

## **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN PENYESUIAN DIRI SISWA**

**Muhammad Syahrul**

Dosen Bimbingan dan Konseling.

STIKIP Andi Matappa Pangkep.

Email : [lu2gagah@gmail.com](mailto:lu2gagah@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine whether self-adjustment to the school environment in the seventh (VII) grade students can be enhanced through group counseling services. This research included in experimental research. The design of this study was one group pretest and post-test design. The population in this study were students of class VII. The sampling technique used purposive sampling. Samples included 10 students consisting of 4 students with low self-adjustment criteria and medium and 2 students with high self-adjustment criteria. Methods of data collection using psychological scale that is used before and after giving group counseling. Data were analyzed using the Wilcoxon test and descriptive percentages. The results showed an increase in self-adjustment to the school environment for all students is very large after the treatment. Overall average of students having a positive adjustment in the high criteria and a negative self-adjustment of overall students showed moderate criteria.*

**Keyword** : group counseling services, self-adjustment.

### **ABSTRAK**

*Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Desain yang digunakan adalah one group pre-test and post-test design. Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas VII. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa terdiri dari 4 siswa berkriteria penyesuaian diri rendah dan sedang dan 2 siswa berkriteria penyesuaian diri tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang digunakan pada saat sebelum dan sesudah pemberian bimbingan kelompok. Teknik analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada semua siswa sangat besar setelah pemberian treatment. keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria tinggi dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan kriteria sedang.*

**Kata kunci** : layanan bimbingan kelompok, penyesuaian diri.

## **PENDAHULUAN**

Manusia pada dasarnya makhluk sosial artinya manusia selalu mengadakan interaksi dengan lingkungan untuk memenuhi berbagai

kebutuhannya. Individu selalu berusaha mencapai hubungan yang harmonis dengan lingkungannya. Manusia juga dituntut untuk mampu mengatasi segala masalah yang timbul sebagai akibat dari interaksi dengan lingkungan

sosial dan harus mampu menampilkan diri sesuai dengan norma atau aturan yang berlaku.

Konseli sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan. Manusia sebagai pribadi yang unik memiliki perbedaan karakteristik antara individu yang satu dengan individu yang lain. Saat konseli memasuki masa remaja, terkadang konseli mengalami berbagai masalah yang ada karena terjadi perubahan fisik, psikis dan juga lingkungan sosial.

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik Hurlock (1999: 206). Ada pun yang diungkapkan oleh Piaget dalam Hurlock (1999: 2016) dengan mengatakan:

“Secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.”

Sunarto & Agung (2002: 222) menyatakan bahwa “Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan”. Penyesuaian diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan bagaimana individu tersebut dalam memperoleh keharmonisan baik secara jasmani maupun rohani. Penyesuaian diri dalam prosesnya muncul berbagai hambatan atau masalah yaitu berupa konflik, tekanan, dan juga frustrasi, dan dalam keadaan tersebut individu berusaha untuk mencoba berbagai perilaku agar dirinya tersebut dapat membebaskan diri dari masalah yang ada, agar individu tersebut dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian dirinya.

Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Penyesuaian dapat diartikan atau dideskripsikan, (Sunarto & Agung, 2002: 221) yaitu :

- 1) Penyesuaian berarti adaptasi, dapat mempertahankan eksistensinya, atau bisa “*survive*” dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah,

dan dapat mengadakan relisasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.

- 2) Penyesuaian dapat juga diartikan sebagai konformitas yang berarti menyesuaikan sesuatu dengan standar atau prinsip.
- 3) Penyesuaian dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang memahami syarat.
- 4) Penyesuaian dapat diartikan penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi.

Penyesuaian diri merupakan “perbaikan perilaku yang dibangun oleh seseorang”. Seseorang yang merasa kalau selama ini perilakunya menyebabkan dirinya sulit menyatu dan diterima dalam kelompok, maka orang tersebut akan berusaha untuk memperbaiki perilakunya, sehingga dapat diterima oleh kelompok (Hurlock, 1999: 278). Penyesuaian diri adalah “Proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan dan kearah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan tuntutan eksternal” (Sunarto & Agung, 2002: 222-223).

Berdasarkan pendapat di atas dapat dikemukakan bahwa, penyesuaian diri adalah suatu usaha yang dilakukan oleh seorang individu dalam keadaan di lingkungan atau situasi yang baru dikenalnya yang bertujuan untuk mencapai suatu hubungan yang harmonis antara lingkungan yang baru dengan lingkungan tersebut. Penyesuaian diri di dalam penelitian ini lebih difokuskan pada lingkungan sekolah, yang dimana individu yang baru dalam subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII yang baru masuk dalam lingkungan sekolah yang baru yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Konseli yang berada pada lingkungan yang baru, yaitu Sekolah Menengah Pertama harus mampu melakukan penyesuaian diri, yaitu

