

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SISWA KELASX TGM 1
SMK N 02 KOTA BENGKULU**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu**

OLEH :

AYU WAHYUNI

NPM. A1L010077

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2014

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X TGM 1**

SMK N 2 KOTA BENGKULU

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu**

Oleh:

AYU WAHYUNI

NPM: A1L010077

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH:

Pembimbing I



Dr. Hadiwinarto, M. Psi.
NIP. 195809131984031003

Pembimbing II



Rita Sinthia, S.Psi, M.Si
NIP. 197806272006042002

Mengetahui:

**Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling**



Dr. Hadiwinarto, M.Psi.
NIP. 195809131984031003

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X TGM 1**

SMK N 2 KOTA BENGKULU

**Skripsi Ini Dinyatakan Lulus Setelah di Pertahankan di Depan Tim
Penguji pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

Universitas Bengkulu

Ujian dilaksanakan pada:

**Hari : Senin
Tanggal : 16 juni 2014
Pukul : 08.00 – 09.00 WIB
Tempat : Ruang Rapat JIP**

TIM PENGUJI:

Penguji I **Dr. Hadiwinarto, M.Psi**
NIP.198509131984031003 (*Hadiwinarto*)

Penguji II **Rita Sinthia, S.Psi.,M.Si**
NIP. 197806272006042002 (*Rita Sinthia*)

Penguji III **Dr. I Wayan Dharmayana, M.Psi**
NIP.196101231985031002 (*I Wayan Dharmayana*)

Penguji IV **Drs. Wahiruddin Wadin, M.Pd**
NIP. 195506161985031001 (*Wahiruddin Wadin*)

Disetujui Oleh:

Dekan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu

Prof. Dr. Rambat Nur Sasongko, M.Pd.
NIP.19611207 198601 1 001

Dr. Manap Soemantri, M.Pd.
NIP. 19590520 198603 1 001

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Bengkulu, Juni 2014



Ayu Wahyuni
Ayu Wahyuni

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa yang tidak kamu kerjakan (As- Saff3)
- Ilmu lebih baik daripada harta jika dibelanjakan berkurang, tetapi ilmu jika disebarkan maka akan bertambah (Ali Bin Abi Thalib)
- Teman yang baik adalah yang ada saat kita butuhkan, bukan hanya ada pada saat membutuhkan

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan hasil karya yang sederhana ini kepada mereka yang kucintai :

- ❖ Maha Kuasa Alam Jagad Raya Allah SWT dan rasul-Nya Muhammad Saw
- ❖ Ayahanda (Bakarudin) dan ibunda (Nurliati) yang kucintai, yang telah membimbing, mendoakan dan selalu menerimaku dengan kasih sayang serta selalu sabar dalam menantikan keberhasilanku.
- ❖ Pamanku (Drs. Herman Lusa, M.Pd& Mintuo Ernawati, S.Pd), (Sayuti & Mintuo Mimi), (Edi. S&Mintuo Rup) yang telah memberiku semangat untuk terus maju menggapai kesuksesan.
- ❖ Kakakku (Depi Karlina, S.E & Novel Fesholia), (EvaYulinda & Fernando, S.E), (Eri Naldi), serta Eni Livia Wati, S.Pd yang tak henti-hentinya memberiku semangat dan membimbingku dalam menggapai kesuksesan.
- ❖ Sahabatku (Anna Ayu Herawati, Resti Pratidina P, Yona Septiyani, Dwi Rahayu S, Dheri Dwi P) dan semester 8 B terimakasih atas semua bantuan kalian. Dan Almamaterku

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dari layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 SMK N 2 Kota Bengkulu melalui treatment bimbingan kelompok yang diberikan. Penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimen yang diberikan 5 kali *treatment* bimbingan kelompok sesuai dengan lima kisi-kisi angket penyesuaian diri yang tersedia. Treatment bimbingan kelompok ini diberikan kepada 8 orang siswa X TGM 1. Penelitian eksperimen ini menggunakan analisis data dengan uji T-Test, dimana hasilnya menunjukkan nilai sig 2-tailed adalah 0.000 yang berarti H_0 ditolak sehingga ada perbedaan yang signifikansi terhadap penyesuaian diri sebelum dan sesudah diberikan *treatment* bimbingan kelompok ini. Dari hasil pre-test yang dilakukan sebanyak 5 kali tersebut didapatkan hasil bahwa 5 orang yang memiliki kriteria rendah dengan skor rata-rata 62,5 % serta 3 orang memiliki kriteria sangat rendah dengan skor rata-rata 37,5%. Gambaran hasil post-test dari 8 siswa yang menjadi sampel tersebut diperoleh peningkatan yang positif dengan hasil 5 orang yang memiliki kriteria sedang dengan skor rata-rata 62,5 % serta 3 orang yang memiliki kriteria tinggi dengan skor rata-rata 37,5 % . Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh terhadap penyesuaian diri siswa yang menjadi sampel penelitian. Maka disarankan kepada guru Bimbingan dan konseling untuk menerapkan treatment bimbingan kelompok ini dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Kata kunci : *Bimbingan kelompok, Penyesuaian diri* .

ABSTRACT

This study aimed to examine the effects services guidance of group adjustment to the students of class X TGM 1 SMK N 2 Bengkulu city through a given treatment guidance group. Research conducted experimental research is given 5 times treatment in accordance with the guidance of a group of five lattice available. Treatment questionnaire adjustment guidance is given to a group of 8 students X TGM 1. Research this experiment using data analysis to test the T-Test, where the results showed sig 2-tailed value is 0.000 which means Ho denied there is that significant differences in the adjustment before and after treatment are given guidance this. From pre-test results were do five times can the results that 5 people who have a low criteria with an average score of 62.5% and 3 people have very low criteria with an average score of 37.5%. Picture of the post-test results from a sample of 8 students is obtained positive increase with an results 5 people who have moderate criteria with an average score of 62.5% and the 3 people that have a high criteria with an average score of 37.5%. Based on these results we can conclude that the effect guidance of group on student adjustment as sample. It is suggested that guidance and counseling teachers to implement this treatment group guidance in improving student adjustment.

Keywords: Guidance group, Adjustment.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X TGM 1 SMK N 2 Kota Bengkulu*”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini dapat diselesaikan dengan adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. Hadi Winarto, M.Psi selaku Ketua Jurusan Program Studi S1 BK serta pembimbing utama yang dengan semua keikhlasan hatinya memberikan ilmu, waktu, tenaga, dan perhatiannya dalam penulisan skripsi ini.
2. Ibu Rita Sinthia, S.Psi.M, Si selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang dengan semua keikhlasan hatinya memberikan ilmu, waktu, tenaga, dan perhatiannya dalam penulisan skripsi ini.
3. Bapak Dr. I Wayan Dharmayana selaku Dosen Penguji Utama yang telah memberikan bimbingan dan saran demi perbaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Wahirudin Wadin, M.Pd selaku Dosen Penguji Pendamping yang telah memberikan bimbingan dan saran demi perbaikan skripsi ini
5. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan.
6. Bapak Syamsir, M.Pd selaku kepala sekolah SMK N 2 Kota Bengkulu yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.

7. Ibu Desi Yanti, S.Pd selaku guru BK SMK N 2 Kota Bengkulu yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
8. Orang tua tercinta yang telah memberikan dukungan dan kasih sayang selama penulisan skripsi ini.
9. Rekan- rekan Mahasiswa S1 BK dan semua pihak yang telah membantu suksesnya penelitian ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih atas semua perhatian dan partisipasi yang telah disumbangkan semua pihak tersebut di atas. Semoga ALLAH SWT membalas dengan amal yang suci. Amin.

Bengkulu, Juni 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Kegunaan Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. Penyesuaian Diri.....	12
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	12
2. Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri.....	14

3. Perkembangan Perilaku Sosial	
Remaja.....	16
4. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian	
Diri Siswa.....	23
5. Kriteria Penyesuaian Diri.....	26
B. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	34
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	34
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	35
3. Jenis Layanan Bimbingan Kelompok.....	35
4. Komponen Dalam Bimbingan Kelompok.....	36
5. Azas Bimbingan Kelompok.....	38
6. Teknik Bimbingan Kelompok.....	39
7. Tahap Penyelenggaraan Bimbingan Kelompok.....	41
C. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap	
Penyesuaian Diri Siswa.....	42
D. Hasil Penelitian Relevan.....	44
E. Kerangka Pikir.....	48
F. Hipotesis Penelitian.....	48

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 50

A. Desain Penelitian	50
B. Tempat & Waktu Penelitian.....	51
C. Subjek Penelitian.....	51
D. Prosedur Pengambilan Subjek Penelitian.....	52
E. Variabel Penelitian.....	52
F. Teknik Pengumpulan Data.....	54
G. Teknik Analisis Data.....	58

H. Hipotesis Statistik.....	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Hasil Penelitian	63
1. Deskripsi Data.....	63
2. Pengujian Persyaratan Analisis.....	72
3. Uji hipotesis.....	73
B. Pembahasan.....	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Kriteria Penyesuaian Diri.....	56
Tabel 3.2 Kisi- Kisi Angket Penyesuaian Diri.....	57
Tabel 3.3 Sebaran Item Valid dan Gugur Angket Penyesuaian Diri.....	60
Tabel 4.1 Kriteria Ukur Penyesuaian Diri.....	65
Tabel 4.2 Rata-rata dan standar deviasi penyesuaian diri.....	65
Tabel 4.3 Distribusi skor awal penyesuaian diri siswa.....	66
Tabel 4.4 Responden Treatment.....	68
Tabel 4.5 Distribusi skor pre test penyesuaian diri.....	69
Tabel 4.6 Distribusi skor post tes penyesuaian diri.....	70
Tabel 4.7 Rata-rata dan standar deviasi penyesuaian diri pre-test dan post-test	72

