

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI DI LINGKUNGAN SEKOLAH DI SMK NEGERI 3
REJANG LEBONG KELAS X APAT**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi syarat-syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Tarbiyah



Disusun Oleh:

Vivin Fitriyani
NIM: 19641028

**BIMBINGAN KONSELING PENIDIKAN ISLAM (BKPI)
FAKULTAS TARBIYAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) CURUP
2022/2023**

Hal : Pengajuan Skripsi

Kepada

Yth.Rektor IAIN Curup

Di

Curup

Assalamu`alaikum We.Wb.

Setelah mengadakan pemeriksaan perbaikan seperlunya,maka kami berpendapat bahwa skripsi saudari VIVIN FITRIYANI mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah IAIN Curup yang berjudul '**Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong**' sudah dapat diajukan dalam sidang munaqasyah pada Program Bimbingan dan Konse'ling Pendidikan Islam,Fakultas Tarbiyah ,Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup,

Demikian permohonan ini kami ajukan,atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu`alaikum Wr.Wb

Curup,07-6-2023

Pembimbing I

Dr.Dewi Purnamasari, M.Pd
NIP . 19750919 2005 012004

Pembimbing II

Dr. Svansul Rizal, S.Ag., S.Ip., M.Pd.
NIP. 19701004 199903 1 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) CURUP
FAKULTAS TARBIYAH**

Jl. Dr. Ak Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp (0732) 2101102179 Fax
Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admint@iaincurup.ac.id Pos 39119

PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nomor: 1084/In.34/F.T/1/PP.00.9/08/2023

Nama : **Vivin Fitriyani**
NIM : **196410238**
Fakultas : **Tarbiyah**
Prodi : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**
Judul : **Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Dilinkungan Sekolah Di SMK NEGRI 3 Rejang Lebong Kelas X Apat**

Telah dimunaqasahkan dalam sidang terbuka Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup pada:

Hari/ Tanggal : **Jumaat, 04 Agustus 2023**
Pukul : **15:00 – 16:30 WIB**
Tempat : **Ruang 7 PGMI**

Dan telah diterima untuk melengkapi sebagai syarat-syarat guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Bidang Ilmu Tarbiyah.

TIM PENGUJI

Ketua,

Dr. Dewi Purnama Sari, M.Pd.
NIP. 197509192005012004

Sekretaris,

Dr. Syamsul Rizal, S.Ag, S.Ip., M.Pd
NIP. 19701004 199903 1 001

Penguji I,

Dr. Dinna Hajja Ristianti, M.Pd., Kons
NIP. 19821002 200604 2 002

Penguji II,

Dr. Sumarto, M.Pd.
NIP. 199003142019031013

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah**



Prof. Dr. H. Hamengkubuwono, M. Pd
NIP. 19650826 199903 1 001

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Vivin Fitriyani

Nim : 19641028

Jurusan : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islama

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diajukan atau dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan sebagai referensi. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima hukuman atau sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, semoga dapat dipergunakan seperlunya.

Catur Juni 2023
mulis
METERAI
TEMPEL
02AB7AKX246960622
Vivin Fitriyani
Nim 19641028

MOTTO

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa.”

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia dan kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahan keharibaan Rosulullah SAW.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kusayangi
Dan kukasihi

1. Ayahanda dan Ibunda tercinta, sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga ku persembahkan karya kecil ini kepada Ayahandaku Kailani dan Ibundaku Neni suryani yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, ridho dan cinta kasih yang tak terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya degan selebar kertas yang bertuliskan kata persembahan.
2. Kakak, adik dan orang terdekatku, sebagai tanda terimakasih, ku persembahkan karya kecil ini untuk Kakak ku risky beserta istri, Adikku ulfa damayanti, Paman dan Bibik-bibikku, beserta kakek dan nenek-nenekku tersayang, dan sepupu-sepupuku yang sudah memberi suportnya . Terimakasih telah memberikan semangat dan inspirasi dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
3. Dosen Pembimbing Ibu Dr. Dewi Purnama sari, M.Pd, selaku dosen pembimbing I dan Bapak Dr. Syamsul Rizal, S.Ag,S.IP,M.Pd selaku dosen pembimbing II, Terimakasih Bapak dan Ibu telah sabar membimbing, menasihati dan memotivasiku dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Kepada Ka Prodi BKPI dan Seluruh dosen BKPI saya ucapkan terimakasih telah memberikan banyak dukungan dan motivasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