lingkungan sekolah. Lingkungan yang berada di Sekolah Menengah Pertama sangatlah berbeda waktu di Sekolah Dasar, mulai dari teman yang baru, guru yang baru, dan bahkan sampai aturan-aturan yang ada di Sekolah Menengah Pertama. Konseli harus mampu menyesuaikan diri dengan teman yang baru karena teman yang baru yang ada di Sekolah Menengah Pertama ini bukan teman pada waktu di Sekolah Dasar, meski pun ada itu hanya beberapa orang saja. Dan juga teman di Sekolah Menengah Pertama sangatlah banyak, bukan hanya satu kelas saja seperti waktu di Sekolah Dasar. Guru juga tidak sama waktu di Sekolah Dasar, dimana hanya ada satu guru yang mengajar beberapa mata pelajaran pokok. Sedangkan, di Sekolah Menengah Pertama setiap mata pelajaran ada hanya satu guru dan juga kadang merangkap sebagai wali kelas. Peraturan-peraturan yang ada di Sekolah Menengah Pertama lebih ketat dari pada waktu di Sekolah Dasar. Jadi, seorang individu harus dapat melakukan penyesuaian diri dalam lingkungan sosial yang baru, agar individu tersebut dapat mencapai hasil belajar yang baik dan memuaskan. Tanpa lingkungan sekolah yang baik, maka individu akan merasa kesulitan dalam proses belajar mengajar.

Berdasarkan informasi yang didapat dari hasil wawancara dengan Muhammad Ilyas S.pd Guru BK MTs. Darussalam Anrong Appaka pada tanggal 21 Oktober 2014 yang menyatakan bahwa siswa masih memiliki tingkat yang rendah dalam hal penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah khususnya di kelas VII. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa mengalami beberapa masalah, antara lain yaitu : (1) Kesulitan mengikuti mata pelajaran yang diberikan, (2) Kurang semangat mengikuti pelajaran, (3) Kesulitan konsentrasi dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, (4) Menyalin tugas teman, (5) Kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, (6) Sering merasa cemas bila ada ulangan, dan (7) Sering khawatir kalau mendapat giliran maju.

Disamping itu, Guru BK juga mengatakan bahwa terdapat sikap yang dialami siswa-siswa kelas VII yang berkaitan penyesuaian diri di sekolah, yaitu belum bisa mengontrol emosi yang dapat menyebabkan siswa melanggar peraturan yang ada di sekolah seperti halnya berkelahi dengan teman, kurang mampu menyelesaikan masalah dengan teman sekolah,

dan sering menghindari dari temannya karena merasa malu atau merasa nyaman sendiri. Berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi siswa mengenai penyesuaian diri di sekolah maka perlu dilakukan peningkatan penyesuaian diri siswa dengan menggunakan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Melihat fenomena yang terjadi pada siswa MTs. Darussalam Anrong Appaka dapat menyebabkan proses kegiatan belajar mengajar terhambat dan prestasi belajar menurun. Guna meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah dapat digunakan salah satu layanan yaitu layanan bimbingan kelompok. Dengan layanan bimbingan kelompok mereka dapat berlatih perilaku baru, belajar menyesuaikan diri dengan yang lain, memberi dan menerima dan belajar memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota yang lain.

Menurut Prayitno (1995: 61) “Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri”. Sedangkan Sukardi (2000: 48) menjelaskan bahwa:

“Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan”.

Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi antar pribadi dengan orang lain.

Prayitno (1995: 178) mengemukakan bahwa Bimbingan kelompok adalah Suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Romlah (2001: 3) mendefinisikan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik aktual yang memiliki fungsi pemahaman dan pengembangan melalui empat tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tujuan umumnya adalah membantu individu mencapai perkembangan yang optimal. Kaitan pengertian bimbingan kelompok dalam ini adalah sebagai bahan atau materi dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok, yaitu memberi penjelasan kepada anggota kelompok mengenai apa itu yang dimaksud dengan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno & Amti (2004: 108) bahwa tujuan bimbingan kelompok terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

Tujuan bimbingan kelompok seperti yang dikemukakan oleh (Prayitno, 1995: 178) adalah : (1) Mampu berbicara di depan orang banyak, (2) Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak, (3) Belajar menghargai pendapat orang lain, (4) Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya, (5) Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif), (6) Dapat bertenggang rasa, (7) Menjadi akrab satu sama lainnya, (8) Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa”

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu: “Untuk mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa”.

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

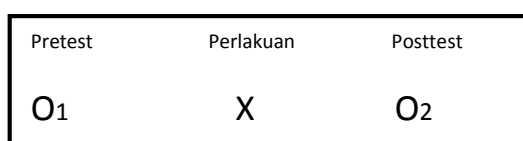
## METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif karena menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Jika dikaji dari metode penelitiannya, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen, dimana peneliti mengadakan penelitian dan perlakuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang telah dirumuskan. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetes, mengecek, atau membuktikan suatu hipotesis, ada tidaknya pengaruh dari suatu treatment atau perlakuan (Hadi, 2004: 427).