DAFTAR DIAGRAM

Grafik 4. 1 Tingkat penyesuaian diri secara keseluruhan	67
Grafik 4.2 Tingkat penyesuaian diri Pre-test dan post-test	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrument Penyesuaian Diri	84
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrument Penyesuaian Diri.....	89
Lampiran 3 Instrument Penyesuaian Diri sesudah Valid.....	96
Lampiran 4 Data Hasil Tingkat Penyesuaian Diri	100
Lampiran 5 Hasil Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri.....	107
Lampiran 6 Hasil Uji Normalitas.....	111
Lampiran 7 Hasil Uji T-Test.....	113
Lampiran 8 Satlan dan Materi Bimbingan Kelompok.....	115
Lampiran 9 Lembar Observasi Bimbingan Kelompok	157
Lampiran 10 Lembar Hasil Observasi Bimbingan Kelompok...	159
Lampiran 11 Foto –foto kegiatan penelitian bimbingan kelompok...	161

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Wahyudin (2007:18) Pendidikan merupakan suatu sistem yang memiliki kegiatan cukup kompleks, karena meliputi berbagai komponen yang berkaitan satu sama lain. Berbagai komponen yang terlibat dalam kegiatan pendidikan harus saling menunjang dan ikut memberikan pengaruh dalam kegiatan pendidikan. Hal ini dapat dilihat dari hubungan antara peserta didik (siswa) , pendidik (guru), kurikulum, pendekatan ataupun metode yang dipakai, alat peraga ataupun media yang digunakan guru dan rancangan pelaksanaan pembelajaran yang dibuat oleh guru.

Menurut UUSPN No. 20 tahun 2003 pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Menurut UNESCO terdapat empat pilar pendidikan yang dapat dijadikan guru sebagai pedoman untuk dapat mewujudkan pendidikan yang lebih bermutu adalah : 1) siswa belajar untuk mengetahui (*learning to know*), siswa belajar mengetahui apa yang bermakna bagi kehidupannya serta membekali siswa agar dapat menyesuaikan dengan perkembangan zaman ilmu pengetahuan dan teknologi sekarang , 2) siswa belajar untuk melakukan sesuatu (*learning to do*),siswa belajar untuk dapat mengaplikasi ilmu, bekerja sama dengan team, dan belajar memecahkan masalah dalam berbagai situasi yang ada , 3) siswa belajar untuk menjadi seseorang (*learning to be*), penguasaan pengetahuan dan keterampilan merupakan bagian dari proses belajar menjadi diri sendiri, 4) siswa belajar untuk menjalani kehidupan bersama (*learning to live together*), pada proses ini siswa terbiasahidup bersama,saling menghargai,dan terbuka.

Berdasarkan kutipan di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa empat pilar pendidikan juga dapat menjadi pedoman bagi konselor atau guru pembimbing dalam mewujudkan pendidikan bimbingan dan konseling. Semua pilar pendidikan itu merupakan tujuan utama dalam memberikan layanan-layanan dalam bimbingan dan konseling, salah satu yang penting dan utama setelah dilaksanakan layanan bimbingan dan konseling adalah siswa belajar untuk melakukan sesuatu (*learning to do*), yaitu siswa belajar

untuk dapat mengaplikasi ilmu, bekerja sama dengan team, dan belajar memecahkan masalah dalam berbagai situasi yang ada.

Pada sekolah lanjutan tingkat atas, kondisi siswanya termasuk kategori umur remaja, sehingga dalam tingkah lakunya cenderung untuk memperlihatkan identitasnya dalam bertingkah laku seperti: senang berkumpul, suka mencoba-coba, menyenangi hal-hal yang baru, dan suka menantang ingin menang sendiri. Kondisi kejiwaannya masih sangat labil dan tingkah lakunya mudah berubah dan sangat emosional. Hal ini menyebabkan remaja menghadapi permasalahan, terutama masalah dalam penyesuaian diri yang mengakibatkan siswa mengalami perubahan yang tidak baik, seperti tidak percaya diri, prestasi belajar rendah yang akan mengakibatkan kesulitan dalam belajar.

Menurut Sunarto dan Hartono (1999:221) “ penyesuaian diri merupakan suatu proses dari salah satu ciri kepribadian yang sehat mentalnya dengan memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya”.

Hurlock (1992:223) menyatakan bahwa “*penyesuaian diri* merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya, selanjutnya para remaja merasa dirinya harus lebih banyak menyesuaikan diri dengan norma-norma

kelompok sebaya daripada norma-norma orang dewasa atau penguasa lembaga dan tidak mau lagi dianggap anak-anak melainkan hampir dewasa”.

Remaja sebagai makhluk sosial dituntut memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang baik pada remaja adalah ketika orang lain mau menerimanya, penyesuaian social yang baik akan terbina dgn menciptakan hubungan yg harmonis, tidak saling cemburu terhadap orang lain, tidak agresif, bersikap baik, tidak suka mengkritik org lain, tidak mudah depresi jika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginannya.

Berdasarkan pengalaman-pengalaman yang didapat di sekolah dan di luar sekolah siswa memiliki sejumlah pengetahuan, kecakapan, minat-minat dan sikap-sikap. Dengan pengalaman itu siswa secara berkesinambungan dibentuk menjadi seseorang pribadi seperti apa yang dia miliki sekarang dan menjadi seorang pribadi tertentu di masa mendatang. Dengan demikian, bagi siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri mungkin akan mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru, teman, dan mata pelajaran tertentu. Hal ini di karenakan siswa memasuki jenjang sekolah baru (SMK) yang berbeda ketika di SMP.

Bantuan yang dapat diberikan oleh guru pembimbing sebagai guru konselor sekolah dengan memberikan layanan bimbingan kelompok, dimana menurut Gazda dalam (Prayitno, 2008: 309) bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu siswa menyusun rencana dan mengambil keputusan yang tepat. Dalam bimbingan kelompok materi yang diberikan sesuai dengan permasalahan siswa mengenai penyesuaian diri yang diberikan oleh pemimpin kelompok yang disebut topic tugas. Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan keberhasilan dan tercapainya tujuan dari layanan bimbingan kelompok. Banyak sekali keuntungan yang diperoleh para peserta apabila dinamika kelompok aktif yaitu pengembangan diri terutama berkembangnya kemampuan social secara umum yang selayaknya dikuasai oleh masing-masing individu-individu.

Selain pengembangan diri secara umum, melalui dinamika kelompok yang aktif yang sengaja dirancang dan dirangsang oleh pemimpin kelompok, ada lagi hal positif yang diperoleh yaitu terciptanya pemecahan masalah bagi anggota kelompok dan mendapatkan berbagai pengalaman, informasi, wawasan, pemahaman, nilai dan sikap, serta berbagai alternative yang bisa mereka praktikkan dalam menyelesaikan masalah terutama dalam membantu siswa dalam menyesuaikan diri dengan baik.

Berdasarkan pengamatan awal peneliti selama melakukan PPL II di SMK Negeri 2 Kota Bengkulu pada bulan Desember tahun 2013 , diketahui masih banyak siswa yang memiliki penyesuaian diri yang kurang baik di lingkungan sosialnya. Masih ada siswa yang bertutur kata kurang sopan dengan guru atau staf lainnya, penjaga koperasi, satpam sekolah, petugas kebersihan. Selain itu, ada siswa yang belum mampu menerima teman apa adanya. Indikasinya adalah siswa masih pilih-pilih dalam berteman. Serta dari hasil wawancara dengan guru pembimbing ternyata masih banyak siswa yang kurang menghargai guru dalam mengajar di depan kelas, ini juga pemandangan sering kali terlihat saat proses belajar mengajar berlangsung, hal ini ditunjukkan dengan sikap siswa yang ribut, mengganggu teman dan mengajak teman berbicara.

Selanjutnya pengamatan awal dari wawancara langsung dengan salah seorang siswa kelas X TGM 1 SMK Negeri 02 Kota Bengkulu masih terdapat siswa yang ketika jam istirahat lebih senang menyendiri dan menarik diri. Alasannya karena ia merasa kurang nyaman berada di sekolah dan masih canggung dalam membangun komunikasi. Selain itu ia juga merasa bahwa tidak ada orang yang bisa mengerti apa yang ia lakukan. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan siswa memiliki penyesuaian diri yang kurang baik.

Siswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik, ia lebih suka menyendiri , menjadi pemalu dan hanya bergaul dengan orang-orang tertentu saja serta siswa yang bersangkutan suka melamun, tampak tidak percaya diri dan tidak ceria.

Untuk menindak lanjuti permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa di kelas X TGM 1 . Diharapkan melalui bimbingan kelompok ini dapat memberikan solusi positif dalam memecahkan permasalahan yang menyangkut pada penyesuaian diri siswa. Adapun judul penelitian ini adalah “***Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XTGM 1 di SMK N 2 Kota Bengkulu***”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang dikemukakan dalam penulisan ini adalah :

1. Penyesuaian diri remaja terutama dengan lingkungan sosial di sekolah.

Permasalahan muncul ketika remaja memasuki jenjang sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah lanjutan atas. Remaja cenderung mengalami masalah dengan guru, teman sebaya, dan

mata pelajaran tertentu. Pada akhirnya prestasi belajar menjadi menurun dibandingkan prestasi di sekolah sebelumnya.

