan sesuai dengan dasar-dasar kebijakan. Adapun dasar kebijakan yang menjadi pijakan yaitu: (1) Permendikbudristek Nomor 5 Tahun 2002 Tentang Standar Kompetensi Lulusan pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah; (2) Permendikbudristek No. 7 Tahun 2022 Tentang Standar Isi pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah; (3) Kemendikbudristek No 56 Tahun 2022 tentang Pedoman Penerapan Kurikulum dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran; (4) Keputusan Kepala BSKAP No. 008/H/KR/2022 Tahun 2022 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jejang Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka; (5) Keputusan BSKAP No. 009/H/KR/2022 Tahun 2022 Tentang Dimensi, Elemen, dan Sub Elemen Profil Pelajar Pancasila Pada Kurikulum Merdeka. Sehingga guru harus beradaptasi pada perubahan tersebut serta Guru harus menerima peraturan yang diberikan oleh pemerintah.

Pendidikan di Indonesia masih hangat memperbincangkan terkait kurikulum merdeka. Menurut (Almeida et al., 2016) Kurikulum Merdeka merupakan kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam, konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi. Sehingga guru harus beradaptasi pada perubahan tersebut. Kurikulum Merdeka berbeda dengan metode sebelumnya yang lebih berfokus pada guru atau pendidik, merancang tujuan pembelajaran, metode pengajaran, materi, dan penilaian masih berpusat pada guru dan mengajar dengan menggunakan LKPD.



Gambar. Luncuran kurikulum merdeka

**Pentingnya Pelatihan Dilakukan.** Perubahan kurikulum saat ini begitu pesat, hal ini mengakibatkan banyaknya dampak-dampak positif maupun negatif yang bermunculan terutama terkait *self acceptance* pada guru. Banyak guru mengalami kebingungan dan kesulitan untuk mencari informasi tentang kurikulum Merdeka yang menyebabkan stress pada guru yang sesuai dengan Profil pelajar Pancasila. Oleh karena itu, pentingnya *self acceptance* (penerimaan diri) pada guru untuk dapat menerima perubahan kurikulum. Hal ini menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang akan memberikan efek negatif pada *self acceptance* guru. Untuk itu menjadi penting *self acceptance* yang positif untuk diteliti karena Guru berperan penting sebagai evaluator untuk penilaian hasil belajar siswa serta Guru dapat memahami psikologi siswa, mengetahui tentang metode dan strategi pembelajaran sesuai kebutuhan siswa. Jika *self acceptance* guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi.

Pelaksanaan kurikulum merdeka tentunya tidak berjalan mulus seperti yang direncanakan, terdapat hambatan dan tantangannya. Perubahan sistem pembelajaran dalam proses pendidikan di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan potensi serta guru diuntut untuk terampil, kreatif dan inovatif. Bahkan guru TK di kecamatan Medan Baru mengalami stress dan belum siap dengan perubahan kurikulum. Hal tersebut tentu dapat memicu efek negatif pada *self acceptance*.

Perubahan sistem pembelajaran dalam proses pendidikan di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan potensi serta guru diuntut untuk terampil, kreatif dan inovatif. Menurut Hurlock dalam (James W, Elston D, 20 C.E.) bahwa individu yang mampu menerima dirinya secara menyeluruh maka ia akan mencapai kebahagiaan, sehingga kebahagiaan individu juga dapat ditentukan dari sejauh mana individu tersebut mampu menerima dirinya. Menurut Makarim dalam (M.iqbal et al., 2022), hakikat dari merdeka dalam pendidikan harus berawal dari tenaga pendidik, sebelum terjadi penyampaian serta ajaran kepada siswa, dengan begitu harapan kedepan ada perubahan dalam cara mengajar kepada siswa, dengan tujuan menciptakan nuansa yang lebih nyaman, dengan pada awalnya memiliki nuansa dalam kelas, hingga menjadi luar kelas, serta tidak hanya siswa menjadi pendengar, tapi juga dapat berfikir mandiri, cerdik, berani, bertatakerama, serta berkompetensi. Menurut Roger dalam Allen, (Arifiana, 2016) *self acceptance* adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin. *Self Acceptance* menurut Aryanti dalam (Uraningsari & Djalali, 2016) adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain.

Maka dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi Efektivitas Pelatihan Self Acceptance Pada Guru Dalam Menghadapi Kurikulum Merdeka. Karena telah terbukti apabila *Self Acceptance* pada guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi. Kemerdekaan

berpikir ditentukan oleh guru. Artinya guru menjadi tonggak utama dalam menunjang keberhasilan dalam pendidikan. Dapat disimpulkan bahwa kurikulum Merdeka adalah pedoman dan strategi guru dalam mengembangkan kreativitas dan kompetensi guru sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Menurut Chaplin dalam (Heriyadi, 2013) "*self acceptance*" adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri." Menurut C. K. Germer dalam (Dzhini & Widyastuti, 2019) *Self acceptance* adalah kemampuan individu untuk memandang dirinya secara positif dan melepaskan hal-hal negatif dalam diri yang dimana kemampuan ini muncul atas kendali individu itu sendiri. Menurut Rogers dalam (Suwaji & Setiawan, 2015), penerimaan merupakan dasar bagi setiap orang untuk dapat menerima kenyataan hidupnya, semua pengalaman-pengalamannya, baik maupun buruk dan seseorang membutuhkan situasi yang menghormati dan menghargai tanpa adanya persyaratan. Situasi ini bisa tercapai jika seseorang merasa diterima apa adanya tanpa ada penilaian atau persyaratan tertentu.

Menurut Jersild dalam Hurlock (Gamayanti, 2016), menyebutkan ciri-ciri *self acceptance* adalah a) Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. b) Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain. c) Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional. d) Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya. e) Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. f) Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. *Self acceptance* dapat dicapai dengan berhenti mengkritik dan mencela diri, menerima hal yang ada di dalam diri, serta memiliki toleransi terhadap diri yang tidak sempurna. Sehingga individu mampu menyadari dan bertahan meski rangsangan yang datang bisa saja membuat frustrasi atau tidak diinginkan Shepard dalam Bernard dalam (Novitriani & Hidayati, 2018). Berdasarkan Bernard dalam (Waney et al., 2020) *Self acceptance* dapat dibagi menjadi dua aspek, yaitu: (1) Kesadaran diri dan penghargaan akan karakteristik positif dan pengembangan potensi (kepribadian, bakat, keluarga, agama, karakteristik budaya) dan (2) Rasa bangga dan menerima diri sendiri tanpa syarat

ketika peristiwa negatif terjadi (kegagalan, kritik atau penolakan dari orang lain) atau ketika terlibat dalam perilaku interpersonal yang negatif; tidak menilai diri secara negatif.

Terdapat beberapa komponen yang dapat menjadikan individu mampu mencapai *Self acceptance* Bastaman, dalam (James W, Elston D, 20 C.E.), yakni: 1. *Self insight* 2. *The meaning of life* 3. *Changing attitude* 4. *Self commitment* 5. *Directed activities* 6. *Social support*. Selanjutnya Hurlock dalam (James W, Elston D, 20 C.E.) menyebutkan beberapa hal lain yang dapat membentuk *Self acceptance* yakni harapan yang realistis, tidak adanya stress yang berat, pengaruh keberhasilan, dan pola asuh yang baik pada masa kanak-kanak sehingga memberikan pengalaman yang dapat membangun konsep diri di masa dewasa.

## 2.2. Tujuan Modul

tujuan modul pelatihan ini adalah :

- Memahami definisi dan komponen *self-acceptance*.
- Mengidentifikasi efektivitas *self-acceptance* dalam konteks profesional.
- Menerapkan teknik untuk meningkatkan *self-acceptance* guna mendukung implementasi Kurikulum Merdeka.
- Dapat digunakan secara tepat dan bervariasi, seperti: meningkatkan motivasi dan gairah belajar bagi guru; dan mengembangkan kemampuan guru dalam menghadapi kurikulum Merdeka
- Memungkinkan calon guru belajar mandiri sesuai kemampuan dan menerima segala dampak yang terjadi.

## 2.3 Tujuan Pelatihan / Training

1. Tujuan Instruksional Umum (TIU) Setelah selesai mengikuti pembelajaran ini guru diharapkan dapat mengembangkan tugas, fungsi dan peran sosialnya sesuai dalam prinsip dasar psikologi pendidikan sehingga tercapai sasaran pembelajaran yang efektif.