Eksperimen dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat atau pengaruh dari suatu perlakuan. Dalam penelitian eksperimen ini, perlakuan yang diberikan berupa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan tujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Desain penelitian dapat didefinisikan sebagai semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian (Hadi, 2004: 84). Secara garis besar, penelitian eksperimental dapat dibagi menjadi empat jenis yaitu *pre experimental*, *true experimental*, *factorial experimental* dan *quasi experimental*. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre Eksperimental Design* karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh. Penelitian *Pre Eksperimental Design* itu sendiri dibagi menjadi tiga yaitu *one-shot case study*, *one group pretest-posttest*, dan *intact-group comparison* (Sugiyono, 2005:109-110). Dari tiga desain penelitian tersebut peneliti menggunakan *one group pretest-posttest* untuk

melakukan penelitian. Melalui desain ini penelitian dilakukan hanya pada satu kelompok dengan melakukan dua kali pengukuran yaitu O1 (pre test) untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Pengukuran yang kedua O2 (post test) dilakukan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa setelah diberi layanan bimbingan kelompok. Adanya perbedaan antara *pre test* dan *post test* diasumsikan sebagai efek dari perlakuan yang diberikan. Desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3 Design penelitian *one group pretest-posttest design*

Keterangan:

**O1** = Pengukuran awal (pre-test), untuk mengukur tingkat penyesuaian diri pada sampel sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.

**X** = Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

**O<sup>2</sup>** = Pengukuran akhir (post-test), untuk mengukur tingkat penyesuaian diri pada sampel setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Dalam penelitian digunakan tahap-tahap rancangan eksperimen untuk mengetahui peningkatan penyesuaian diri siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang dilakukan dalam pelaksanaan eksperimen ini adalah sebagai berikut:

- Memberikan *Pre test* (O1) *Pre-test* ini menggunakan format skala psikologi untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri siswa dan hasilnya akan menjadi data perbandingan pada post-test.
- Perlakuan (X) Perlakuan dilakukan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok yang akan diberikan selama 8 kali pertemuan dengan durasi selama 45 menit. Pada setiap akhir pertemuan peneliti akan memberikan penilaian segera (*laissez*) untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi layanan bimbingan kelompok yang diberikan.

- Memberikan *Post-test* (O2) *Post-test* adalah pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan untuk mengetahui adanya peningkatan penyesuaian diri siswa. *Post test* ini tidak diberikan pada setiap akhir pertemuan.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

- Variabel bebas (X) atau biasa disebut dengan istilah variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab berubahnya variabel terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok, karena layanan ini sengaja diberikan untuk memberikan pengaruh bagi variabel terikat yaitu penyesuaian diri siswa.

- Variabel terikat (Y) atau biasa disebut dengan istilah variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah.

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Layanan Bimbingan Kelompok Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan siswa untuk memperoleh pemahaman dari suatu informasi yang diperlukan, sehingga dapat dipergunakan untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan serta dapat mencegah siswa dari perbuatan yang merugikan dirinya. Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini dimaksudkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan siswa tentang penyesuaian diri, sehingga mampu meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa. Dalam layanan bimbingan kelompok yang diberikan pada siswa dalam penelitian ini menggunakan teknik umum atau disebut juga “tiga M”, yaitu mendengar dengan baik, memahami secara penuh, dan merespon secara tepat dan positif. Kemudian pemberian dorongan minimal dan penguatan.
- Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Sekolah Penyesuaian diri merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh individu untuk

dapat menerima dan melaksanakan aturan, tata tertib, nilai, hukum, dan sistem yang berlaku dalam lingkungan yang baru ditempati oleh individu tersebut. Penyesuaian diri yang dimaksud dalam penelitian ini ialah penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah.

Populasi dalam penelitian ini yang menjadi subyek penelitian adalah siswa kelas VII di MTs. Darussalam Anrong Appaka yang berjumlah 73 siswa.

Tabel 3.2 Penyebaran populasi kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka

No	Kelas	Jumlah siswa
1	VII A	39
2	VII B	34
Jumlah		73

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2005: 56). Menurut Arikunto (2006: 131), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Menurut Hadi (2001:226), purposive sampling adalah pemilihan sekelompok subjek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Adapun sampel tersebut didapatkan berdasarkan hasil pengolahan skala kategorisasi penyesuaian diri siswa. Sehingga berdasarkan hasil sebaran skala penyesuaian diri siswa tersebut terdapat 10 siswa yang terseleksi sebagai sampel dengan tingkat kemampuan

penyesuaian diri yang sangat rendah, rendah, dan sedang kemudian dijadikan satu kelompok untuk diberikan treatment berupa layanan bimbingan kelompok.

Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala penyesuaian diri yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori yang ada. Dalam penelitian ini data yang akan diungkap berupa konstruk untuk menggambarkan tingkat penyesuaian diri siswa dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan sebagai stimulus yang tertuju pada indikator untuk memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan pada subjek yang biasanya tidak disadari oleh responden yang bersangkutan.

Dalam penelitian ini skala yang digunakan adalah skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2005: 134). Penggunaan skala Likert ini bertujuan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa. Skala Likert apabila digunakan dalam penelitian maka akan menghasilkan data interval.