2. Remaja juga sering mengalami masalah dalam pemilihan sekolah.

Remaja terkadang memilih sekolah yang tidak sesuai dengan minat, bakat dan kemampuannya. Ketidak sesuaian ini memicu timbulnya penyesuaian sosial remaja yang tidak baik. Dalam hal ini seharusnya orang tua ataupun pendidik hendaknya mengarahkan pilihan sekolah yang sesuai dengan bakat, kemampuan serta sifat-sifat pribadinya.

3. Remaja mengalami kesulitan dalam membagi waktu belajar

Permasalahan lain yang muncul antara lain ketika remaja mengalami kesulitan dalam membagi waktu belajar. Adanya pertentangan antara belajar dengan keinginan untuk ikut aktif dalam kegiatan sosial, kegiatan ekstra kurikuler, dan sebagainya.

4. Pelanggaran-pelanggaran terhadap peraturan sekolah.

Munculnya perilaku yang dilakukan oleh siswa di sekolah berbentuk pelanggaran-pelanggaran terhadap peraturan di sekolah. Siswa seringkali menunjukkan perilaku yang menyimpang seperti sebagai berikut : berbicara kurang baik serta berkata-kata kurang sopan, menyontek pada waktu ulangan berlangsung, ribut pada saat berlangsungnya proses belajar

mengajar, membolos, malas sekolah, keluar pada waktu proses pelajaran berlangsung, menyimpan video porno.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat terlalu luasnya penelitian ini serta terbatasnya waktu, tenaga, dan biaya, maka peneliti membatasi penelitian mengenai “Pengaruh layanan Bimbingan kelompok dan penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMK N 2 Kota Bengkulu”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMKN 2 Kota Bengkulu sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok ?
2. Bagaimana tingkat penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMKN 2 Kota Bengkulu setelah pemberian layanan bimbingan kelompok ?
3. Apakah ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMK N 2 Kota Bengkulu ?

E. Tujuan Penelitian

1. Mendiskripsikan penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMK N 02 Kota Bengkulu sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.
2. Mendiskripsikan penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 di SMK N 02 Kota Bengkulu setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.
3. Mendiskripsikan pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa kelas X TGM 1 SMK N 02 Kota Bengkulu.

F. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a) Dapat memberikan sumbangan pikiran dan pengetahuan yang mendalam tentang pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial siswa.
- b) Sebagai referensi atau rujukan untuk penelitian lainnya.
- c) Sebagai bahan bacaan para mahasiswa maupun insan pendidik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

- 1) Siswa mempunyai penyesuaian diri yang rendah dapat ditingkatkan melalui kegiatan bimbingan kelompok dan dapat mengembangkan potensi diri dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

- 2) Menumbuhkan sikap berani untuk mengutarakan pendapat dalam kelompok maupun kelas.
- 3) Memperkuat hubungan social antara siswa.

b. Bagi peneliti

- 1) Memberikan pengalaman secara praktik dalam merencanakan (plan), melaksanakan layanan (proses) dan menganalisis masalah (solution) dalam permasalahan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan.
- 2) Menambah wawasan dalam mengaplikasikan teori yang didapat semasa kuliah.

c. Bagi konselor sekolah

- 1) Menjadi masukan bagi guru / Konselor sekolah.
- 2) Dapat memperbaiki kelemahan siswa kearah yang lebih baik.
- 3) Konselor atau guru mendapatkan modal awalbertatap muka dengan siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

d. Bagi lembaga sekolah

Sebagai masukan dalam memberikan informasi yang diharapkan dapat dipakai sebagai bahan pertimbangan dalam rangka pembinaan dan pengembangan sekolah yang bersangkutan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Menurut Fahmi (dalam Desmita, 2009:191) mendefinisikan penyesuaian adalah “suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih baik dan serasi antara hubungan diri individu dengan lingkungan sosialnya”. Jadi penyesuaian dimaksudkan menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Menurut Hollander (dalam Desmita, 2009:191) penyesuaian diri merupakan suatu proses mencakup respons mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, serta frustrasi yang dialaminya”. Jadi penyesuaian diri yang dimaksud dari pernyataan di atas yaitu tingkah laku ataupun kelakuan individu untuk mewujudkan tercapainya kerharmonisan antara tuntutan dari dalam dirinya dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan sekitarnya.

Definisi di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan reaksi. Maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya, dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Dalam hal ini seorang remaja tidak hanya dipengaruhi oleh individu lain tetapi juga mampu mempengaruhi, mengubah, dan memperbaiki kelakuan individu lain.

Baum (dalam Desmita, 2009 :193) mengemukakan bahwa “tingkah laku penyesuaian diri diawali dengan stress, yaitu suatu keadaan dimana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan atau kesejahteraan atau kenyamanan diri seseorang”.

Berdasarkan definisi diatas peneliti menyimpulkan bahwa Individu yang yang tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya akan merasa menderita karena ia tidak mampu menyesuaikan dirinya. Bagi kebanyakan remaja mengalami masalah dalam penyesuaian dirinya di lingkungan teman sebaya. Tidak jarang juga ditemui bahwa remaja mengalami stress dan depresi yang disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian karena banyaknya tekanan. Pada kenyataannya dalam kehidupan sehari-hari, manusia tidak lepas dari hubungan antara satu sama lain serta hubungan ini merupakan hubungan yang penting dalam interaksi sosial.

2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri

Anak yang melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya, diharapkan dapat menimbulkan terjadinya keharmonisan dalam hidupnya, tetapi yang sering terjadi malah sebaliknya. Tidak selamanya anak berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena terdapat rintangan yang datang dari dalam dirinya maupun rintangan dari luar dirinya, oleh karena itu, terdapat karakteristik penyesuaian diri individu yang menentukan berhasil atau tidaknya individu tersebut terutama dalam penyesuaian sosialnya.

Menurut Sunarto dan Hartono (1999:224) karakteristik penyesuaian diri seorang individu sangat penting dan menjadi faktor penentu dalam keberhasilan atau kegagalan dalam penyesuaian sosial remaja, hal ini meliputi penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri yang salah, antara lain:

a. Penyesuaian diri secara positif

Individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai dengan beberapa hal sebagai berikut ini : 1) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, 2) tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, 3) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, 4) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, 5) mampu dalam belajar, 6) menghargai pengalaman, 7) bersikap realistis dan objektif.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa dalam melakukan penyesuaian diri positif, individu akan menunjukkan penyesuaian dirinya dalam berbagai bentuk antara lain: a) penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung, b) penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan), c) penyesuaian dengan *trial and error* atau coba-coba, d) penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti), e) penyesuaian diri dengan dengan menggali kemampuan diri, f) penyesuaian dengan belajar, g) penyesuaian dengan pengendalian diri, h) penyesuaian dengan perencanaan yang cermat.

b. Penyesuaian diri yang salah

Penyesuaian diri yang salah adalah kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif. Pada penyesuaian diri yang salah juga terdapat beberapa bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistic, agresif, dan seterusnya. Dijelaskan oleh Sunarto dan Hartono (1999: 227) bahwa terdapat tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah, yaitu : 1) reaksi bertahan (*defence reaction*), 2) reaksi menyerang (*aggressive reaction*), 3) reaksi melarikan diri (*escape reaction*).

3. Perkembangan perilaku sosial pada masa remaja

Menurut Sunarto dan Hartono (1999:128) remaja adalah tingkat perkembangan anak yang telah mencapai jenjang menjelang dewasa. Pada jenjang ini, kebutuhan remaja telah cukup kompleks, dan interaksi sosial serta pergaulan remaja juga cukup luas. Dalam penyesuaian sosial remaja telah mulai memperhatikan dan mengenal berbagai norma pergaulan.

Remaja mulai memahami norma dalam pergaulan dengan kelompok remaja. Menurut Hurlock (1991:26), ada tiga tahap perkembangan remaja yaitu :

- a. Remaja awal (*early adolescence*), seorang remaja pada tahap ini masih heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis.
- b. Remaja madya (*middle adolescence*), pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan, remaja sangat senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan *narcistic* yaitu mencintai diri sendiri dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu remaja juga berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana.

Peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis dan sebagainya.

c. Remaja akhir (*late adolescence*), tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu :

- 1) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu, 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan pernah berubah lagi, 4) Egosentris diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan kepentingan orang lain, 5) Tumbuhnya dinding yang memisahkan diri pribadinya dan masyarakat umum.

Keterangan di atas dapat dilihat bahwa remaja mengalami banyak perubahan, baik secara jasmani maupun rohani dalam proses mencari identitasnya, dimana pada masa ini remaja bukan anak-anak lagi dan bahkan belum menjadi dewasa.