2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK) Setelah selesai mengikuti pembelajaran ini peserta dapat:
  - a. Menjelaskan psikologi pendidikan dengan benar;
  - b. Mampu menjelaskan secara benar psikologi pendidikan dalam pelaksanaan pembelajaran yang efektif.
3. Peserta dilatih untuk dapat menerima dengan segala kondisi di lapangan buruk atau baik, suka atau benci, dll.
4. Hasil perkembangan dari pelatihan ini adalah guru-guru memahami cara mengelola diri dengan cara menerima, bersyukur dan Bahagia.

#### 2.4 Manfaat Modul

Manfaat modul untuk pembaca adalah :

- Membantu guru menghadapi perubahan kurikulum tanpa tekanan berlebih.
- Meningkatkan kepercayaan diri dalam mengimplementasikan metode baru.
- para peserta pelatihan mampu mengetahui tentang *self acceptance*, memiliki kemampuan dalam mengelola, mengatasi dan menerima serta menghadapi terjadi perubahan kurikulum pembelajaran.

### BAB III

#### ISI MODUL

## MATERI 1 PEMAHAMAN DAN MEMPERTAHAKAN KONSEP *SELF ACCEPTANCE*

### 3.1. Konsep Dasar *Self-Acceptance*

*Self acceptance* yang merupakan salah satu dimensi model kesejahteraan psikologis Ryff dalam (Bingöl & Batk, 2018) berarti memiliki sikap positif terhadap diri sendiri yang mencakup kualitas baik dan buruk serta memiliki perasaan positif tentang masa lalu. Hubungan positif dengan orang lain meliputi memiliki hubungan yang baik dan saling percaya dengan orang lain serta merasakan empati, cinta, dan kepercayaan. Konsep otonomi berarti mengatur perilaku bertindak dengan cara tertentu dengan melawan tekanan sosial. Penguasaan lingkungan mencerminkan untuk mengelola lingkungan, memiliki rasa kompetensi dan penguasaan. Tujuan hidup adalah memiliki tujuan dalam hidup dan pandangan yang memberi makna pada kehidupan. Pertumbuhan pribadi yang merupakan konsep yang dekat dengan aktualisasi diri berarti memiliki rasa mewujudkan potensi Ryff, dalam (Bingöl & Batk, 2018). Dari sudut pandang ini, kesejahteraan psikologis merupakan konsep luas yang didasarkan pada teori empiris.

Menurut Ryff dalam (Albab & Rina, 2023) mendefinisikan *Self acceptance* sebagai suatu keadaan dimana seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengenali dan menerima berbagai aspek dirinya termasuk sifat-sifat baik dan buruk yang ada dalam dirinya serta memandang positif kehidupan yang telah dijalaninya. *Self acceptance* didasarkan pada pengetahuan yang mendalam tentang diri individu serta kepuasan atau kebahagiaan individu terhadap dirinya sendiri dan memikirkan kebutuhannya akan mentalitas yang sehat.

Menurut Roger dalam Allen, (Arifiana, 2016) *self acceptance* adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin. *Self Acceptance* menurut Aryanti dalam (Uraningsari & Djalali, 2016) adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain.

Penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan salah satu bentuk dari suatu kebutuhan dan kewajiban manusia agar dapat menjalani kehidupannya Ziliwu

(2023) karena menerima diri berarti menerima keadaan dirinya dan lingkungan sekitarnya, sehingga mereka mampu beradaptasi dalam setiap peristiwa kehidupannya dan mampu mengendalikan masalah yang ada di kehidupannya. Senada dengan Penerimaan diri (*self-acceptance*) menurut Hurlock dalam (Ibrahim & Toyyibah, 2019) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak mempunyai masalah dengan diri sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Selanjutnya Penerimaan diri (*self acceptance*) sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri Ibrahim, & Toyyibah, (2019), mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri serta memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani Munthe & Lase, (2022). Senada dengan Halawa & Lase, (2022) Penerimaan diri merupakan suatu kondisi dan sikap positif individu, baik dalam bentuk penghargaan terhadap diri, penerimaan segala kelebihan dan kekurangan, mengetahui kemampuan dan kelemahan, tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain berusaha sebaik mungkin agar dapat berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Menurut Chaplin dalam (Ratna Br Karo Sekali, 2020) menambahkan bahwa “penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.” Penerimaan diri dalam konteks ini mengandung arti bahwa seseorang bisa menghargai segala aspek yang ada pada dirinya entah itu yang bersifat positif maupun bersifat negatif. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, namun juga dapat dilakukan dengan tidak realistis. Sikap penerimaan realistis dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya penerimaan diri (*self acceptance*) tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu.

Berdasarkan pengertian dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa Penerimaan diri (*self acceptance*) ialah kemampuan seseorang untuk tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, dapat menerima kekurangan dan kelebihan pada diri sendiri, menerima baik buruknya kehidupan serta memandang positif terhadap kondisi lingkungan. Penerimaan diri yang baik hanya akan terjadi bila seseorang mau dan mampu memahami keadaan diri sebagaimana adanya, bukan sebagaimana apa yang diinginkan individu. Hasil dari analisa/penilaian terhadap diri sendiri mampu dijadikan dasar atau fondasi bagi seorang untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri.

### 3.2 Komponen *Self-Acceptance*

Komponen penerimaan diri menurut Cronbach (dalam Masyithah, 2012) adalah :

- a. Memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menjalani kehidupan. Individu tersebut memiliki percaya diri dan lebih memusatkan perhatian kepada keberhasilan akan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah.
- b. Menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia yang sederajat dengan individu lain. Individu ini mempunyai keyakinan bahwa ia dapat berarti atau berguna bagi orang lain dan tidak memiliki rasa rendah diri karena merasa sama dengan orang lain yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan.
- c. Menganggap dirinya tidak aneh atau abnormal atau tidak ada harapan ditolak orang lain. Individu tersebut tidak merasa sebagai orang yang menyimpang dan berbeda dengan orang lain, sehingga mampu menyesuaikan dirinya dengan baik dan tidak merasa bahwa ia akan ditolak orang lain.
- d. Menyadari dan tidak merasa malu akan keadaan dirinya. Artinya, individu ini lebih mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi dan menolong sesamanya tanpa melihat atau mengutamakan dirinya sendiri.

- e. Bertanggung jawab atas segala perbuatannya. Berarti individu memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikan segala resiko yang timbul akibat perilakunya.
- f. Menerima pujian atau celaan atas dirinya secara objektif. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima pujian, saran dan kritikan dari orang lain untuk pengembangan kepribadiannya lebih lanjut.
- g. Tidak mengingkari atau merasa bersalah atas keterbatasan yang dimilikinya maupun mengingkari kelebihanya. Individu yang memiliki sifat ini memandang diri mereka apa adanya dan bukan seperti yang diinginkan. Individu juga dapat mengkompensikan keterbatasannya dengan memperbaiki dan meningkatkan karakter dirinya yang dianggap kuat, sehingga pengolahan potensi dan keterbatasan dirinya dapat berjalan dengan baik tanpa harus melarikan diri dari kenyataan yang ada.

Contoh : "Bu Rani, seorang guru, merasa kesulitan mengadopsi metode pembelajaran baru. Namun, setelah menerima bahwa ini adalah proses belajar, ia menjadi lebih percaya diri."

### 3.3 Ciri- Ciri *Self Acceptance*

Menurut Ryff, dalam (Tsaqifa & Fitriani, 2023) kecenderungan untuk merasa tidak puas dengan diri sendiri, kecewa dengan apa yang terjadi di kehidupan sebelumnya, memiliki masalah dengan kualitas pribadi tertentu, dan ingin tampil beda dari dirinya merupakan ciri-ciri individu dengan penerimaan diri yang rendah. Menurut Ryff dalam (Studi et al., 2019) ciri-ciri individu yang memiliki penerimaan diri rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya, menyesali apa yang terjadi di masa lalunya, sulit untuk terbuka, terisolasi dan frustrasi dalam hubungan dengan orang lain. Sedangkan, individu yang memiliki penerimaan diri dalam tingkat optimal atau tinggi akan bersikap positif terhadap dirinya, mau menerima kualitas baik dan buruk dirinya, serta memiliki sikap positif terhadap masa lalunya.