Skala likert memiliki lima kategori kesetujuan dan memiliki skor 1-5. Skala yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai 5 alternatif jawaban yaitu “sangat sesuai”, “sesuai”, “cukup sesuai”, “tidak sesuai”, dan “sangat tidak sesuai”. Responden bebas memilih salah satu jawaban dari keempat alternatif jawaban yang ada sesuai dengan keadaan masing-masing responden. Jawaban soal positif diberi skor 5, 4, 3, 2, 1, sedangkan jawaban soal negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, 5 sesuai dengan arah pertanyaan atau pernyataan yang dimaksud. Adapun ketentuan penskoran setiap jawaban adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Penskoran Item

Alternatif Jawaban	Jenis Item	
	Positif	Negatif
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Cukup sesuai	3	3

Tidak sesuai	2	4
Sangat tidak sesuai	1	5

Selanjutnya untuk menginterpretasikan tingkat penyesuaian diri siswa, maka jumlah skor tiap responden ditransformasi dalam bentuk persentase skor dengan cara membagi dengan skor idealnya dan dikalikan dengan 100%.

Selanjutnya persentase skor tersebut dibandingkan dengan kriteria penyesuaian diri siswa yang kemudian akan diperoleh kriteria sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Dengan pengkategorian sebagai berikut:

Tabel. 3.4 Kategori tingkatan skala penyesuaian diri

Presentase	Kategori
85% $\geq$ 100%	Sangat Tinggi
70% - 85%	Tinggi
55% - 70%	Sedang
40% - 55%	Rendah
25% - 40%	Sangat Rendah

### Validitas Instrumen

Teknik uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *Product Moment* yaitu :

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

- $R_{xy}$  : Koefisien korelasi  
 $\sum X$  : Skor butir item dari peubah  
 $\sum Y$  : Skor total dari peubah  
 $\sum XY$  : Hasil kali butir item skor total dari peubah  
 $N$  : Jumlah responden uji coba

Perhitungan validitas dengan menggunakan rumus diatas diperoleh validitas instrument sebesar 0,444

Suatu alat ukur dikatakan memiliki realibilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden, jika responden tersebut mengisi skala pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Dalam penentuan tingkat realibilitas suatu instrumen penelitian dapat

diterima apabila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,60, sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho dan Suyuthi (Azwar,2005). Sehingga instrumen penelitian ini dikatakan reliabel karena memiliki koefisien alpha  $>$  0,60 yaitu 0,920.

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran tentang peningkatan penyesuaian diri sebelum dan sesudah perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Untuk kepentingan tersebut, maka dilakukan perhitungan rata-rata tentang penyesuaian diri siswa berdasarkan hasil skala penelitian, dengan rumus:

$$Me = \frac{\sum Xi}{n} \quad (\text{Sugiyono, 2005: 49})$$

Di mana :

Me : Mean (rata-rata)

$\sum$  : Jumlah

$X_i$  : Nilai X ke i sampai ke n

$N$  : Banyaknya subjek

Guna memperoleh gambaran penyesuaian diri siswa, maka dibuatkan 52 able distribusi frekuensi dan persentase dengan rumus persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ (Tiro, 2004: 242)}$$

Di mana:

P : Persentase

f : Frekuensi yang dicari persentasenya

N: Jumlah subjek eksperimen

Selain analisis deskripsi presentase, teknik analisis data dalam penelitian ini adalah metode non parametrik, dengan menggunakan uji *wilcoxon* karena mengacu pada variabel data yang ada adalah variabel ordinal. Uji *wilcoxon* yaitu dengan membuat tabel penolong untuk test *wilcoxon* yaitu dengan mencari jenjang antara pretest dan posttest, kemudian melihat tabel VIII harga-harga kritis untuk test *wilcoxon* (Sugiyono, 2005: 135)

Tabel 3.5 Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon

No	XA1	XB1	Beda	Tabel Jenjang		
				Jenjang	+	-

Keterangan:

No. : Kode responden  
 XA1 : Hasil pretest tiap responden  
 XB1 : Hasil posttest tiap responden

Beda (XB1 - XA1) : Selisih hasil pretest dan posttest

Tanda jenjang : Tingkatan/jenjang baik yang positif maupun negatif (Sugiyono, 2005: 136)

Jika jumlah jenjang antara pretest dan posttest lebih besar dari indeks tabel *wilcoxon*, maka layanan bimbingan kelompok dianggap efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri kelayan. Dalam mengambil kesimpulan menggunakan pedoman taraf signifikansi 5% dengan ketentuan:  
 1. Ho ditolak & Ha diterima apabila t hitung lebih besar atau sama dengan t tabel  
 2. Ho diterima & Ha ditolak apabila t hitung lebih kecil dari ttabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

*Analisis deskriptif* terhadap pemberian bimbingan kelompok yang materinya meliputi: penyesuaian diri pada remaja, komunikasi yang efektif, belajar dari pengalaman, mengembangkan sikap positif, belajar menerima keadaan diri, tidak mudah terpengaruh orang lain, dan mengendalikan emosi, maka diperoleh hasil kemajuan penyesuaian diri seperti tampak dalam table 3.6

Tabel 3.6 Hasil pre test dan post test pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