Menurut Hurlock (1992:207) Pada saat remaja sekolah menengah umum atau sederajat biasanya remaja berusia "13-18" tahun, yang pada masa ini remaja berada pada masa remaja pertengahan (*middle adolescence*), sehingga memiliki pengaruh kelompok teman sebaya yang berlangsung dalam perubahan-perubahan yang ditandai dengan adanya hal-hal khusus, seperti:

- a) Meningkatnya emosi yang intensitasnya tergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi karena perubahan emosi biasanya terjadi lebih cepat selama masa awal remaja, sehingga meningkatnya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja.
- b) Perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan menimbulkan masalah baru bagi remaja, masalah baru yang timbul bagi remaja tampaknya dirasakan lebih banyak dan lebih sulit
- c) Adanya perubahan minat dan pola perilaku sehingga apa yang ada pada kanak-kanak dianggap penting menjadi tidak penting lagi
- d) Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan, mereka menginginkan dan menuntut kebebasan tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut.

Diiringi dengan adanya beberapa perubahan tersebut semakin jelas bahwa pada masa remaja harus melakukan penyesuaian yang merupakan salah satu dari tugas perkembangan yang harus dilakukan oleh remaja, dimana pada masa remaja harus menguasai kemampuan membina hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebaya yang sama atau berbeda jenis kelamin. Kemampuan itu seperti berfikir positif, empati, dan

kontrol emosi. Hal ini merupakan salah satu tugas perkembangan yang tersulit bagi remaja dalam melakukan penyesuaian diri.

Menurut Hurlock(1992: 213) dalam mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa remaja harus memiliki banyak penyesuaian baru yaitu :

(1) Kuatnya pengaruh kelompok teman sebaya

Pada masa remaja biasanya remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman-teman sebayanya sebagai kelompok, maka dapat dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku lebih besar daripada pengaruh dari keluarganya.

(2) Perubahan dalam perilaku sosial

Dalam hal ini kegiatan sosial biasanya mencapai puncaknya selama tahun-tahun Sekolah Menengah Atas, dengan meluasnya kesempatan untuk melibatkan diri dalam berbagai kegiatan sosial. Maka wawasan sosial semakin membaik sehingga remaja dapat menilai teman-teman dengan lebih baik dan penyesuaian diri dalam situasi sosial juga bertambah baik.

(3) Pengelompokan sosial baru

Pada masa remaja terjadi perubahan minat individu dari kegiatan bermain menjadi minat pada kegiatan sosial yang lebih formal. Kelompok sosial anak laki-laki biasanya lebih besar dibandingkan dengan

pengelompokan anak-anak perempuan yang lebih kecil. Pada masa ini remaja lebih senang berada dalam kelompok sebayanya.

(4) Nilai baru dalam memilih teman

Biasanya remaja memilih teman yang mempunyai minat dan nilai-nilai yang sama yang dapat dimengerti dan membuatnya merasa aman dan kepadanya ia dapat mempercayakan masalah-masalah dan membahas hal-hal yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua atau guru. Hal ini menunjukkan bahwa pengungkapan diri bertambah penting pada masa remaja.

Remaja mempunyai nilai baru dalam menerima atau tidak menerima anggota kelompok sebaya seperti klik, adanya kelompok besar atau geng. Nilai ini didasarkan pada nilai kelompok sebaya yang digunakan untuk menilai anggota kelompok. Dalam hal ini remaja sangat mengerti bahwa ia dinilai dengan standar yang sama dengan yang digunakan untuk menilai orang lain.

(5) Nilai baru dalam memilih pemimpin

Faktor utama dalam memilih pemimpin yang terpenting adalah kepribadian yaitu bertanggung jawab, ekstrovert, semangat tinggi, banyak akal dan lebih dapat mengambil inisiatif, emosinya stabil, penyesuaian dirinya baik, bahagia dan mempunyai sedikit kecenderungan neurotik.

Remaja yang diterima oleh teman-temannya biasanya aktif dalam berbagai kegiatan kelompok organisasi di sekolah serta memegang posisi penting dalam sekolah seperti menjadi pemimpin dalam sekolah.

Fungsi teman sangatlah penting bagi masa remaja terutama sebagai tempat berbagi rasa dan penderitaan maupun kebahagiaan serta belajar cara-cara menghadapi masalah yang banyak timbul sehubungan dengan tugas-tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh remaja. Maka tidak heran ditemukan oleh Hurlock (1992: 215) bahwa “ persahabatan menjadi semakin penting pada masa remaja dan popularitas diantara teman-teman sebaya merupakan suatu motivasi yang kuat”. Motivasi dalam hal ini dimaksudkan sebagai kemajuan-kemajuan dalam perkembangan kognitif serta pengetahuan sosial mereka tentang bagaimana menciptakan dan mempertahankan kawan-kawan meningkat.

Hal ini tampak bahwa penerimaan sosial sangatlah penting bagi remaja dalam penyesuaian diri. Remaja yang penyesuaian dirinya baik biasanya ia akan diterima oleh teman-teman sebayanya sehingga ia memiliki banyak keuntungan seperti disukai oleh teman-temannya, baik di sekolah maupun di luar sekolah, berbeda halnya bagi remaja yang ditolak oleh temannya maka ia akan merasa kesepian.

Bagi remaja tinggi rendahnya penerimaan sosial oleh teman-teman sebayanya tentu sangatlah penting dan hal ini juga memiliki hubungan yang signifikan dalam hal bagaimana remaja melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri yang baik tentunya ingin diraih setiap orang dan hal ini tidak akan tercapai kecuali bila kehidupan individu tersebut benar-benar terhindar dari tekanan-tekanan, kegoncangan dan ketegangan-ketegangan jiwa yang bermacam-macam, serta individu tersebut mampu menghadapi kesukaran dengan cara objektif serta berpengaruh bagi kehidupannya.

Menurut Hurlock (1992:217) kondisi-kondisi yang ditolak oleh lingkungan sosial teman sebaya, antara lain: (a) Penampilan diri kurang menarik atau sikap menjauhkan diri dan mementingkan diri sendiri, (b) Tidak sportif, (c) Penampilan tidak sesuai dengan standar kelompok dalam hal daya tarik fisik atau tentang kerapian, (d) Perilaku sosial menonjolkan diri, mengganggu, menggertak orang lain, senang memerintah, tidak dapat bekerja sama, egois, keras kepala, gelisah dan mudah marah, (e) Status sosial tidak sama atau di bawah rata-rata status sosioekonomi kelompok, (f) Tempat tinggal jauh atau terpencil dari kelompok, (g) Tidak mampu bekerja sama sehingga pada akhirnya seseorang merasa tidak percaya diri, merasa dikuncilkan dan tidak dihargai.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja

Desmita (2009 :196) “Pada dasarnya factor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat dilihat dari konsep psikogenik dan sosiopsikogenik”. Disini lingkungan yang mempunyai pengaruh penting dalam perkembangan tingkah laku sosial remaja. Lingkungan tersebut adalah :lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya dan sekolah

a. Lingkungan keluarga

MenurutHaditono (1982:276) Keluarga merupakan lapangan pendidikan yang pertama yang disebut pendidikan primer, sehingga tidak diragukan lagi bahwa orang tua sangat mempengaruhi perkembangan tingkah laku remaja. Keluarga bagi remaja diperkenalkan dengan tingkah laku sosial dan nilai-nilai bertingkah laku yang dijunjung tinggi oleh orang tua . Disamping itu hubungan orang tua merupakan hubungan paling akrab dibandingkan dengan siapapun.

Rasa dekat dengan keluarga adalah salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwa seorang individu. Jadi semua konflik dan tekanan yang ada dapat dihindarkan atau dipecahkan apabila individu berada dalam keluarga yang terdapat rasa keamanan, cinta, respek, toleransi, dan kehangatan. Dengan demikian penyesuaian diri menjadi lebih baik, tetapi

sebaliknya jika konflik antara orang tua dan remaja terus-menerus tentunya kemandirian sosial yang sempurna tidak akan tercapai.

b. Lingkungan teman sebaya

Pembentukan hubungan yang erat antara teman-teman menjadi semakin penting pada masa remaja apabila dibandingkan dengan masa-masa yang lainnya. Kelompok teman sebaya memungkinkan remaja belajar keterampilan sosial, mengembangkan minat yang sama dan saling membantu dalam mengatasi kesulitan dalam rangka mencapai kemandirian.

Teman sebaya menjadi tempat memperoleh sokongan dan penguatan serta melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang tua. Jadi apabila terjadi penolakan dari kelompok teman sebaya dapat menghambat kemandirian dalam hubungan sosial.

Menurut *Caldwell* (dalam Hurlock, 1991: 223) menyatakan bahwa "remaja yang ditolak atau diabaikan maka remaja ini akan lebih agresif serta mellihatkan perilaku yang mengganggu serta sering memiliki masalah penyesuaian pada masa yang akan datang. Hal ini sangat jelas bahwa penerimaan remaja oleh teman sebaya sangat penting karena akan membantu dirinya dalam penerimaan terhadap keadaan dirinya, sehingga membantu remaja dalam memahami pola-pola dan ciri-ciri yang menjadikan dirinya berbeda dengan orang lain. Semakin remaja mengerti akan dirinya

tentunya akan semakin meningkat kebutuhannya untuk berusaha menerima dirinya dan mengetahui kekuatan serta kelemahannya. Disisi lain remaja juga mengetahui bagaimana cara penyesuaian diri yang tepat sesuai dengan yang diharapkan oleh teman sebayanya.

c. Lingkungan sekolah

Sebagaimana dilingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga dituntut menciptakan iklim kehidupan sekolah yang kondusif bagi perkembangan sosial remaja. Sekolah juga memiliki potensi memudahkan atau menghambat perkembangan hubungan sosial remaja yang diartikan sebagai fasilitator. Iklim kehidupan lingkungan sekolah yang kurang positif akan menghambat perkembangan hubungan sosial remaja, sebaliknya sekolah yang iklim kehidupannya bagus dapat memacu perkembangan hubungan sosial remaja.