Menurut Halawa & Lase, (2022) Ada beberapa ciri-ciri penerimaan diri antara lain yaitu: Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Maksudnya adalah seseorang tersebut mempunyai harapan dan keinginan sesuai dengan



kemampuannya. Yakin akan standar- standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain.

Menurut Jersild dalam (Pratisya, 2017) ciri-ciri individu dengan penerimaan diri adalah individu yang (1) memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya; (2) memiliki keyakinan akan standar-standar dan prinsip-prinsip dirinya tanpa harus diperbudak oleh opini individu-individu lain; (3) memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya; (4) mengenali kelebihan-kelebihan dirinya dan bebas memanfaatkannya; (5) mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya; (6) memiliki spontanitas dan rasa tanggung jawab dalam diri; (6) menerima potensi dirinya tanpa menyalahkan dirinya atas kondisi-kondisi yang berada di luar kontrol mereka; (7) tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan; (8) merasa memiliki hak untuk memiliki ide-ide dan keinginan-keinginan serta harapan-harapan tertentu; dan (9) tidak merasa iri akan kepuasan-kepuasan yang belum mereka raih.

Rasa penerimaan diri memiliki sebuah ciri-ciri, seperti yang dikemukakan oleh Alport dalam Rasty (Agustina & Naqiyah, 2020) yaitu (1) individu yang mempunyai penerimaan diri adalah individu yang memiliki gambaran yang positif tentang diri, (2) selain itu individu dapat mengelola dan memberikan toleransi terhadap perasaan frustrasi dan kemarahan, (3) individu dengan rasa penerimaan diri adalah orang-orang yang dapat melakukan interaksi secara baik serta dapat menerima kritikan dari orang lain. Orang-orang yang memiliki sifat seperti ini adalah individu yang mampu mengatur keadaan atau kondisi emosinya (depresi dan kemarahan). Sedangkan menurut Hurlock dalam Wahyu (Agustina & Naqiyah, 2020) terdapat ciri-ciri gejala rendahnya penerimaan diri adalah (1) adanya perasaan sulit menerima diri, (2) tidak menyenangi dirinya sendiri, (3) mencemooh dirinya sendiri, (4) sering merasa bahwa orang lain menjauhi dan menghina dirinya, (5) tidak percaya pada perasaan dan sikapnya sendiri. Maka dari hal itu tingginya rasa penerimaan diri dianggap sebagai karakteristik mental dan dipercaya dapat

mempengaruhi kesejahteraan pribadi, jika seseorang mempunyai penerimaan diri yang rendah sudah pasti dia akan menutup dirinya dari pergaulan luar/sosial.

Dari beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri dari *self acceptance* adalah (1) memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya; (2) mengenali kelebihan dan kelemahan dirinya; (3) tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan; (4) menerima kritikan dari orang lain; (5) menerima perubahan dan kondisi lingkungan dengan positif.

### 3.4 Aspek-Aspek *Self Acceptance*

Menurut Agustina & Naqiyah, (2020) aspek *Self Acceptance* (penerimaan Diri) mengemuka : a) Adanya perasaan percaya dan penghargaan terhadap dirinya, b) Adanya kelapangan hati dan pikiran dalam menerima kritikan, c) Mampu menilai dan mengoreksi dirinya, d) Jujur, Nyaman dengan dirinya, e) Mandiri dan punya prinsip, f) Mempunyai kebanggaan pada dirinya, g) Dapat memanfaatkan kemampuan, h) Tidak terikat, i) Siap menghadapi, j) Tidak menyalahkan, k) Punya kemauan, L) Toleransi.

Selanjutnya menurut Jersild dalam (Alif Hidayatul Lail et al., 2022) bahwa terdapat beberapa aspek penerimaan diri (*self acceptance*) yaitu sebagai berikut:

- k. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri berfikir lebih realistis tentang penampilan, gaya dan bagaimana dirinya terlihat dalam pandangan orang lain. Seseorang tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya;

- l. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik daripada seseorang yang tidak memiliki penerimaan diri dalam dirinya;

- m. Perasaan *inferioritas* sebagai gejala penolakan diri.

Seorang yang terkadang merasakan inferioritas atau disebut dengan *inferiority complex* adalah seorang yang tidak mempunyai sikap penerimaan diri (*self acceptance*) dan hal tersebut akan mengganggu penilaian yang realistis atas dirinya;

- n. Respon atas penolakan dan kritikan.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri tidak suka dengan kritikan, namun demikian juga individu mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan dari orang lain bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.

- o. Keseimbangan antara “*real self*” dan “*ideal self*”.

Seseorang yang mempunyai penerimaan diri (*Self acceptance*) adalah seseorang yang dapat mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dalam batas-batas kemungkinan individu ini mungkin memiliki ambisi yang besar, akan tetapi tidak mungkin untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. sehingga untuk memastikan dirinya tidak akan kecewa saat nanti.

- p. Penerimaan diri (*self acceptance*) dan penerimaan orang lain.

Jika seseorang mampu menyukai dirinya sendiri, ini memungkinkan dirinya akan disukai orang lain. Hubungan timbal balik seperti ini membuktikan dirinya merasa percaya diri dalam memasuki lingkungan sosial.

- q. Penerimaan diri, menuruti kehendak, dan menonjolkan diri.

*Self acceptance* dan menuruti diri merupakan dua hal yang berbeda. Jika seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti dapat memanjakan dirinya. Akan tetapi, akan menerima bahkan menuntut kelayakan dalam kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan miliknya dalam mendapatkan posisi yang menjadi keinginan dalam kelompoknya. Seseorang dengan penerimaan diri (*self acceptance*) menghargai harapan orang lain dan meresponnya dengan bijak. Namun, dirinya memiliki pendirian yang baik dalam berfikir, merasakan,

bertindak yang terbaik dan membuat pilihan. seseorang tidak akan menjadi pengikut apa yang dikatakan orang lain.

- r. Penerimaan diri (*self acceptance*), spontanitas, dan menikmati hidup. Seseorang dengan penerimaan diri (*self acceptance*) mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati dalam hidupnya.
- s. Aspek moral penerimaan diri. Seseorang memiliki kejujuran untuk menerima dirinya, dan tidak menyukai kepura-puraan. Individu ini dapat secara terbuka mengakui dirinya sebagai dirinya yang pada suatu waktu dalam masalah, merasa cemas, takut, ragu, dan bimbang tanpa harus manipulasi diri dan orang lain.
- t. Sikap terhadap penerimaan diri. Menerima diri hal peting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek dalam hidupnya, mungkin ada keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Hal tersebut merupakan arahan agar dapat menerima dirinya.

### 3.5 Faktor-Faktor *Self Acceptance*

Hurlock dalam (Pratisya, 2017) mengemukakan tentang mengemukakan factor faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif sebagai berikut.

- k. Adanya pemahaman tentang diri sendiri, hal ini dapat timbul dari kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan dengan berdampingan, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin dapat menerima dirinya;
- l. Adanya harapan yang realistis, hal ini bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya;

- m. Tidak adanya hambatan didalam lingkungan, walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistis, tetapi bila lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan orang tersebut tentu akan sulit tercapai;
- n. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya prasangka, adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu untuk mengikuti kebiasaan lingkungan;
- o. Tidak adanya gangguan emosional yang berat, membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia;
- p. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif, keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri;
- q. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, mengidentifikasi diri dengan orang yang *Well adjusted* dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri, dan bertindak laku dengan baik yang dapat menimbulkan penilaian diri yang baik.
- r. Adanya prespektif diri yang luas, perspektif diri yang luas yaitu memperhatikan juga pandangan orang lain tentang diri. Prespektif diri yang luas, diperoleh melalui pengalaman dan belajar.
- s. Pola asuh dimasa kecil yang baik, anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri;
- t. Konsep diri yang stabil, seseorang yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, maka kadang seseorang menyukai dirinya, dan terkadang tidak menyukai dirinya, akan sulit menunjukan pada orang lain, siapa dirinya yang sebenarnya.

### 3.6 Manfaat Penerimaan Diri dalam dunia Profesi

Penerimaan diri dalam pekerjaan dapat membantu meningkatkan kinerja, kesejahteraan mental, dan produktivitas.