No	Nama	Pre-test	Post-test	Perbedaan
		%	%	
1.	AL	53,26	65,76	12,41
2.	DM	54,34	69,56	15,22
3.	ES	64,67	78,26	13,59
4.	EA	54,89	69,02	14,13
5.	GM	66,3	69,56	3,26
6.	MA	64,13	78,26	14,13
7.	SNJ	56,52	71,73	15,21
8.	SS	54,34	60,86	6,52
9.	WS	70,65	76,08	5,43
10.	ZN	71,19	76,63	5,44
Rata-Rata		61.03	71,57	10,54

Dari tabel diatas diperoleh peningkatan penyesuaian diri rata-rata 10,54%. Dari 10

respponden yang mengalami peningkatan terbesar yaitu DM sebesar 15,22% dan dengan



peningkatan terkecil pada WS sebesar 5,43%. Dari hasil tabel perbedaan tingkat penyesuaian diri diatas maka perlu diketahui bahwa setiap responden mengalami peningkatan penyesuaian diri setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok 60,96%

*Analisis deskriptif* tingkat penyesuaian diri siswa sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok. Sebagaimana telah diuraikan pada bab 3 bahwa metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala psikologis (skala penyesuaian diri). Setelah skala penyesuaian diri diberikan (*Pre Test*) kepada siswa kelas VII sejumlah 75 siswa. diperoleh hasil kondisi awal penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah sebanyak 53 orang berada pada kategori sangat tinggi (prosentase antara 85%-100%), 14 orang berada pada kategori tinggi (prosentase antara 70%-85%), 4 orang berada pada kategori sedang (prosentase antara 55%-70%) dan 4 orang berada pada kategori rendah (prosentase antara 40%-55%).

Hasil *Pre Test* penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah ada 4 orang siswa yang masuk kategori rendah, oleh karena itu perlu adanya upaya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah melalui layanan bimbingan kelompok, agar siswa yang mempunyai penyesuaian diri yang rendah dapat meningkat sehingga mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sekolah. Siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah ada 4 orang, untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok diperlukan 10 orang, untuk mendapat 6 orang lagi peneliti melibatkan 4 orang siswa yang mempunyai kepercayaan diri sedang dan 2 orang siswa yang mempunyai penyesuaian diri tinggi dipilih secara acak.

Berdasarkan tabel 3.7, adapun anggota layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah 2 siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi (WS dan ZN), 4 siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang (ES, GM, MA, dan SNJ) dan 4 siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah (AL, DM, EA, dan SS). 10 responden tersebut dapat diketahui bahwa ada 4 (empat) responden yang masuk dalam kriteria rendah, 4 (empat) responden masuk dalam kriteria sedang, dan 2 (dua) responden masuk kriteria tinggi.

Tabel 3.7. Penghitungan Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Sebelum Dilaksanakan Bimbingan Kelompok

No	Kode Responden	Skor	%	Kategori
1.	AL	98	53,26%	Rendah
2.	DM	100	54,34%	Rendah
3.	ES	119	64,67%	Sedang
4.	EA	101	54,89%	Rendah
5.	GM	122	66,30%	Sedang
6.	MA	118	64,13%	Sedang
7.	SNJ	104	56,52%	Sedang
8.	SS	100	54,34%	Rendah
9.	WS	130	70,65%	Tinggi
10.	ZN	131	71,19%	Tinggi
Rata-rata		1178	61,03%	Sedang

Diantara 10 responden tersebut yang memiliki kriteria rendah dan sedang masing-masing 40% dan kriteria tinggi yaitu sebesar 20%. Sampel yang digunakan memiliki tingkat penyesuaian diri yang berbeda-beda (rendah sampai tinggi), dengan tujuan: (1) agar heterogenitas kelompok terpenuhi, sehingga dinamika kelompok dapat tercipta dan tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu untuk meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan pada siswa dapat tercapai sampai delapan kali pertemuan, (2) supaya terjadi pertukaran pengetahuan, wawasan dan pengalaman, serta pendapat dari anggota yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi kepada anggota yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah dan sedang sehingga dapat terjadi peningkatan penyesuaian diri siswa. Penyesuaian diri siswa dalam penelitian ini memiliki dua indikator, yaitu penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif. Penyesuaian diri positif ada beberapa aspek yaitu tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya frustrasi dalam diri, memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahannya, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif. Sedangkan penyesuaian diri negatif memiliki beberapa aspek yaitu reaksi bertahan, reaksi untuk menyerang, dan reaksi untuk melarikan diri.

Dari hasil tersebut dinyatakan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa yang tertinggi diperoleh oleh dua siswa yaitu WS dan ZN dengan kategori tinggi. yaitu dengan skor WS 70,65% dan ZN 71,19%. Kedua siswa tersebut masing-masing memiliki penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif yang tinggi. Empat siswa ES, GM, MA, dan SNJ mempunyai tingkat penyesuaian diri sedang, dimana skor keempatnya mempunyai tingkat penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif berada dalam rentangan skor 56%-66%. Penyesuaian diri siswa yang rendah ada empat siswa yaitu AL, DM, EA, dan SS masing-masing mempunyai tingkat skor penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif yang rendah dengan rentang 51%-58%. Dari keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria sedang dengan rata-rata prosentase sebesar 60,96% dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan kriteria sedang dengan prosentase sebesar 61,46%. Rata-rata kedua indikator penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif dari 10 siswa menunjukkan kriteria sedang dengan prosentase sebesar 61,03%.