Kondusif tidaknya iklim kehidupan sekolah bagi perkembangan hubungan sosial remaja dapat dilihat dalam interaksi antara guru dengan siswa, siswa dengan siswa, keteladanan perilaku guru, etos keahlian atau kualitas guru yang sesuai dengan tugas profesionalnya yang dapat menjadi model bagi siswa.

Pendidikan modern menuntut guru atau pendidik untuk mengamati perkembangan individu dan mampu menyusun sistem pendidikan sesuai dengan perkembangan remaja. Proses pendidikan ini merupakan penciptaan

penyesuaian antara individu dengan nilai-nilai yang ada factor diharuskan oleh lingkungan menurut kepentingan bagi remaja.

5. Kriteria penyesuaian diri

Menurut Hurlock (1992:219), ada empat criteria untuk menentukan sejauh mana penyesuaian sosial remaja yaitu penampilan nyata, penyesuaian terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, kepuasan pribadi, sifat kepribadian. Kriteria-kriteria itu antara lain:

a. Penampilan (performance) nyata

Perilaku sosial remaja seperti yang dinilai berdasarkan standar kelompoknya, memenuhi harapan kelompoknya dan remaja ini akan menjadi anggota kelompok yang diterima kelompok". Penampilan yang disesuaikan berdasarkan standar kelompok sangat diperhatikan oleh remaja dan hal ini sangat berkaitan dengan minat remaja. Minat pada penampilan diri dan minat pada pakaian pada khususnya memperoleh perhatian khusus dari para remaja.

Remaja belajar dari pengalaman bahwa pakaian yang digunakan dapat memperbaiki atau memperburuk penampilannya. Dalam hal ini tentunya remaja juga sadar bahwa penerimaan sosial akan lebih mudah dicapai oleh orang yang memiliki penampilan yang baik. Sebagian besar remaja berusaha keras untuk menyesuaikan dengan kelompoknya sehingga

terlihat bahwa penyesuaian penampilan fisik, pakaian, gaya berjalan serta cara berkomunikasi remaja dengan penampilan kelompok merupakan hal yang penting dalam penerimaan sosial.

Ditegaskan oleh Ryan (dalam Hurlock, 1992:220) bahwa “salah satu persyaratan utama dalam hal berpakaian adalah bahwa pakaian yang dikenakan harus disetujui oleh kelompok”. Berdasarkan pendapat ini tentunya perbuatan remaja juga mempunyai peran dalam penerimaan sosial remaja, seperti ikut aktif dalam urusan kelompok, mampu bekerja sama, bertanggung jawab, banyak ide terutama dalam memecahkan masalah, sopan dan sebagainya. Jadi, kesempurnaan ataupun kecantikan fisik itu adalah sebuah nilai yang relative, karena berbeda antara satu individu dengan yang lain, antara satu budaya dengan yang lain, antara satu masyarakat dengan masyarakat yang lain.

Ada sebagian orang yang kemudian merasa terganggu dan tidak nyaman dengan penampilannya. Mereka merasa mempunyai kekurangan yang fatal dan sulit diperbaiki, mereka merasa buruk rupa. Begitu besarnya perhatian mereka akan “kekurangan” dan “keburukan” (yang padahal orang lain tidak memandangnya demikian), sehingga seluruh daya upaya, tenaga dan biaya digunakan untuk menutupi kekurangan. Semua itu tidak membawa hasil, karena tetap saja semua usaha tidak bisa mengubah penilaian diri, akibatnya banyak yang jatuh dalam stress dan depresi yang

akhirnya tidak bisa belajar, tidak bisa bekerja serta tidak bisa melakukan sosialisasi.

b. Penyesuaian terhadap berbagai kelompok

Penyesuaian sosial tentunya tidak hanya terhadap kelompoknya saja, tetapi juga mampu menyesuaikan diri dengan berbagai kelompok. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (1992: 214) Pada masa remaja terjadi pengelompokan sosial baru, antara lain sebagai berikut :

1) Kelompok teman dekat

Kelompok ini terdiri dari dua atau tiga orang teman dekat dengan jenis kelamin yang sama. Dalam kelompok ini terjadi saling membantu dalam pemecahan masalah meskipun tidak jarang terjadi pertengkaran.

2) Kelompok kecil

Anggota kelompok ini terdiri dari teman dekat yang jumlahnya lebih besar daripada kelompok sebelumnya dan jenis kelaminnya berbeda. Dalam hal ini fungsi kelompok adalah tempat berbagi rasa, saling membantu dalam belajar dan bergaul dengan lawan jenis. Bantuan /sokongan dari kelompok sangat penting dalam rangka mencapai kemandirian dari keterikatan terhadap orang tua.

3) Kelompok besar

Kelompok ini jumlahnya lebih besar karena terdiri dari anggota kelompok teman dekat dan anggota kelompok kecil.

4) Kelompok terorganisasi

Kelompok ini merupakan kelompok pemuda yang diorganisasi oleh orang dewasa untuk tujuan pembinaan terhadap remaja. Kegiatan- kegiatan ini diarahkan kepada kegiatan yang bermanfaat bagi perkembangan remaja sendiri maupun masyarakat.

5) Kelompok geng

Kelompok ini beranggota yang ditolak atau tidak puas, dalam kelompok terorganisasi biasanya geng ini cenderung merusak dan mengganggu kehidupan masyarakat bahkan bertingkah laku anti sosial, seperti mencuri, merampok, membunuh.

Menurut peneliti Hartup (dalam Hurlock, 1991: 219) bahwa remaja yang mampu menyesuaikan diri dengan kelompok cenderung memperoleh penerimaan sosial sehingga ia akan diperlakukan dengan baik oleh kelompoknya. Penerimaan sosial tentunya membuat remaja menjadi populer diantara teman-temannya. Remaja yang populer akan memberikan dukungan, kesediaan untuk menjadi pendengar yang baik, mempertahankan

komunikasi dengan baik yang terbuka dengan teman sebaya, mereka pun bahagia, berperilaku seperti mereka sendiri, menunjukkan antusiasme dan perhatian kepada orang lain, serta percaya pada diri sendiri tanpa merasa sombong.

Untuk melakukan penyesuaian diri di lingkungan sosial tentunya juga membutuhkan keterampilan berkomunikasi yang baik seperti mampu memulai, mengembangkan dan memelihara komunikasi yang akrab dan produktif dengan orang lain. Selain gaya berpakaian dan perbuatan, cara berkomunikasi seseorang juga mempengaruhi penerimaan seseorang terhadap teman sebayanya. Memahami bahwa, setiap manusia tentunya berusaha menciptakan kelanggengan hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, seseorang membutuhkan strategi untuk berkomunikasi dengan baik agar dapat diterima oleh orang lain. Jadi dalam hal ini “komunikasi dilakukan tidak hanya cuma-cuma tetapi ada semacam tanggung jawab yang menyertainya”.

Biasanya tanpa kesadaran adanya tanggung jawab dalam berkomunikasi bisa memunculkan penonjolan diri masing-masing, sehingga dapat menimbulkan permasalahan dalam menjalin hubungan. Cara berbicara seseorang tentunya berbeda-beda antara orang yang satu dengan yang lainnya tergantung pada kerelaan seseorang untuk memperlakukan komunikasi seperti : Senantiasa bertutur kata yang enak di dengar dan tidak

menyinggung perasaan orang lain serta diwarnai keinginan mewujudkan kebersamaan.

c. Sikap sosial

Sikap sosial seorang individu harus menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok sosial seperti bersikap sopan, memperhatikan orang lain, tidak egois, sportif dan mempunyai perasaan empati.

Pada umumnya orang yang mampu mengembangkan diri dengan baik memiliki sikap-sikap sosial yang menyenangkan seperti: kesediaan membantu orang lain serta tidak terikat pada diri sendiri. Sikap-sikap yang mengarah pada perilaku altruisme juga merupakan sikap sosial, sebagaimana dipahami bahwa sikap memiliki tiga komponen, yaitu kognitif, afektif dan perilaku.

Terkait dengan hal ini maka sikap sosial akan berdampak pada perilaku seseorang. Perilaku sosial ini ditandai dengan kerja sama, bertanggung jawab, kesenangan bersama orang lain, bijaksana dan sopan.

d. Kepuasan pribadi

Kepuasan pribadi ini ditunjukkan dengan sikap menerima orang lain. Kebahagiaan merupakan keadaan sejahtera dan kepuasan hati yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila keadaan dan harapan tertentu terpenuhi. Menurut Hurlock(1992:201) Adapun unsur-unsur kebahagiaan meliputi sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*), dan prestasi (*achievement*). Dengan demikian kepuasan pribadi dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti : sikap menerima orang lain yang timbul dari penyesuaian sosial yang baik, timbulnya perasaan aman saat seseorang berada di dalam kelompoknya, timbul kebahagiaan karena pendapat, perasaan dan perilaku diterima, kebutuhannya dihargai dan diperhatikan oleh teman lain, serta timbul kebahagiaan atas prestasi-prestasi yang telah diraihnya baik dalam bidang akademik maupun sosial.