Beberapa manfaat penerimaan diri dalam profesi :



- Meningkatkan kepercayaan diri
- Membantu menerima kritik yang membangun
- Membantu mengatasi stres dan tekanan kerja
- Membantu mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi
- Membantu membuat keputusan yang lebih baik
- Membantu mengekspresikan ide dengan lebih baik
- Membantu berkomunikasi dengan rekan kerja dan pimpinan dengan lebih baik

### **3.7 Kurangnya penerimaan diri pada profesi dapat berdampak negatif pada kehidupan dan pekerjaan seseorang.**

Tanda-tanda kurangnya individu dalam penerimaan diri:

- Benci pada diri sendiri, terutama dalam situasi sulit
- Menghindari introspeksi yang jujur
- Malu dengan kekurangan
- Menyangkal kekurangan
- Bersikap defensif saat dikritik

## **MATERI II. STRATEGI MENINGKATKAN *SELF-ACCEPTANCE***

1. Penting bagi Anda untuk membedakan antara kegagalan diri dengan kegagalan dalam tugas. Hal ini diperlukan agar Anda menjadi objektif dalam menilai kelebihan dan kekurangan diri Anda
2. Pendapat orang bukan hal mutlak dalam mencirikan diri Anda. Pendapat orang sebagai “clue” untuk Anda menilai diri Anda lebih baik lagi.
3. Praktikkan untuk selalu berbicara positif pada diri Anda.
4. “Belajar” adalah poin penting dari *self-acceptance*

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN PELATIHAN**

#### **4.1 PEMBEKALAN FASILITATOR**

a. Materi

Pembekalan fasilitator dilakukan dengan cara memberikan sebuah materi untuk mengidentifikasi dan mengekspresikan harapan dari peserta terkait dengan pelatihan yang akan diadakan, serta untuk mendorong peserta untuk berbagi dan mendengarkan kesulitan yang dirasakan peserta mengenai perubahan kurikulum.

b. Lembar Kerja

Kegiatan yang dilakukan ini memakai sebuah ceramah yang diberikan oleh fasilitator kepada para peserta yang mengikuti pelatihan.

c. Waktu

Dalam pemberian waktu awareness tersebut perlu dilakukan selama 35 menit. Peserta akan diberikan waktu 5-10 menit untuk menuliskan apa yang akan dirasakan di dalam dirinya. Kemudian diberikan waktu 5-10 menit untuk mengutarakan apa yang sudah dituliskannya.

#### **4.2 PROSEDUR PELATIHAN (Waktu, Setting Pelatihan)**

##### **1. Waktu Pelatihan**

Pelatihan akan berlangsung selama 3 hari diawali dengan pemberian *pre test* sebelum pelatihan berlangsung. Selama pelatihan berlangsung akan dilakukan sesi-sesi interaktif seperti ceramah, *ice breaking*, FGD, games dan pengerjaan lembar kerja diakhir tiap sesi, selesai pelatihan akan mengadakan *post test* untuk mengevaluasi hasil dari pelatihan.

## 2. Setting Pelatihan

### a. Setting Umum dan Metode Ceramah

Menetapkan tujuan *pelatihan* fasilitator yang realistis adalah langkah pertama menuju keberhasilan *pelatihan* yaitu dilakukan dengan membentuk kelompok dengan metode lingkaran dan metode letter U yang fungsinya untuk berdiskusi dalam pemberian pelatihan.

### b. Setting Games/Kelompok

Menetapkan tujuan *pelatihan* fasilitator yang realistis adalah langkah pertama menuju keberhasilan *pelatihan* yaitu dilakukan dengan memberikan intruksi kepada peserta serta peserta juga dapat mengikuti intruksi yang di arahkan oleh fasilitator.

## 4.3 ALAT BANTU

Alat bantu yang digunakan dalam pelatihan adalah alat dan bahan yang mendukung dalam proses pelatihan. Alat dan bahan sebagai berikut:

1. Laptop, LCD Proyektor
2. Materi Tayangan
3. Peralatan Games
4. Lembar Kerja
5. Kertas & Alat Tulis
6. Lembar Evaluasi

## 4.4 METODE PELATIHAN

Metode Pelatihan yang digunakan dalam pelatihan yaitu:

### 1. Focus Group Discussion (FGD)

*Focus Group Discussion (FGD)* adalah teknik diskusi yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan sebuah kelompok dan membahas satu topik secara spesifik. Dari sekelompok orang yang terkumpulkan, peneliti biasanya akan mengambil kesimpulan dari pendapat seputar topik yang dibahas. Diskusi ini akan dipimpin oleh satu orang dan biasanya dijalankan secara informal (Dan et al., 2023). Pada kegiatan pelatihan ini FGD akan dilakukan sebagai bentuk menumbuhkan *self acceptance* yang positif pada guru dalam menghadapi kurikulum merdeka.

## 2. *Experiential Learning*

Silberman (Irfianti et al., 2016) *Experiential Learning* adalah model pembelajaran yang menekankan pada proses untuk mengalami dan merasakan apa yang dipelajari sehingga memberikan pengalaman yang mampu mengembangkan karakter seseorang. Ada 4 aspek dalam pembelajaran *experiential learning* menurut Kolb (Irfianti et al., 2016) yakni (a) *concrete experience*, (b) *reflective observation*, (c) *abstract conceptualization*, (d) *active experimentation*.

## 3. Permainan

Peserta melaksanakan aktivitas tertentu sebagai bentuk simulasi dari pengalaman yang mereka hadapi yang disusun dalam bentuk permainan dengan prosedur dan aturan tertentu. Permainan diberikan sebagai rangsangan simulasi dari situasi yang mereka hadapi sebagai guru. Selain itu permainan juga diberikan untuk memberikan perhatian peserta serta pengantar awal sebelum penyampaian materi.

## 4. Metode Ceramah

Metode berceramah digunakan untuk menyampaikan informasi kepada peserta. Fasilitator menjelaskan tayangan *power point* yang ada. Selama fasilitator presentasi, peserta diharapkan menyimak dan mampu mengajukan pertanyaan, memberikan informasi penting, atau menyampaikan perspektif yang berbeda berdasarkan pengalaman atau konteks yang lebih jelas. Fasilitator diharapkan mampu mempresentasikan dengan cara yang menarik, jelas, dan memberikan tambahan penjelasan dengan contoh-contoh kasus nyata yang trainer ketahui.

## 5. Diskusi Kelompok

Fasilitator membagi peserta ke dalam kelompok kecil untuk melakukan aktivitas tentang mengeksplorasi diri, mengetahui potensi dan kekurangan diri, berbagi pengalaman terkait kegiatan yang mereka lakukan, strategi serta tujuan yang ingin mereka raih dalam pengembangan diri. Kemudian hasil diskusi disimpulkan secara garis besar untuk dipresentasikan pada kelompok besar.

#### 6. Lembar Kerja

Lembar Kerja Pelatihan (LKP) adalah lembar kerja yang berisi tugas dan berfungsi untuk menuliskan langkah-langkah petunjuk menyelesaikan tugas merupakan salah satu cara untuk membantu dan mempromosikan kegiatan belajar mengajar. Lembar kerja pelatihan ini dapat berisi materi tambahan sesuai materi yang akan diajarkan pada hari tersebut, yaitu tentang prosedur, alat dan bahan, adapun lengkap dengan cara pembuatan suatu produk tersebut serta evaluasi untuk memudahkan dalam kegiatan belajar mengajar sehingga terbentuk interaksi juga sebagai panduan peserta yang digunakan untuk memecahkan masalah dalam proses pembelajaran (Denanti, 2020).

#### 7. Evaluasi

Evaluasi merupakan suatu proses atau kegiatan pemilihan, pengumpulan, analisis dan penyajian informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan serta penyusunan program selanjutnya. Evaluasi dilakukan setelah peserta mengalami aktivitas/pengalaman tertentu. Evaluasi diberikan dalam bentuk *feedback* dari setiap simulasi yang dilakukan. Evaluasi juga diberikan setelah peserta mencoba menerapkan pengalaman yang didapat pada pelatihan ke dalam kehidupan sehari-harinya.

### 4.5 PELAKSANAAN PELATIHAN

#### 4.5.1 Pertemuan Pertama

##### a. Materi

- Pemahaman Konsep *Self acceptance*
- Pertahanan *Self Acceptance*
- Strategi *Self Acceptance*



b. Tujuan

1. **Meningkatkan Kesehatan Mental**

- Mengurangi stres, kecemasan, dan depresi.
- Meningkatkan rasa percaya diri dan kebahagiaan.