*Analisis deskriptif* tingkat penyesuaian diri siswa sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok. Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, selanjutnya dilakukan *post-test* untuk mengetahui peningkatan penyesuaian diri siswa. Hasil *post-test* selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.8. Penghitungan Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Setelah Melaksanakan Bimbingan Kelompok

No	Kode Responden	Skor	%	Kategori
1.	AL	121	65,76%	Sedang
2.	DM	128	69,56%	Sedang
3.	ES	144	78,26%	Tinggi
4.	EA	127	69,02%	Sedang
5.	GM	128	69,56%	Sedang
6.	MA	144	78,26%	Tinggi
7.	SNJ	132	71,73%	Tinggi
8.	SS	112	60,86%	Sedang
9.	WS	140	76,08%	Tinggi
10.	ZN	141	76,63%	Tinggi

Rata-rata	1389	71,57%	Tinggi
-----------	------	--------	--------

Berdasarkan hasil *post-test* yang dilakukan terhadap kelompok, maka dapat dilihat bahwa adanya peningkatan penyesuaian diri pada tiap responden, 5 responden masuk dalam kriteria tingkat penyesuaian diri sedang dan 5 responden masuk dalam kriteria tingkat penyesuaian diri tinggi. Dari tabel di atas bahwa 10 responden yang meningkat, dimana prosentase terendah 60,86% dengan kriteria tingkat penyesuaian diri sedang. Dalam penyesuaian diri kriteria yang sedang ditunjukkan dalam beberapa aspek antara lain, masih menunjukkan adanya ketegangan emosional, sedikit menunjukkan adanya frustrasi dalam diri, memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri yang cukup, mampu dalam belajar walaupun belum optimal, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif, masih sedikit memiliki reaksi bertahan, reaksi untuk menyerang masih muncul, dan masih memiliki reaksi untuk melarikan diri. Sedangkan prosentase tertinggi 78,26% dengan kriteria tingkat penyesuaian diri tinggi. Dimana dalam penyesuaian diri kriteria yang tinggi ditunjukkan dalam beberapa aspek antara lain, tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya frustrasi dalam diri, memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif, tidak memiliki reaksi bertahan, tidak memiliki reaksi untuk menyerang, dan tidak memiliki reaksi untuk melarikan diri. Dari semua siswa mempunyai peningkatan penyesuaian diri positif, semua penyesuaian diri positif berada di atas prosentase sebesar 60%. Penyesuaian diri positif yang tertinggi dengan prosentase 79,41% diperoleh oleh ES dan penyesuaian diri positif terendah diperoleh SS dengan prosentase sebesar 60,29%. Sedangkan penyesuaian diri negatif yang tertinggi pada prosentase 79,17% diperoleh oleh WS dan ZN, sedangkan penyesuaian diri negatif terendah diperoleh GM dengan prosentase sebesar 56,25%. Semua siswa mengalami peningkatan pada masing-masing indikator, empat siswa yaitu AL, DM, EA, dan SS masing-masing mempunyai tingkat skor penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif yang rendah meningkat menjadi sedang dengan masing-

masing indikator dengan rentang prosentase sebesar 60% - 69% dan masuk dalam kriteria sedang. GM yang sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang, dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok tetap pada tingkat penyesuaian diri yang sedang, GM hanya sedikit mengalami peningkatan pada masing-masing indikator.

Tiga siswa yaitu ES, MA, dan SNJ yang semula sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok berada pada tingkat penyesuaian diri yang sedang dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan penyesuaian diri siswa meningkat menjadi tinggi. Dari ketiga siswa tersebut masing-masing indikator mengalami peningkatan, pada penyesuaian diri positif ketiga siswa tersebut berada pada rentang prosentase sebesar 72% - 80% dan masuk dalam kriteria tinggi. Dan penyesuaian diri negatif ketiga siswa tersebut berada pada rentang prosentase sebesar 68% - 77% yang masuk dalam kriteria sedang dan tinggi. WS dan ZN yang sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok sudah memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi hanya sedikit mengalami peningkatan. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok kedua siswa tersebut memiliki prosentase penyesuaian diri positif sebesar 75% dan 75,74%, sedangkan penyesuaian diri negatif masing-masing memiliki prosentase penyesuaian diri negatif sebesar 79,17%. WS dan ZN masih berada pada tingkat penyesuaian diri yang tinggi.

*Analisis deskriptif* tentang peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Analisis yang digunakan untuk mengetahui apakah kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka. dapat mengalami peningkatan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok adalah dengan

menggunakan statistik non parametrik, yaitu uji *wilcoxon*.