Remaja juga memiliki nilai baru dalam menerima atau menolak remaja lain masuk sebagai anggotanya. Apabila ia dapat memenuhi kriteria-kriteria yang telah ditentukan maka ia akan diterima menjadi kelompok. Seseorang yang diterima masuk ke suatu kelompok cenderung akan memperoleh dukungan dan kasih sayang dari teman-temannya. Hal ini akan menimbulkan suatu kepuasan pribadi karena merasa dirinya diterima oleh orang lain dan dapat juga membuatnya mencapai prestasi yang diharapkan. Dengan adanya dukungan kelompok itu pencapaian prestasi juga akan membuat dirinya

semakin merasa puas dengan keberadaannya di tengah-tengah kelompoknya.

e. Sifat kepribadian

Menurut Hurlock (1992:235) “sifat kepribadian seseorang turut menentukan taraf keberhasilan remaja dalam melakukan penyesuaian diri terhadap teman sebayanya”. Sifat kepribadian memiliki pengaruh besar dalam hal pemilihan teman sebaya. Pada umumnya remaja memilih seseorang untuk dijadikan sahabat, salah satunya didasarkan pada sikap kepribadian yang dimilikinya. Apakah sifat itu mendukung keberadaan kelompok atau tidak. Dengan demikian remaja perlu mengetahui sifat-sifat apa yang dikagumi oleh teman-teman sejenis maupun teman-teman lawan jenis.

Berkaitan dengan hal itu sifat kepribadian remaja untuk menjalin persahabatan dengan remaja lain, antara lain kepribadian *ekstrovert* yang bercirikan dengan sifat yang bersahabat, aktif dalam berbicara, menyenangkan, spontan, ramah, serta sering aktif dalam aktivitas sosial. Sifat yang kedua yaitu kepribadian *introvert* dicirikan dengan sifat pemalu, suka menyendiri, mempunyai kontrol diri yang baik, sedangkan yang ketiga kepribadian Neurosis dicirikan dengan pencemas, pemurung, tegang, bahkan

kadang-kadang disertai dengan simtom fisik seperti keringat, pucat, dan gugup.

B. Layanan Bimbingan Kelompok

1. Pengertian layanan bimbingan kelompok

Menurut Sukardi (2008:64) bahwa “bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari pembimbing atau konselor yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan”.

Prayitno (1999:107-111) mengemukakan bahwa pelayanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan pelayanan bimbingan”.

Menurut Gazda (dalam prayitno,1999:309) bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat”.

Berdasarkan definisi- definisi yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan yang diselenggarakan dalam suasana kelompok yang

memanfaatkan dinamika kelompok. Jadi sangat jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Sukardi (2008:67) tujuan dari bimbingan kelompok adalah sebagai berikut : a. Melatih kemampuan siswa atau anggota kelompok dalam berkomunikasi menyampaikan pendapat serta membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya melalui dinamika kelompok, b. Anggota kelompok memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas tentang pembahasan topik yang dibicarakan, c. Dapat menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan yang berhubungan dengan hal-hal yang menjadi topik pembahasan dalam kelompok, d. Menyusun program-program kegiatan yang dapat dilaksanakan secara nyata dan langsung yang dapat menunjang perkembangan pribadi masing-masing anggota kelompok.

3. Jenis-jenis bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (1995:70) bahwa dalam penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok yaitu bimbingan kelompok tugas dan bimbingan kelompok bebas yang membahas topik-topik umum. Kelompok tugas berarti topik atau masalah yang dibicarakan dalam kelompok berasal dari pemimpin kelompok yang "ditugaskan" kepada para peserta untuk membahasnya,

sedangkan kelompok bebas berarti masalah atau topik yang muncul atau dikemukakan secara bebas oleh masing-masing peserta.

4. Komponen dalam layanan bimbingan kelompok

Prayitno (1999 :107) mengemukakan bahwa ada dua komponen penting yang berperan dalam bimbingan kelompok, yaitu pemimpin kelompok dan anggota kelompok, antara lain:

a. Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik bimbingan kelompok. Tugas atau peranan PK adalah memimpin kelompok yakni :

- 1) memberikan bantuan dan pengarahan kepada kelompok, 2) membantu anggota kelompok untuk dapat menjalankan peranannya dengan baik, 3) memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, 4) mengatur lalu lintas kegiatan kelompok, 5) menjaga agar kegiatan kelompok tidak merusak atau menyakiti masing-masing anggota kelompok.

Adapun sikap dan keterampilan PK untuk menjalankan tugas dan kewajibannya adalah :

- a) Kesiediaan menerima orang lain tanpa pamrih, b) kesiediaan menerima berbagai pandangan dari orang yang mempunyai pendapat berbeda, c) memiliki kehendak dan usaha dalam mengenal dan mempelajari suasana kelompok, d) keterampilan dalam mengarahkan dan memelihara semangat kelompok, e) memiliki rasa humor, bahagia dan percaya terhadap diri sendiri maupun orang lain.

b. Anggota kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan aktif para anggota kelompok. Peranan anggota kelompok menurut Prayitno (1995: 32) yakni :

- (1) membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok, (2) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, (3) berusaha untuk mewujudkan tercapainya tujuan bersama, (4) membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik, (5) berusaha secara aktif untuk ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok, (6) mampu berkomunikasi secara terbuka, (7) berusaha membantu anggota lain, (8) memberi kesempatan kepada

anggota lain dalam menjalankan peranannya, (9) menyadari akan pentingnya kegiatan kelompok yang dilakukan.

5. Azas dalam bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (1999: 93) dalam kegiatan bimbingan kelompok ada tiga etika dasar yang diterapkan yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keterbukaan.

- a. Azas kesukarelaan yaitu menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan peserta didik (klien) mengikuti layanan bimbingan kelompok ini. Dalam hal ini guru pembimbing berkewajiban membina dan mengembangkan kesukarelaan tersebut.
- b. Azas kerahasiaan yaitu menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang peserta didik(klien) yang menjadi sasaran layanan, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain. Dalam hal ini guru pembimbing berkewajiban memelihara dan menjaga semua data serta keterangan sehingga kerahasiaannya benar-benar terjamin.
- c. Azas keterbukaan yaitu menghendaki agar peserta didik (klien) bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi

dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya secara optimal.

6. Teknik-teknik bimbingan kelompok

Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang terbangun dalam bimbingan kelompok agar lebih bergairah dan siswa tidak merasa jenuh mengikuti kegiatan.

Menurut Prayitno (1995:77) teknik yang bisa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu : pengembangan dinamika kelompok dan melalui permainan kelompok, antara lain :

a. Teknik umum : pengembangan dinamika kelompok

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan pemimpin kelompok dalam menyelenggarakan bimbingan kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok dalam rangka mencapai tujuan layanan. Teknik-teknik ini secara garis besar meliputi :

- 1) Komunikasi multiarah secara efektif, dinamis dan terbuka

- 2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, serta pengembangan argumentasi
- 3) Dorongan minimal untuk memantapkan respon dan aktivitas anggota kelompok
- 4) Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi, dan pembahasan
- 5) Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku yang dikehendaki

Teknik-teknik tersebut diawali dengan penstrukturan untuk memberikan penjelasan dan pengarahan tentang layanan bimbingan kelompok tersebut.

b. Permainan kelompok

Dalam penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok sering dilakukan permainan kelompok baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang membuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif bercirikan sebagai berikut :

- 1) Sederhana, 2) Menggembirakan, 3) Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan, 4) Meningkatkan keakraban, 5) Diikuti oleh semua anggota kelompok.

Permainan kelompok yang bersifat kreatif dapat dikembangkan oleh pemimpin kelompok dan juga oleh para anggota kelompok.

7. Tahap-Tahap Penyelenggaraan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1995:40-60) menyatakan bahwa terdapat empat tahap dalam tahapan bimbingan kelompok, yaitu :

a. Tahap pembentukan

Tahap awal atau tahap permulaan sebagai tahapan persiapan dalam rangka pembentukan kelompok. Tahap ini merupakan tahap pengenalan, pembinaan hubungan baik, tahap pelibatan diri atau tahap memasuki diri kedalam kehidupan suatu kelompok dengan tujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok.

b. Tahap peralihan

Menurut Prayitno (1995:47) dijelaskan sebagai tahap peralihan yang bertujuan membebaskan anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok, namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya.

d. Tahap pengakhiran

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjabaran tentang apakah para anggota akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari pada kehidupan nyata mereka sehari-hari. Peranan pemimpin kelompok memberikan penguatan (reinforcement) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

C. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa

Bimbingan kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa bimbingan kelompok itu memberi dorongan dan motivasi kepada individu untuk mengubah diri dengan memanfaatkan kemampuan yang dimiliki secara optimal, sehingga mempunyai pemahaman yang luas.

Secara sosial individu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya tidak terlepas dari situasi yang dihadapinya. Dengan kata lain seseorang akan mampu bersosialisasi pada saat situasi internal individu tersebut dengan situasi eksternalnya saling mendukung karena beberapa

orang dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan tertentu tetapi belum tentu terhadap lingkungan lainnya.

Bimbingan kelompok ini dapat dijadikan tempat bersosialisasi dengan anggota kelompok dan masing-masing anggota kelompok akan memahami dirinya dengan baik. Berdasarkan pemahaman diri itu individu lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya, selain itu dalam layanan bimbingan kelompok ketika dinamika kelompok sudah dapat tercipta dengan baik ikatan batin yang terjalin antara anggota kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara anggota sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya.