2. **Membangun Hubungan yang Lebih Baik**

- Memungkinkan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain tanpa rasa minder atau ketakutan akan penolakan.
- Menciptakan hubungan yang lebih tulus dan sehat.

3. **Meningkatkan Motivasi dan Pertumbuhan Pribadi**

- Dengan menerima diri sendiri, seseorang lebih mudah untuk berkembang tanpa rasa takut gagal.
- Meningkatkan semangat untuk belajar dan mencoba hal-hal baru.

4. **Mengurangi Perbandingan Sosial**

- Membantu seseorang fokus pada perkembangan diri sendiri daripada membandingkan diri dengan orang lain.
- Meningkatkan rasa syukur terhadap apa yang dimiliki.

5. **Menemukan Kedamaian dan Kebahagiaan dalam Diri**

- Membantu seseorang hidup lebih tenang dan bahagia dengan dirinya sendiri.
- Meningkatkan kesadaran diri dan penerimaan terhadap segala keadaan yang terjadi dalam hidup.

c. Alat dan bahan

- i. Infocus
- ii. Laptop
- iii. ATK

d. Metode

- i. Ceramah
- ii. Diskusi dan tanya jawab
- iii. Role playing

#### 4.5.2 Pertemuan Kedua

##### a. Materi

1. Komponen *Self-Acceptance*
2. Peningkatan Penerimaan diri guru dalam menghadapi kurikulum Merdeka

##### b. Tujuan

#### 1. Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Guru

- Mengurangi stres dan kecemasan akibat perubahan kurikulum.
- Meningkatkan rasa percaya diri dalam menjalankan tugas sebagai pendidik.

#### 2. Mendorong Sikap Fleksibel dan Adaptif

- Membantu guru menerima tantangan baru dalam Kurikulum Merdeka tanpa rasa takut atau perlawanan.
- Meningkatkan keterbukaan terhadap metode pembelajaran yang lebih inovatif.

#### 3. Meningkatkan Kinerja dan Profesionalisme

- Dengan penerimaan diri yang baik, guru lebih mudah untuk terus belajar dan berkembang.
- Meningkatkan motivasi untuk mengikuti pelatihan atau berbagi praktik baik dengan sesama guru.

#### 4. Membangun Lingkungan Belajar yang Positif

- Guru yang menerima dirinya dengan baik cenderung lebih sabar dan empatik terhadap siswa.
- Membantu menciptakan suasana kelas yang lebih inklusif dan menyenangkan.

#### 5. Mengurangi Rasa Takut Akan Perubahan

- Membangun mindset bahwa perubahan adalah peluang untuk berkembang, bukan ancaman.
- Meningkatkan kemampuan untuk menghadapi tantangan tanpa merasa tertekan atau putus asa.

c. Alat dan bahan

1. Infocus
2. Laptop
3. ATK

d. Metode

1. Demonstrasi Model
2. Tanya jawab
3. Diskusi

#### 4.5.3 Pertemuan Ketiga

a. Materi

1. Kurikulum merdeka

b. Tujuan

**1. Meningkatkan Pemahaman tentang Kurikulum Merdeka**

- Membantu guru memahami konsep, prinsip, dan tujuan utama Kurikulum Merdeka.
- Menjelaskan perbedaan antara Kurikulum Merdeka dengan kurikulum sebelumnya.

**2. Membantu Guru Mengembangkan Pembelajaran yang Fleksibel**

- Melatih guru dalam merancang pembelajaran berbasis *student-centered learning* (berpusat pada siswa).
- Memberikan pemahaman tentang *Profil Pelajar Pancasila* sebagai tujuan utama pendidikan.

**3. Meningkatkan Kreativitas dan Inovasi dalam Mengajar**

- Mendorong guru untuk menggunakan metode pembelajaran yang lebih interaktif dan kontekstual.
- Membantu guru dalam memanfaatkan teknologi dan sumber daya lain untuk mendukung pembelajaran.

**4. Meningkatkan Kemampuan dalam Asesmen Formatif dan Sumatif**

- Melatih guru dalam melakukan asesmen berbasis kompetensi, bukan hanya berbasis nilai akademik.

- Mengajarkan teknik asesmen yang lebih fleksibel dan berbasis perkembangan siswa.

#### **5. Mempersiapkan Guru dalam Implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5)**

- Membantu guru dalam menyusun proyek berbasis pengalaman nyata yang relevan bagi siswa.
- Memberikan keterampilan dalam mengintegrasikan nilai-nilai kebhinekaan, gotong royong, dan kemandirian dalam pembelajaran.

#### **6. Menumbuhkan Sikap Fleksibel dan Adaptif terhadap Perubahan**

- Membantu guru menerima dan beradaptasi dengan perubahan kurikulum tanpa stres atau kecemasan berlebih.
- Meningkatkan rasa percaya diri dalam menerapkan metode dan pendekatan baru dalam pembelajaran.

#### **7. Membangun Kolaborasi antara Guru dan Komunitas Pendidikan**

- Mendorong guru untuk berbagi praktik baik dan bekerja sama dalam komunitas belajar.
- Memperkuat sinergi antara sekolah, guru, siswa, dan orang tua dalam mendukung pendidikan yang lebih bermakna.

##### **c. Alat dan bahan**

1. Infocus
2. Laptop
3. ATK

##### **d. Metode**

1. Eksperimen
2. Tanya jawab
3. Diskusi
4. Demonstrasi

## BAB V

### LATIHAN DAN EVALUASI

#### 5.1. Aktivitas Reflektif

1. Tuliskan tiga tantangan utama yang Anda hadapi dalam Kurikulum Merdeka.
2. Bagaimana perasaan Anda terhadap tantangan tersebut?
3. Bagaimana solusi anda dalam menghadapi tantangan atau hambatan dalam menghadapi kurikulum merdeka?

#### 5.2. Kuis Evaluasi

##### 5.2.1 Soal Pilihan Ganda:

1. Apa yang dimaksud dengan *self-acceptance* bagi guru dalam menghadapi Kurikulum Merdeka?
  - a. Mengabaikan kelemahan diri dan fokus hanya pada kelebihan.
  - b. Menerima diri sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangan, untuk terus belajar dan beradaptasi.
  - c. Membandingkan diri dengan guru lain untuk meningkatkan motivasi.
  - d. Menghindari tantangan yang dianggap sulit dalam Kurikulum Merdeka.

**Jawaban:** b

2. Mengapa *self-acceptance* penting bagi guru dalam menerapkan Kurikulum Merdeka?
  - a. Agar dapat mengkritik sistem secara efektif.
  - b. Untuk membantu guru merasa lebih percaya diri dalam berinovasi.



- c. Supaya guru lebih fokus pada metode lama yang sudah dikuasai.
- d. Karena *self-acceptance* tidak berhubungan langsung dengan penerapan kurikulum.

**Jawaban: b**

- 3. Bagaimana langkah awal yang dapat dilakukan guru untuk meningkatkan *self-acceptance* dalam menghadapi perubahan kurikulum?
  - a. Menghindari tantangan baru dan tetap pada zona nyaman.
  - b. Berlatih mindfulness untuk menerima perasaan dan pikiran apa adanya.
  - c. Membandingkan diri dengan guru yang lebih berpengalaman.
  - d. Menunda penerapan Kurikulum Merdeka hingga merasa siap.

**Jawaban: b**

- 4. Sikap seperti apa yang menunjukkan bahwa guru memiliki *self-acceptance* yang baik?
  - a. Guru terbuka terhadap masukan dari rekan sejawat.
  - b. Guru menolak pelatihan Kurikulum Merdeka karena merasa sudah cukup kompeten.
  - c. Guru selalu mengandalkan orang lain untuk menyelesaikan tugas.
  - d. Guru menyalahkan sistem kurikulum ketika menghadapi kendala.

**Jawaban: a**

- 5. Seorang guru merasa kesulitan memahami filosofi Kurikulum Merdeka, namun tetap berusaha belajar melalui pelatihan dan diskusi dengan rekan kerja. Sikap ini mencerminkan:
  - a. Kurangnya kesiapan dalam menghadapi perubahan.
  - b. Sikap tidak percaya diri dalam menerapkan kurikulum.
  - c. Tingkat *self-acceptance* yang tinggi.
  - d. Penolakan terhadap perubahan yang ada.