Tabel 3.9 Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon

Kode Responden	Pre-Test (X1)	Post-Test (X2)	Bed a (X1 - X2)	Tanda Jenjang		
				Jenjang	+	-
AL	98	121	+23	5	5	0
DM	100	128	+28	9	9	0
ES	119	144	+25	6	6	0
EA	101	127	+26	7,5	7,5	0
GM	122	128	+6	1	1	0
MA	118	144	+26	7,5	7,5	0
SNJ	104	132	+31	10	10	0
SS	101	112	+11	4	4	0
WS	130	140	+10	2,5	2,5	0
ZN	131	141	+10	2,5	2,5	0
JUMLAH					55	0

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh jumlah jenjang = 55 dan t tabel = 8 sehingga jumlah jenjang > t tabel. Dengan demikian maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka, meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Hasil tersebut didukung dengan hasil perbedaan tingkat penyesuaian diri sebelum (*pre-test*) dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok (*post-test*) pada siswa kelas VII di MTs. Darussalam Anrong Appaka., lebih jelasnya akan dipaparkan dalam tabel 3.10:

Tabel 3.10 Perbedaan Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Sebelum dan Setelah Memperoleh Layanan Bimbingan Kelompok

No	Nama	Pre-test			Post-test			Perbedaan
			%	Kriteria		%	Kriteria	
1.	AL	98	53,26	R	121	65,76	S	12,41

2.	DM	100	54,34	R	128	69,56	S	15,22
3.	ES	119	64,67	S	144	78,26	T	13,59
4.	EA	101	54,89	R	127	69,02	S	14,13
5.	GM	122	66,3	S	128	69,56	S	3,26
6.	MA	118	64,13	S	144	78,26	T	14,13
7.	SNJ	104	56,52	S	132	71,73	T	15,21
8.	SS	101	54,34	R	112	60,86	S	6,52
9.	WS	130	70,65	T	140	76,08	T	5,43
10.	ZN	131	71,19	T	141	76,63	T	5,44
Rata-Rata			61,03	S	Rata	71,57	T	10,54

Dari tabel diatas diperoleh peningkatan penyesuaian diri rata-rata 10,54%. Dari 10 responden yang mengalami peningkatan terbesar yaitu DM sebesar 15,22% dan dengan peningkatan terkecil pada WS sebesar 5,43%. Dari hasil tabel perbedaan tingkat penyesuaian diri diatas maka perlu diketahui bahwa setiap responden mengalami peningkatan penyesuaian diri setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok.

60,96%

Dari data di atas dapat diketahui bahwa secara keseluruhan kemampuan penyesuaian diri siswa mengalami kenaikan. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa penyesuaian diri positif sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok / *pre-test* menunjukkan prosentase sebesar 60,96% dan masuk dalam kategori penyesuaian diri sedang. Setelah mendapat layanan bimbingan kelompok / *post-test* penyesuaian diri positif menunjukkan prosentase sebesar 72,28% dan masuk dalam kategori tinggi. Penyesuaian diri positif mengalami peningkatan sebesar 11,32%, dalam penyesuaian diri positif tersebut beberapa aspek juga mengalami peningkatan diantaranya tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya frustrasi dalam diri, memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif.

Penyesuaian diri negatif sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok / *pre-test* menunjukkan prosentase sebesar 61,46% dan masuk dalam kriteria sedang. Setelah mendapat layanan bimbingan kelompok/*post-test* penyesuaian diri negatif menunjukkan prosentase sebesar 69,58% dan masih masuk dalam kategori sedang. Peningkatan penyesuaian diri negatif

sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok meningkat sebesar 8,12%. Beberapa aspek dalam penyesuaian diri negatif menunjukkan peningkatan, tetapi tidak begitu signifikan, aspek dalam penyesuaian diri negatif yang menunjukkan adanya peningkatan diantaranya, tidak menunjukkan adanya reaksi bertahan, masih sedikit memiliki reaksi untuk menyerang, dan tidak memiliki reaksi untuk melarikan diri.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka, dapat diketahui bahwa secara empiris ada peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Analisis data menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka. Sebelum diberikan bimbingan kelompok siswa memiliki tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah dengan kriteria rata-rata sedang yaitu 61,03%, sesudah diberikan bimbingan kelompok kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa menjadi sedang 71,57%. Dengan demikian terjadi peningkatan sebesar 10,54%. Awalnya sebelum siswa diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah mereka belum optimal sehingga perlu ditingkatkan. Setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, akhirnya kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa menjadi meningkat. Peningkatan tersebut dikarenakan adanya