Masalah penyesuaian diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh siswa sehingga untuk mengoptimalkan waktu, bimbingan kelompok dimungkinkan lebih efektif dibandingkan layanan konseling kelompok atau layanan lainnya, serta diharapkan dengan diadakannya bimbingan kelompok dapat memberikan pengaruh yang positif atau kontribusi yang penting dalam penyesuaian diri siswa.

D. Hasil Penelitian yang relevan

Untuk memperkaya atau memperluas wawasan dari hasil penelitian yang saya ajukan, yang berjudul Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa di SMK N 2 Kota Bengkulu.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sabar yang berjudul "*Meningkatkan kemampuan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok*" mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muria Kudus Semester VI, 2012, *skripsi*, FKIP. Hasil penelitian Sabar Santoso menyimpulkan bahwa Berdasarkan hasil pengamatan terhadap siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus, pada kondisi awal ada 8 siswa yang penyesuaian dirinya dalam kategori rendah.

Pra layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dengan rata-rata 23.3% (Sangat Kurang), layanan bimbingan kelompok pada siklus I diperoleh hasil observasi indikator keberhasilan penyesuaian diri siswa dengan rata-rata 44.9% (kurang), dari hasil pra layanan bimbingan kelompok sampai siklus I ada peningkatan (21.6%). Hasil observasi indikator keberhasilan penyesuaian diri siswa pada siklus II dengan rata-rata 67.1% (baik), dari hasil layanan bimbingan kelompok siklus I sampai siklus II ada peningkatan (22.2%).

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus ada peningkatan positif, siswa yang semula penyesuaian diri rendah meningkat menjadi baik. Selanjutnya perbedaannya dengan penelitian oleh Sabar adalah kualitatif menuntut adanya peningkatan sedangkan yang peneliti lakukan dengan menggunakan eksperimen yaitu *pre test and post test design* untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa.

Selanjutnya penelitian oleh Saktio dengan judul "*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Pemberian Informasi Untuk Mencegah Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas VIII SMP N 1 Kandeman Batang Tahun Pelajaran 2013*". Skripsi. Semarang : Fakultas Ilmu Pendidikan Psikologi pendidikan dan Bimbingan IKIP PGRI Semarang, Februari 2013. Hasil penelitian Saktio menyimpulkan bahwa terdapatnya pengaruh dari pemberian layanan bimbingan kelompok untuk mencegah perilaku merokok siswa dengan adanya penurunan skor hasil yang dicapai tersebut merupakan akibat atau pengaruh dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi.

Penelitian Saktio memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, dengan menggunakan desain penelitian eksperimen pre test and post test design untuk melihat seberapa besar pengaruh dengan adanya layanan bimbingan kelompok tersebut.

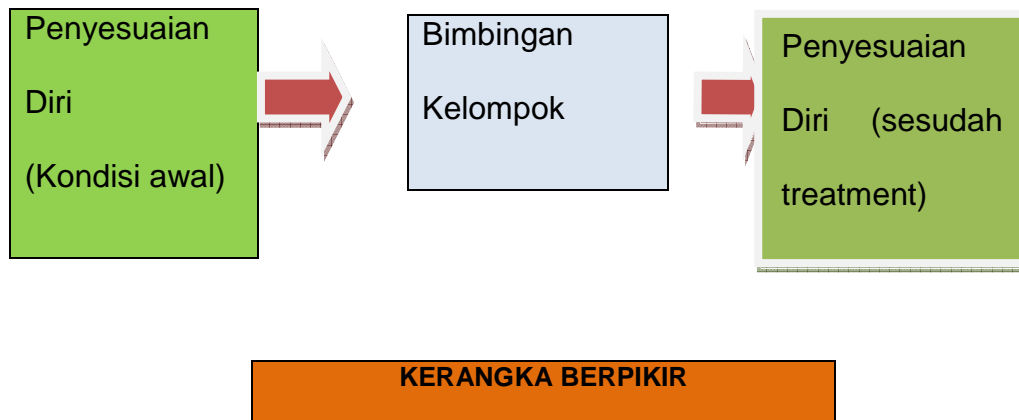
Penelitian yang sudah diteliti juga oleh Suprpto dengan judul "*Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XISMA Muhammadiyah 3 Comal Pemasang Tahun Pelajaran 2010/2011*". Skripsi. Semarang: IKIP PGRI. Hasil penelitian Suprpto menyimpulkan bahwa terdapatnya perubahan terhadap sikap siswa yang dapat dilihat dari skor perolehan berdasarkan analisis data yang dilakukan setelah diadakannya layanan bimbingan kelompok ini.

Penelitian yang Suprpto telah teliti yaitu dengan melakukan perbandingan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana diperoleh hasil bahwa kelompok eksperimen hasilnya lebih baik daripada kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan memilih subjek penelitian dengan memberikan *treatment* bimbingan kelompok kemudian melihat sejauh mana hasil sebelum dan sesudah pemberian *treatment* tanpa adanya kelompok kontrol.

Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Erry KurniaWidyastutidengan judul “ *Upaya Meningkatkan Penyesuaian diri Dalam Belajar Melalui layanan bimbingan kelompok siswa kelas x Smk nu ma’arif kustusTahun pelajaran 2011/2012*”. Skripsi. Muria Kudus : Program Studi Bimbingan dan Konseling.Berdasarkan hasil observasi sebelum tindakan bimbingan kelompok , penyesuaian diri siswa dalam belajar rendah dan masuk dalam katagori kurang dengan skor rata-rata 8,9.Setelah diberi layanan bimbingan kelompok pada siklus I, penyesuaian diri siswadalam belajar meningkat menjadi kategori cukup dengan skore rata-rata 16,5.Sedangkan pada siklus II penyesuaian diri siswa dalam belajar terusmeningkat menjadi kategori sangat baik dengan perolehan skor rata-rata26,5. Hasil penelitian Erry dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diridalam belajar siswa kelas X SMK NU Ma’arif Kudus.

Penelitian Erry hampir memiliki kemiripan dengan penelitian yang peneliti lakukan, tetapi penelitian Erry merupakan penelitian kualitatif dan menghendaki adanya peningkatan dengan diberikan treatmen berupa layanan bimbingan kelompok, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah penelitian kuantitatif yaitu eksperimen dengan *pre test and post test design* yang melihat ada tidaknya pengaruh dari diadakannya layanan bimbingan kelompok tersebut terhadap penyesuaian diri siswa di sekolah tanpa mengharuskan adanya peningkatan.

E. Kerangka Pikir



Keterangan :

1. Variabel terikat (dependent) adalah Penyesuaian Sosial
2. Variabel perlakuan adalah Layanan Bimbingan Kelompok
3. Dalam penelitian ini adanya perlakuan (*treatment*) yaitu untuk melihat sejauh mana pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesa penelitian adalah kesimpulan menurut peneliti sementara yang sebenarnya masih memerlukan pembuktian. Hipotesa berfungsi sebagai pedoman atau arahan untuk menarik kesimpulan. Dalam hal ini penulis merumuskan hipotesa sebagai berikut :

Secara statistik hipotesis penelitian ini adalah dirumuskan sebagai berikut:

H_0 = Tidak ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa.

H_a = Ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa.

Dengan hipotesis statistic :

$H_0 : r = 0$

$H_a : r \neq 0$

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

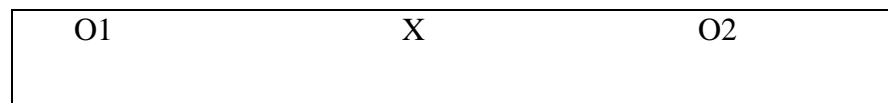
Desain penelitian yang digunakan adalah desain eksperimen yang menurut Arifin (2011:76) merupakan suatu rancangan yang berisi langkah dan tindakan yang akan dilakukan dalam kegiatan penelitian eksperimen, sehingga informasi yang diperlukan tentang masalah yang diteliti dapat dikumpulkan secara factual.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pre-eksperimental design (*pre test-post test design*) karena di dalam penelitian ini tidak menggunakan kelompok control/ kelompok pembandingan.

Pola desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut :

Pretes Perlakuan

Postes



Keterangan

O1:Pre-test (Pengukuran/observasi pertama) bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penyesuaian diri siswa sebelum di beri layanan bimbingan kelompok.

X: Perlakuan (pemberian layanan bimbingan kelompok kepada siswa kelas X TGM 1 sesuai dengan kriteria penelitian)

O2 : Post-test (pengukuran observasi kedua) bertujuan untuk mengetahui apakah ada perubahan atau pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian dirisesudah diberi layanan bimbingan kelompok dengan skala penyesuaian diri di lingkungan sosial yang sama dengan pengukuran yang pertama.

B. Tempat dan waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMKN 2 Kota Bengkulu dan peneliti laksanakan pada bulan Mei 2014 selama lebih kurang tiga minggu.

C. Subjek penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X TGM 1 SMKN 2 Kota Bengkulu. Penelitian ini berbentuk studi lapangan, maka jenis data yang digunakan adalah data kuantitatif (data-data yang menunjukkan angka-

angka) untuk mengelola data yang terdiri dari angka-angka, maka perlu digunakan uji statistik.

D. Prosedur pengambilan subjek penelitian

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Disini dalam teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sugiyono (1992:60) mengemukakan bahwa teknik *purposive sampling* ini adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan-pertimbangan, serta peneliti memilih orang-orang atau subjek sebagai sampel yang benar-benar memenuhi criteria yang sesuai dengan topik penelitian.