**Jawaban: c**

### 5.2.2 Pertanyaan Reflektif:

1. Bagaimana Anda bisa meningkatkan *self-acceptance* dalam menghadapi perubahan?
2. Apa manfaat *self-acceptance* bagi profesionalisme Anda?
3. Dari skala 1-5, bagaimana kamu menilai kemampuanmu untuk menerima diri sendiri? Berikan alasan atas jawabanmu dan tuliskan rencana untuk meningkatkan penerimaan diri.
4. Setelah mendiskusikan *self-acceptance*, apa yang akan kamu lakukan untuk lebih menghargai dirimu sendiri? Bagaimana kamu dapat membantu orang lain yang mengalami kesulitan menerima dirinya?
5. Ketika menghadapi perubahan dalam Kurikulum Merdeka, bagaimana Anda menyikapi kelemahan yang Anda miliki dalam mengimplementasikannya?

### 5.2.3 Diskusi Kelompok

1. Diskusikan dalam kelompok bagaimana cara menghargai kelebihan diri dan tetap bekerja pada hal yang ingin diperbaiki tanpa merasa rendah diri.
2. Bagaimana cara kita mendukung teman-teman kita untuk menerima diri mereka sendiri?
3. Buatlah poster tentang pentingnya penerimaan diri. Gunakan kata-kata motivasi atau gambar yang dapat menginspirasi orang lain untuk menerima diri mereka sendiri.

### 5.2.4 Penilaian Diri

1. Buatlah daftar 3 hal yang kamu sukai dari dirimu sendiri dan 3 hal yang ingin kamu perbaiki.
2. Mintalah seorang teman untuk menuliskan 3 hal positif tentang dirimu.

3. Bandingkan dengan daftar yang kamu buat sendiri. Apakah kamu sudah menyadari kelebihan tersebut sebelumnya?

#### 5.2.5 Role Play

Dalam kelompok kecil, lakukan *role play* dengan tema berikut:

- Skenario 1: Seorang siswa merasa tidak percaya diri karena nilai akademiknya rendah.
  - Skenario 2: Seorang siswa belajar menerima kekurangannya dan menemukan kelebihannya.
- Setelah role play, diskusikan bersama pelajaran apa yang bisa diambil.

## BAB VI

### PENUTUP

#### Kesimpulan:

Pendidikan memegang peran krusial untuk membentuk masa depan generasi muda. Perkembangan pendidikan yang terus berkembang membutuhkan perubahan dan adaptasi yang berkelanjutan terutama dalam hal kurikulum. Guru merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Bisa dikatakan bahwa guru adalah ujung tombak keberhasilan dari sebuah lembaga pendidikan tugas dan peran dari guru sendiri, tuntutan akan tanggung jawab yang diemban oleh guru akan selalu berubah sesuai dan seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan teknologi dan zaman yang semakin menuju ke arah modern ini. Maka dari itu, guru pada zaman sekarang ini dituntut untuk dapat terbiasa akan perkembangan yang terjadi dan membiasakan diri juga untuk menyesuaikan terkait perkembangan zaman. Seperti halnya yang terjadi pada saat ini yaitu dengan adanya perubahan kurikulum, yaitu kurikulum (Aminah & Nursikin, 2023).

Perubahan sistem pembelajaran dalam proses pendidikan di sekolah menimbulkan berbagai macam kesulitan bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran dan mengembangkan potensi serta guru diuntut untuk terampil,

kreatif dan inovatif. Bahkan guru mengalami stress karena perubahan kurikulum dapat memicu efek negatif *self acceptance* pada guru.

**Pentingnya Pelatihan Dilakukan.** Perubahan kurikulum saat ini begitu pesat, hal ini mengakibatkan banyaknya dampak-dampak positif maupun negatif yang bermunculan terutama terkait *self acceptance* pada guru. Banyak guru mengalami kebingungan dan kesulitan untuk mencari informasi tentang kurikulum Merdeka yang menyebabkan stress pada guru yang sesuai dengan Profil pelajar Pancasila. Oleh karena itu, pentingnya *self acceptance* (penerimaan diri) pada guru untuk dapat menerima perubahan kurikulum. Hal ini menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan yang akan memberikan efek negatif pada *self acceptance* guru. Untuk itu menjadi penting *self acceptance* yang positif untuk diteliti karena Guru berperan penting sebagai evaluator untuk penilaian hasil belajar siswa serta Guru dapat memahami psikologi siswa, mengetahui tentang metode dan strategi pembelajaran sesuai kebutuhan siswa. Jika *self acceptance* guru tinggi dan siap dengan perubahan kurikulum, maka dunia Pendidikan di Indonesia akan lebih baik serta akademik prestasi siswa yang tinggi.

#### A. Saran

##### 1. Bagi Fasilitator

Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat bagi para peserta yaitu agar para peserta pelatihan mampu mengetahui tentang *self acceptance*, memiliki kemampuan dalam mengelola, mengatasi dan menerima serta menghadapi terjadi perubahan kurikulum pembelajaran

Oleh karena itu dibutuhkan persiapan yang matang oleh fasilitator diantaranya persiapan diri, persiapan materi, dan perencanaan untuk memastikan pelatihan berjalan dengan baik.

##### 2. Bagi Guru

Dalam standar pendidikan nasional disebutkan bahwa seorang guru harus memiliki kompetensi, salah satunya adalah kompetensi pedagogik, yaitu kemampuan pendidik dalam mengelola pembelajaran secara efektif dan efisien. Oleh karena itu diharapkan

guru memiliki self acceptance yang positif sehingga dapat menerima dan membiasakan diri terhadap perkembangan zaman dan perubahan kurikulum yang berkembang dengan sangat pesat sehingga guru dapat mengatasi berbagai kesulitan dan hambatan dalam kegiatan pembelajaran yang akan berdampak pada perkembangan siswa terutama guru TK di Kecamatan Medan Baru.

## Lampiran

**Jadwal Pelatihan I**

| Waktu         | Kegiatan                                                                    |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 09.00 – 09.20 | Pembukaan                                                                   |
| 09.20 – 09.30 | Ice Breaking                                                                |
| 09.30 – 10.30 | <b>Materi 1</b> : Konsep Memahami dan mempertahankan <i>Self-Acceptance</i> |
| 10.30 – 10.45 | Menulis tentang dirinya sendiri                                             |
| 10.45 – 11.35 | <b>Materi 2</b> : Strategi <i>Self-Acceptance</i>                           |
| 11.35 – 12.00 | Kuis pilihan berganda                                                       |



### Durasi Pelatihan II

| Waktu         | Kegiatan                                                      |
|---------------|---------------------------------------------------------------|
| 09.00 – 09.20 | Pembukaan<br>Ice breaking                                     |
| 09.20 – 09.50 | video                                                         |
| 09.50 – 11.00 | <b>Materi</b><br>Peningkatan <i>Self-Acceptance</i> pada guru |
| 11.00 – 11.35 | <i>Role playing</i>                                           |
| 11.35 – 12.00 | Diskusi kelompok penguatan                                    |

### Durasi Pelatihan III

| Waktu         | Kegiatan                                                          |
|---------------|-------------------------------------------------------------------|
| 09.00 – 09.20 | Pembukaan<br><b>Pertanyaan Reflektif</b>                          |
| 09.20 – 09.50 | Materi : Implementasi dalam Pendidikan tentang kurikulum merdeka. |
| 09.50 – 11.30 | <b>Penutup: penilaian diri</b>                                    |
| 11.35 – 12.00 | Post – test                                                       |

#### c. Lembar refleksi

Nama : .....

Umur : .....