pemberian perlakuan yaitu bimbingan kelompok dalam rangka meningkatkan daya juang siswa terutama ketika menghadapi kesulitan, sehingga terjadi peningkatan yang signifikan. Terjadi peningkatan pada masing-masing responden karena pada saat pelaksanaan *treatment* mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan penuh antusias. Masing-masing responden mengungkapkan ide, gagasan dan pikiran mereka untuk membahas materi yang sedang dibahas. Seluruh responden mengalami peningkatan skor karena pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok responden ini menampilkan sikap keterbukaan seperti : mudah menerima pendapat orang lain, tidak mengabaikan masukan yang diberikan teman, akan mempertimbangkan sesuatu secara matang terhadap tindakan yang akan dilakukan kepada orang lain, selalu berusaha berpikir secara rasional, tetap menghargai orang lain dan bertukar pendapat dan pengalaman dengan teman untuk menambah pengetahuan. Anggota kelompok dapat memahami tentang penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah serta aspek-aspek yang terkait di dalamnya. Pemahaman itu membuka pemikiran baru bagi anggota kelompok terutama ketika mengalami kesulitan dan hambatan baik dalam akademik maupun non akademik. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, anggota belajar untuk memahami kesulitan, berawal dari memahami penyebab hingga cara menyikapinya. Anggota kelompok juga belajar untuk mengendalikan masalah sehingga kesulitan yang muncul tidak menyebabkan masalah-masalah baru yang semakin menyulitkan. Keterlibatan masing-masing anggota membuat topik pembahasan menjadi lebih mendalam dan berdampak pada peningkatan tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah.

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan kepada siswa secara kelompok untuk mengambil keputusan yang tepat dan mandiri dalam dinamika kelompok untuk mendapatkan informasi tentang peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah sehingga siswa mampu meningkatkan potensinya meskipun dalam pencapaian tujuan menemui berbagai kesulitan. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ada empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Menurut Prayitno

(1995:3) “layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif“. Dalam hal ini lingkup kelompok memberikan motivasi kepada masing-masing anggota agar dapat memahami kesulitan yang dihadapi sebagai salah satu langkah menuju sukses. Layanan Bimbingan kelompok memberikan kontribusi dalam peningkatan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di dalamnya berisi materi tentang bagaimana agar siswa sebagai anggota kelompok akan sama-sama menciptakan dinamika kelompok yang dapat menjadikan tempat untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa. Anggota kelompok mempunyai hak sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, membahas topik komunikasi antarpribadi dengan tuntas, siswa dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan pengalaman.

Layanan Bimbingan kelompok dalam penelitian ini bertujuan untuk membahas topik-topik mengenai yang bertujuan untuk meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Didalamnya mencakup aspek-aspek yang berhubungan dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Aspek-aspek tersebut adalah penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif. Melalui dinamika kelompok yang intensif, maka kedua aspek tersebut mengalami peningkatan. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi para anggotanya untuk menambah penerimaan diri dari teman yang lain, memberikan ide, perasaan, dorongan bantuan alternatif dalam mengambil keputusan yang tepat, dapat melatih perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Dalam kelompok, anggota belajar memahami cara pandang baru untuk meningkatkan potensi, menyikapi kesulitan, dan menciptakan kesuksesan. Untuk dapat menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu mengetahui bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan upaya dalam meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa, digunakan uji statistik analisis *wilcoxon*. Analisis *wilcoxon* tentang upaya meningkatkan penyesuaian diri terhadap

lingkungan sekolah siswa melalui bimbingan kelompok pada siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka. ditunjukkan berdasarkan hasil uji dimana jumlah jenjang = 55 dan t tabel = 8 sehingga jumlah jenjang > t tabel. Dengan demikian maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan kemampuan penyesuaian diri siswa meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain, penyesuaian diri siswa dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Terkait dengan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa sebelum dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok adalah berbeda dan mengalami peningkatan. Layanan bimbingan kelompok efektif sebagai upaya dalam meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa, karena dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok tersebut, siswa diajak untuk berlatih berinteraksi dengan siswa lain dalam satu kelompok yang didalamnya membahas materi bimbingan yang disajikan. Dari hal tersebut siswa akan memperoleh berbagai pengalaman, pengetahuan dan gagasan. Dari topik itu pula siswa dapat belajar mengembangkan nilai-nilai dan menerapkan langkah-langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok tersebut.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII MTs. Darussalam Anrong Appaka, dapat diketahui bahwa secara empiris ada peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah, yang dijabarkan sebagai berikut: Layanan bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah. Penyesuaian diri siswa sebelum responden memperoleh perlakuan berupa bimbingan kelompok, diperoleh kriteria sedang (61,03%). Setelah mendapatkan bimbingan kelompok, kriteria meningkat menjadi tinggi (71,57%) dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 10,54%. Peningkatan tersebut meliputi

aspek penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah. Penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok, yang berarti bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah.

Berdasarkan temuan diatas peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut: dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah seharusnya dapat menggunakan juga jenis layanan bimbingan konseling yang lain, misalnya layanan klasikal. Peningkatan penyesuaian diri sebesar 10,54% seharusnya dapat ditingkatkan lagi, sehingga penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah lebih optimal. Layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah yang cukup signifikan, seharusnya dapat ditingkatkan lagi yang lebih signifikan dengan mengoptimalkan layanan bimbingan kelompok.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syarifuddin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik (Jilid 2)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hurlock, Elizabeth B. 1999. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Ketut Sukardi, Dewa. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.

- Sugiyono. 2005. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto dan Agung Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.