5. Kepada kapala sekolah, guru-guru serta staff SMK
Negri 3 Rejang Lebong saya ucapkan terimakasih. yang telah memberikan izin untuk meneliti disekolah sehingga skripsi ini selsai dengan baik.
6. Buat ayukku dan teman-teman terdekat selama di perantauan (ayuk Aprika yunani, kak jose, yufifa, sari, vivit, seli dll) terimakasih telah menjadi keluarga ku selama di perantauan ini.
7. Buat teman-teman lama ku tri pitri suryani, alm ravita natarsia, sasi ratna gemilar, dan masih banyak lagi tidak bisa kusebut satu persatu, terimaksi telah menjadi sahabat terbaikku.
8. Almamterku Tercinta Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup

Terimakasih kalian semua telah memberikanku motivasi, dukungan moral serta material yang selalu membuatku semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Terimaksih kalian telah memberikan banyak hal yang tak terlupakan olehku.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah SWT yang maha kuasa berkat rahmat dan kasih sayang Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini. Shalawat beserta salam tak lupa kita kirimkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya. Berkat beliau pada saat ini kita berada dalam zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Atas berkat rahmatnya pula penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul **"Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Di Smk Negeri 3 Rejang Lebong Kelas X Apat**

Adapun tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat kurikuler guna mendapatkan gelar sarjana strata satu (SI) program studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) pada jurusan Tarbiyah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Penyusunan skripsi ini memberikan kesan dan pengalaman tersendiri bagi penulis, pengalaman yang paling berkesan adalah dorongan, dan uluran tangan dari berbagai pihak, yang menambah motivasi, semangat dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini. Oleh karena itu tepat dan sewajarnya pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa penghargaan dan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan secara tulus dan ikhlas.

1. Rektor IAIN Curup Bapak Prof. Dr. Idi Warsah, M.Pd.I, selaku Rektor IAIN Curup
2. Dr. Muhammad Istan, SE., M.Pd.,M.M sebagai Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan IAIN Curup
3. Dr. KH. Ngadri, M.Ag sebagai Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan, dan Keuangan IAIN Curup
4. Dr. Fakhruddin, S.Ag.,M.Pd sebagai Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerja Sama IAIN Curup
5. Prof. Dr. H. Hamengkubuwono, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Curup
6. Ibu Dr.Dewi Purnama sari, M.Pd, selaku pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini, dengan kesabarannya membimbing dan

memberikan petunjuk serta motivasi yang cukup besar tanpa mengenal lelah dari awal sampai skripsi ini selesai.

7. Bapak Dr. Syamsul Rizal, S.Ag, S.IP, M.Pd selaku pembimbing II yang tidak pernah bosan memberikan dorongan dan motivasi kepada penulis.
8. Ka prodi dan Dosen-dosen Bimbingan Konseling Pendidikan Islam yang selalu mendukung, dan memberikan motivasi-motivasi sehingga kami bangkit dan semangat kembali.
9. Guru-guru serta pengurus staff SMK Negeri 3 Rejang Lebong yang telah memberikan izin serta membantu dalam memperoleh data-data yang penulis butuhkan.
10. Keluargaku tercinta. Ayahanda Kailani, Ibunda Neni suryani Kakandaku riski beserta istri, Adindaku ulfa, Nenekku fatmawati, kakek ku fahrudin dan Bibik-bibik dan paman-paman ku, Yang selalu memberi support serta doanya.
11. Teman-teman seperjuangan yang telah ikut memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Semoga segala amal baik dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dapat menjadi amal saleh dan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT.
Amin

Curup, Juli 2023

Vivin Fitriyani

19641028

ABSTRAK

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Di SMK Negeri 3 Rejang Lebong Kelas X APAT Vivin Fitriyani (19641028)