Kecamatan : .....

| Pertanyaan                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Bagaimana Anda bisa meningkatkan <i>self-acceptance</i> dalam menghadapi perubahan?</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                                                                    |
| <p>2. Apa manfaat <i>self-acceptance</i> bagi profesionalisme Anda?</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                                                                                          |
| <p>3. Dari skala 1-5, bagaimana kamu menilai kemampuanmu untuk menerima diri sendiri? Berikan alasan atas jawabanmu dan tuliskan rencana untuk meningkatkan penerimaan diri.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| <p>4. Setelah mendiskusikan <i>self-acceptance</i>, apa yang akan kamu lakukan untuk lebih menghargai dirimu sendiri? Bagaimana kamu dapat membantu orang lain yang mengalami kesulitan menerima dirinya?</p>                                                  |

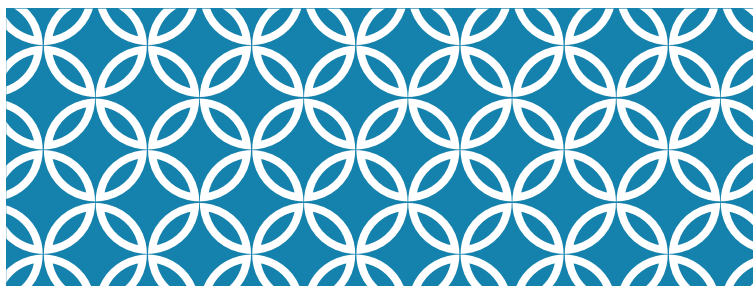
|                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| 5. Ketika menghadapi perubahan dalam Kurikulum Merdeka, bagaimana<br>Anda menyikapi kelemahan yang Anda miliki dalam<br>mengimplementasikannya? |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |
| .....                                                                                                                                           |

#### Daftar Pustaka

Almeida, C. S. de, Miccoli, L. S., Andhini, N. F., Aranha, S., Oliveira, L. C. de, Artigo, C. E., Em, A. A. R., Em, A. A. R., Bachman, L., Chick, K., Curtis, D., Peirce, B. N., Askey, D., Rubin, J., Egnatoff, D. W. J., Uhl Chamot, A., El-Dinary, P. B., Scott, J.; Marshall, G., Prensky, M., ... Santa, U. F. De.

- (2016)Title. In *Revista Brasileira de Linguística Aplicada* (Vol. 5, Issue 1).
- Arifiana, I. Y. (2016). Penerimaan Diri Pada Individu Indigo. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(03), 194–203. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i03.849>
- Dzihni, A., & Widyastuti, Y. (2019). *Dinamika penerimaan diri pada wanita dewasa awal fatherless*. 1–17.
- Gamayanti, W. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139–152. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1100>
- Heriyadi, A. (2013). *( Self Acceptance ) Siswa Kelas Viii Melalui Konseling Realita Di Smp Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang*.
- James W, Elston D, T. J. et al. (20 C.E.). 濟無No Title No Title No Title. In *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology*.
- M.iqbal, Anwar, S., Maliki, M., & Sari, R. (2022). Kurikulum dan Pendidikan (Merdeka Belajar Menurut Perspektif Humanism Arthur W Combs). *Jurnal Pendidikan*, 10(2), 2337–7593.
- Novitriani, A., & Hidayati, F. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique terhadap Self-Acceptance Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2322>
- Suwaji, I., & Setiawan, Y. (2015). Hubungan Antara Penerimaan Orang Tua dan Konsep Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Anak Slowlearner. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 283–288. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i03.417>
- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.738>
- Waney, N. C., Kristinawati, W., & Setiawan, A. (2020). Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Di Era Digital. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 73. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>

Lampiran power point Materi Self Acceptance



## PENERIMAAN DIRI

### LATAR BELAKANG

Profesi guru memiliki tanggung jawab untuk membantu siswanya berkembang. Guru merupakan figur yang memiliki peranan penting dalam bidang pendidikan. Berprofesi sebagai guru memang memiliki tantangan tersendiri karena sifat profesinya yang kompleks. Hal tersebut karena saat berada di sekolah, guru dibebani dengan banyaknya tugas administrasi sehingga akan memakan banyak waktu yang sama beratnya dengan mengajar.



## FENOMENA PENDIDIKAN INDONESIA SAAT INI



Digitalisasi  
dan Teknologi  
Pendidikan



Pembelajaran  
Berbasis  
Keterampilan



Tuntutan  
Kompetensi  
Guru

Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada guru dalam menghadapi tantangan kurikulum pendidikan adalah dengan meningkatkan

**PENERIMAAN DIRI**

(self-acceptance).



## DEFINISI PENERIMAAN DIRI

Sikap positif seseorang untuk menerima kelebihan dan kekurangannya. Seseorang yang menerima dirinya sendiri akan merasa lebih bahagia dan sejahtera, serta memiliki aura positif.

## MANFAAT PENERIMAAN DIRI DALAM DUNIA PROFESI

Penerimaan diri dalam pekerjaan dapat membantu meningkatkan kinerja, kesejahteraan mental, dan produktivitas.

Beberapa manfaat penerimaan diri dalam profesi :

- Meningkatkan kepercayaan diri
- Membantu menerima kritik yang membangun
- Membantu mengatasi stres dan tekanan kerja
- Membantu mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi
- Membantu membuat keputusan yang lebih baik
- Membantu mengekspresikan ide dengan lebih baik
- Membantu berkomunikasi dengan rekan kerja dan pimpinan dengan lebih baik

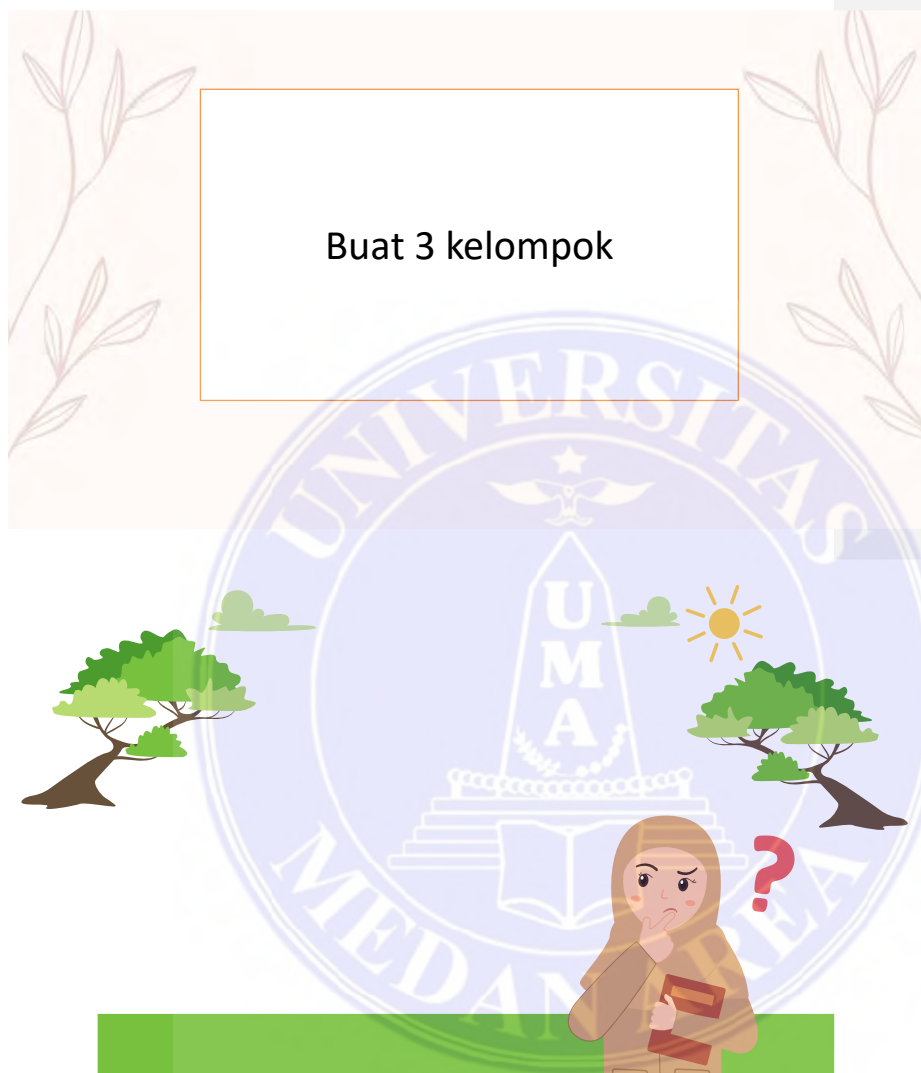
## KURANGNYA PENERIMAAN DIRI PADA PROFESI DAPAT BERPENGARUH NEGATIF PADA KEHIDUPAN DAN PEKERJAAN SESEORANG .