Sampel penelitian ini adalah siswa kelas X TGM 1 yang berjumlah 18 orang, karena ini merupakan penelitian eksperimen dengan bimbingan kelompok, untuk mengetahui jumlah sampel penelitian terhadap siswa yang memiliki penyesuaian diri di lingkungan sosial yang rendah, peneliti melakukan penyebaran angket berdasarkan kisi-kisi penyesuaian diri .

E. Variabel penelitian

1. Variabel terikat (penyesuaian diri)

a. Definisi konseptual

Variabel ini berkaitan erat dengan teori. Penelitian ini penyesuaian diri akan menjadi variabel terikat (y) atau variabel yang dipengaruhi oleh variabel

bebas. Untuk memperoleh datanya menggunakan instrumentasi berupa angket atau kuisisioner untuk mengukur penyesuaian diri siswa.

b. Definisi operasional

Menurut Schneider (1964:193) merumuskan penyesuaian adalah “proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustasi, dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana ia hidup”.

Berdasarkan definisi diatas penyesuaian diri disini dimaksudkan sebagai keberhasilan seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dimana ia berada. Penelitian ini dapat di ukur dari komponen dalam angket yang diberikan, meliputi : penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, kepuasan pribadi, sikap sosial, sifat kepribadian.

2. Variabel eksperimen

a. Definisi Konseptual

Penelitian ini yang menjadi variabel bebas atau variabel yang mempengaruhi (x) adalah layanan bimbingan kelompok.

b. Definisi Operasional

Menurut Prayitno (1999 :309) bahwa “bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan bimbingan kelompok yang memiliki ciri-ciri khusus dimana terjadi kombinasi dari bentuk kelompok diskusi dengan aktivitas pembahasan suatu masalah”.

F. Teknik Pengumpulan data

1. Macam-macam teknik pengumpulan data terdiri dari:

a. Observasi, yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan pengamatan dan pencatatan secara sistematis, logis, objektif, dan rasional mengenai berbagai fenomena, baik dalam situasi yang sebenarnya maupun dalam situasi buatan untuk mencapai tujuan tertentu. (Arifin, 2011:228)

b. Angket, adalah instrument penelitian yang berisi serangkaian pertanyaan atau pernyataan untuk menjaring data atau informasi yang harus dijawab responden secara bebas sesuai dengan pendapatnya. Pertanyaan tersebut ada yang terbuka, ada yang tertutup, dan ada juga berstruktur. (Arifin, 2011:228)

c. Dokumentasi merupakan kajian yang menitikberatkan pada analisis atau interpretasi bahan tertulis berdasarkan konteksnya. Bahan bisa berupa catatan yang terpublikasikan, buku teks, surat kabar, majalah, surat-surat, film, naskah, artikel, dan sejenisnya. (Arikunto, 2006 : 231)

d. Wawancara, yaitu proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara Tanya jawab, sambil bertatap muka antara pewawancara dengan si penjawab dengan menggunakan alat yang dinamakan interview guide (panduan wawancara).

2. Teknik yang Digunakan dalam Penelitian

Dalam penelitian ini penulis melakukan pengumpulan data dengan menggunakan teknik sebagai berikut :

- a. Observasi, dimana penelitian ini observasi digunakan untuk melihat apakah ada pengaruh antara layanan bimbingan kelompok terhadap siswa yang dikenai layanan bimbingan kelompok. Hal yang diamati dalam penelitian ini adalah bagaimana dinamika kelompok , situasi anggota kelompok pada saat berlangsungnya proses bimbingan kelompok, keaktifan dari masing-masing anggota kelompok dalam mengemukakan pendapatnya. (**lihat lampiran12**)
- b. Kuesioner atau angket, dimana peneliti menggunakan angket tertutup yang diberikan kepada siswa kelas X TGM 1, yang bertujuan untuk mengetahui perilaku siswa di sekolah.

Angket yang digunakan peneliti yaitu angket skala, dimana memiliki 4 kriteria dalam angket ini, yaitu : Selalu (SL), Sering (SR), Jarang (JR), Tidak Pernah (TP). Dimana memiliki skor masing-masingnya dapat dilihat pada tabel 3.1, antara lain :

Tabel 3.1

Skala Kriteria Penyesuaian Diri

Favourable	Unfavourable
SL (4)	SL (1)
SR (3)	SR (2)
JR (2)	JR (3)
TP (1)	TP (4)

Arikunto (2006 :223)

Pengambilan angket ini berisikan kisi-kisi penyesuaian diri siswa meliputi : penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, kepuasan pribadi, sikap sosial, sifat kepribadian. Angket yang diberikan berisi pernyataan positif dan negatif, hal ini dapat dilihat pada tabel 3.2, yaitu :

Tabel 3. 2**Kisi-kisi angket Penyesuaian Diri**

Variabel	Indikator	No Item		Jumlah	
		Positif	Negative		
Tingkat kemampuan penyesuaian diri	Penampilan nyata	1, 2, 3, 5,	4, 6, 7, 8	8	
	Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok	9, 11, 13, 14, 16,17	10,12,15,18,19 20	12	
	Kepuasan Pribadi	21,23,25,27,28	22,24,26,29,30	10	
	Sikap Sosial	31,32,33,34	35,36,37,38,	8	
	Sifat Kepribadian	39,40,41,43,44,46	42,45,47,48,49,50	12	
	Jumlah		25 25		50

c. Dokumentasi digunakan peneliti untuk menyimpan atau memperoleh data yang berhubungan dengan penelitian, dilakukan dengan cara mengambil gambar.

G. Teknik analisis data

Setelah diperolehnya seluruh data-data yang dibutuhkan, maka langkah selanjutnya adalah pengolahan data dan analisis data. Adapun analisis data yang peneliti gunakan adalah pendekatan kuantitatif metode eksperimen.

1. Uji Validitas

Menurut Arifin(2011:245) validitas adalah suatu derajat ketepatan instrument (alat ukur), maksudnya apakah instrument yang digunakan benar-benar tepat untuk mengukur apa yang akan diukur.

Menurut Sugiyono (1992:96) validitas adalah keadaan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidtan atau keaslian suatu instrument. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur.

Analisis Instrumen penyesuaian diri ini menggunakan rumus product moment “r” dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Angka indeks "r" antara variable X dan Y

N : Jumlah responden

$\sum X$: Jumlah skor variabel X

$\sum Y$: Jumlah skor variabel Y

X^2 : Kuadrat skor total variabel X

Y^2 : Kuadrat skor total variabel Y

Dari data hasil uji validitas bahwa angket penyesuaian diri yang diberikan pada siswa kelas X untuk uji coba angket terdiri dari 50 item maka setelah dianalisis terdapat 15 item yang tidak valid. Jadi butir angket penyesuaian diri yang diberikan pada siswa kelas X TGM 1 berjumlah 35 item yang valid tersebut.

Untuk mengetahui angket penyesuaian diri yang valid dan tidak valid setelah dianalisis dapat dilihat pada tabel 3.3 dibawah ini :

Tabel 3.3**Sebaran Item Valid Dan Gugur Kuesioner Penyesuaian Diri**

ASPEK PENYESUAIAN DIRI	ITEM POSITIF	ITEM NEGATIF	JUMLAH
Penampilan nyata	1, 2, 3, 5,	(4) , 6, 7, 8	7
Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok	(9),11,13, (14),16,17,	(10),(12),15,(18), (19), 20	6
Kepuasan Pribadi	21,23,25,27,(28)	22,(24),26,29 ,(30)	7
Sikap Sosial	(31),(32), (33),34	35,36,37,38,	5
Sifat Kepribadian	39,40,(41),43 ,44,(46)	42,45,47,48,49, 50	10
JUMLAH	17	18	35

Keterangan : nomor dalam tanda kurung (..) adalah nomor item yang gugur.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2010:239) menyatakan bahwa reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk dapat dipergunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik.

Dalam penelitian ini uji reliabilitas dihitung dengan menggunakan menggunakan rumus *cronbach' alpha* sebagai berikut:

$$R_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum Si^2}{St^2} \right)$$

Keterangan :

R_{11} = Koefisien reabilitas tes $\sum Si^2$ = jumlah varian butir

N = Banyak butir pertanyaan

1 = Bilangan konstata $\sum St^2$ = varians total

Dengan demikian apabila reliabilitas kurang dari 0,6 dinyatakan kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan diatas 0,8 dinyatakan sangat baik.

Pengujian terhadap reliabilitas dilakukan berdasarkan 35 item yang valid, dengan menggunakan teknik *Alfa Cronbach*, maka hasil reliabilitas sebesar 0,905. Hal ini menunjukkan bahwa instrument penyesuaian diri mempunyai reliabilitas yang sangat baik, sehingga layak digunakan dalam penelitian. Hasil perhitungan mengenai validitas dan reliabilitas dapat dilihat (pada lampiran 2)

3. Uji Hipotesis

Melakukan perbandingan dengan menggunakan rumus "t test" untuk mencari "t" atau "to" sebagai berikut :

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

Keterangan :

T_o = test "t"

MD = Mean of difference / nilai rata-rata

SE_{MD} = standart error (standar kesesatan)

H. Hipotesis Statistik

Secara statistik hipotesis penelitian ini adalah dirumuskan sebagai berikut:

Ho = Tidak ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa

Ha = Ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa

Dengan hipotesis statistic : Ho: $r = 0$

Ha : $r \neq 0$