Tanda-tanda kurangnya individu dalam penerimaan diri:

- Benci pada diri sendiri, terutama dalam situasi sulit
- Menghindari introspeksi yang jujur
- Malu dengan kekurangan
- Menyangkal kekurangan
- Bersikap defensif saat dikritik

## Lampiran Power point Kurikulum Merdeka





## ACUAN CAPAI PEMBELAJARAN (CP)



Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan  
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi **Nomor**  
**032/H/KR/2022 Tentang Capaian Pembelajaran** pada Pendidikan Anak Usia  
Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah Pada  
Kurikulum Merdeka

## Pengorganisasian Pembelajaran

Cara satuan pendidikan mengatur muatan kurikulum dalam satu rentang waktu dan beban belajar, serta cara mengelola pembelajaran untuk mendukung pencapaian Capaian Pembelajaran (CP) dan profil pelajar Pancasila yang mengacu pada Standar Kompetensi Lulusan (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak untuk PAUD)

**Intrakurikuler** berisi kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan belajar sesuai jadwal dan beban belajar pada struktur kurikulum.

**Kokurikuler** berupa proyek penguatan profil pelajar Pancasila, merupakan pembelajaran kolaboratif lintas disiplin ilmu dalam mengamati, mengeksplorasi, dan/atau merumuskan solusi terhadap isu-isu permasalahan nyata yang relevan bagi peserta didik. Proyek penguatan profil pelajar Pancasila dilaksanakan dengan memperhatikan ketersediaan sumber daya satuan pendidikan dan peserta didik.

**Ekstrakurikuler** kegiatan yang dikembangkan oleh satuan pendidikan dalam bentuk pelayanan yang ditujukan untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik. Satuan pendidikan pada jenjang pendidikan dasar dan menengah jalur formal menyelenggarakan layanan ekstrakurikuler. **Satuan pendidikan pada pendidikan nonformal dan informal dapat menyelenggarakan layanan ekstrakurikuler.**



Diklat Berjenjang Tingkat Lanjut Direktorat Guru PAUD Dikmas - 2024



| URAIAN | INTRAKULIKULER                                                                                                                                                                                             | KO-KULIKULER                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | EKSTRAKULIKULER                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TUJUAN | Kegiatan pembelajaran intrakurikuler dirancang agar peserta didik dapat mencapai kemampuan yang tertuang di dalam Capaian Pembelajaran                                                                     | kegiatan yang <del>dirancang dan dilaksanakan</del> intrakurikuler yang bertujuan untuk menguatkan upaya pencapaian kompetensi dan karakter sesuai dengan profil pelajar pancasila yang disusun berdasarkan standar kompetensi lulusan (standar tingkat pencapaian perkembangan anak untuk paud). Tujuan pembelajaran proyek tidak harus dikaitkan dengan tujuan materi pelajaran intrakurikuler. | kegiatan di luar jam belajar intrakurikuler di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional |
| metode | 'merdeka belajar, merdeka bermain'. Dalam konteks PAUD, <del>setiap bebas memilih</del> ragam pendekatan yang menyenangkan dan mampu mencapai tujuan pembelajaran.                                         | kegiatan ini dilaksanakan sebanyak 1-2 tema yang berbeda dalam satu tahun serta dilaksanakan dalam konteks perayaan tradisi lokal, hari besar nasional, dan internasional dengan menggunakan 4 (empat) pilihan tema besar yang sudah ditetapkan. Namun, tidak harus selalu dikaitkan dengan perayaan.                                                                                             | Untuk satuan PAUD, program ekstrakurikuler dilaksanakan sesuai dengan kondisi masing-masing sekolah.                                                                                                                                                                                                             |
| Tema   | dalam program intrakurikuler, tema tidak ditetapkan. satuan paud bebas mengembangkan tema yang kontekstual sesuai dengan karakteristiknya                                                                  | "Aku Sayang Bumi",<br>"Aku Cinta Indonesia",<br>"Kita Semua Bersaudara",<br>"Imajinasi dan Kreativitasku".                                                                                                                                                                                                                                                                                        | tidak ada tema<br>Misal, menari, melukis, drumband, karate, pencak silat, dll                                                                                                                                                                                                                                    |
| Hasil  | bukti pencapaian capaian pembelajaran berupa portofolio/kumpulan hasil pekerjaan peserta didik dari berbagai instrumen asesmen, dilaporkan melalui rapor atau laporan kemajuan belajar untuk konteks PAUD. | Dilaporkan melalui rapor atau laporan kemajuan belajar untuk konteks PAUD pada bagian terpisah dengan intrakurikuler. Sesuai dengan dimensi P3                                                                                                                                                                                                                                                    | dilaporkan melalui rapor atau laporan kemajuan belajar untuk konteks PAUD, pada bagian terpisah dengan intrakurikuler.                                                                                                                                                                                           |

# DiskusiKelompok

Buatlah contoh ATP dikelompok anda dengan ketentuan :

Kembangkan satu sub elemen menjadi tujuan pembelajaran sesuai karakteritik satuan

Buatlahcontoh ATP dari tujuan pembelajaran tersebut

DiklatBerjenjangTingkat LanjutDirektoratGuru PAUDdan Dilmasa- 2024

RPP PAUD PELANGI  
Topik Tanaman disekitarku  
**Sub Topik: Sayubayam yang menyehatkan (Usia: 5-6 tahun)**

| Tujuan Pembelajaran                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Langkah-langkah pembelajaran                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Asesmen Pembelajaran                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---|----------------------------------------------------|--|--|---|---------------------------------------------|--|--|---|-----------------------------------------------------|--|--|---|----------------------------------------------|--|--|---|-----------------------------------------------|--|--|
| Anak menjelaskan cara-cara merawat alam<br>Anak mampu memilih hal yang ia suka.<br>Anak menuangkan pikiran dan/atau perasaan dalam bentuk coretan untuk menyampaikan pesan.<br>Anak menunjukkan pemahaman korespondensi satu ke satu menggunakan benda konkret.<br>Anak membandingkan kesamaan dan perbedaan dari bentuk geometri sederhana. | 1. Pembukaan (salam, doa, absensi, cerita untuk melakukan eksplorasi sesuai topik, nyanyi, aturan)<br>2. Kegiatan Pembelajaran :<br>3. Membentuk sayuran dari playdough<br>4. Membuat bentuk sayuran dari berbagai alat dan bahan<br>5. Membangun kebun sayur<br>6. Membuat kemasan makanan<br>7. Penutup (review, nyanyi, doa, pulang) | <table><thead><tr><th>No</th><th>IKTP (Indikator Ketercapaian Tujuan Pembelajaran)</th><th>Muncul/Tidak</th><th>Hasil pengamatan</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>Anak dapat menyebutkan cara merawat alam (ranaman)</td><td></td><td></td></tr><tr><td>2</td><td>Anak dapat menentukan kegiatan yang ia suka</td><td></td><td></td></tr><tr><td>3</td><td>Anak mencoreti/menulis kegiatan/karya yang dia buat</td><td></td><td></td></tr><tr><td>4</td><td>Anak dapat menghitung benda sebarang konkret</td><td></td><td></td></tr><tr><td>5</td><td>Anak dapat menyebutkan bentuk bulat dan kotak</td><td></td><td></td></tr></tbody></table> | No               | IKTP (Indikator Ketercapaian Tujuan Pembelajaran) | Muncul/Tidak | Hasil pengamatan | 1 | Anak dapat menyebutkan cara merawat alam (ranaman) |  |  | 2 | Anak dapat menentukan kegiatan yang ia suka |  |  | 3 | Anak mencoreti/menulis kegiatan/karya yang dia buat |  |  | 4 | Anak dapat menghitung benda sebarang konkret |  |  | 5 | Anak dapat menyebutkan bentuk bulat dan kotak |  |  |
| No                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | IKTP (Indikator Ketercapaian Tujuan Pembelajaran)                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Muncul/Tidak                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Hasil pengamatan |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Anak dapat menyebutkan cara merawat alam (ranaman)                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Anak dapat menentukan kegiatan yang ia suka                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
| 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Anak mencoreti/menulis kegiatan/karya yang dia buat                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Anak dapat menghitung benda sebarang konkret                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Anak dapat menyebutkan bentuk bulat dan kotak                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                   |              |                  |   |                                                    |  |  |   |                                             |  |  |   |                                                     |  |  |   |                                              |  |  |   |                                               |  |  |

# REFLEKSI DAN EVALUASI

Diklat Berjenjang Tingkat Lanjut Direktorat Guru PAUD dan Dikmas- 2024