Setiap siswa seharusnya memiliki penyesuaian diri yang baik karena menjadi bagian penting untuk menyeimbangkan antara kehidupan social dan sekolah. Namun pada kenyataannya yang terjadi di SMKN 3 Rejang Lebong masih ada beberapa siswa yang kurang memiliki sikap penyesuaian diri yang baik. Penelitian ini diangkat berdasarkan observasi awal dengan guru BK yang dimana dari beberapa siswa ada sebagian siswa yang memiliki sikap penyesuaian diri yang kurang baik, seperti ada beberapa siswa yang kurang nyaman dilingkungan sekolah, ada beberapa siswa sulit diatur dan ada beberapa siswa kurang menghargai pendapat orang lain. Berdasarkan fakta yang diperoleh peneliti ingin melaksanakan layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan sikap penyesuaian diri yang baik untuk siswa tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyesuaian siswa dilingkungan sekolah sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan yang berupa layanan bimbingan kelompok dan perbandingannya. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen One-Group Pretest-Posttes. Teknik pengumpulan datanya menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong kelas X yang berjumlah 21 siswa dari kelas X APAT dan yang dijadikan sampel 12 orang.

Hasil Penelitian disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa sebelum di berikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok mendapatkan rata-rata nilai 183,58% setelah diberikan perlakuan sikap penyesuaian diri siswa meningkat dengan rata-rata nilai sebesar 197,58% Dilihat dari hasil rata-rata nilai sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan, maka penyesuaian diri siswa dilingkungan sekolah meningkat 14%.

Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri.

DAFTAR TABEL

Tabel

3.1 Skor Pernyataan Angket.....	58
3.2 Kisi Kisi Instrument Penelitian.....	59
4.1 Deskripsi Data Pretest.....	63
4.2 Tabel Klasifikasi Rentang Skor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Layanan Bimbingan Kelompok	64
4.3 Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Sebelum Layanan Bimbingan Kelompok.....	65
4.4 Deskripsi Data Posttest.....	66
4.5 Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Layanan Bimbingan Kelompok.....	67
4.6 Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Sebelum Layanan Bimbingan Kelompok.....	67
4.7 Hasil Uji Normalitas.....	69
4.8 Test Of Homogeneity Of Variances	70
4.9 Rangkuman Nilai T-Test	72

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGANTAR	ii
PERNYATAN BEBAS PLAGIASI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR ISI	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	13
C. Batasan Masalah	14
D. Rumusan Masalah	14
E. Tujuan Penelitian	14
F. Manfaat Penelitian	15
BAB II LANDASAN TEORI	
A. LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK	
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	16
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	19
3. Asas Bimbingan Kelompok	22
4. Jenis-jenis Layanan Bimbingan Kelompok	26
5. Unsur Layanan Bimbingan Kelompok	27
6. Tahap-tahap pelaksanaan Bimbingan Kelompok	31

7. Peran Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa	33
B. PENYESUAIAN DIRI	
1. Pengertian Penyesuaian Diri	35
2. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri.....	38
3. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	39
4. Karakteristik Penyesuaian Diri	42
5. Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....	43
6. Upaya Untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa	47
C. KERANGKA KONSEPTUAL	48
D. HIPOTESIS PENELITIAN	49
 BAB III METODE PENELITIAN	
1. Jenis Penelitian.....	51
2. Tempat Dan Waktu.....	53
3. Populasi Dan Sampel.....	53
4. Definisi Operasional Variabel.....	54
5. Teknik Pengumpulan Data.....	57
6. Teknik Analisis Data.....	60
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa	62
B. Penyesuaian Diri Siswa Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok.....	65
C. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa.....	68
D. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	68
E. Pembahasan.....	72
 BAB V PENUTUP	
A. KESIMPULAN	84
B. SARAN	85

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN - LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG.

Pendidikan merupakan salah satu hal yang wajib diterima oleh seluruh masyarakat Indonesia. Melalui pendidikan, masyarakat dapat menerima ilmu. Ilmu yang didapatkan melalui jalur pendidikan dapat dimanfaatkan untuk kesejahteraan dan keberlangsungan hidupnya dimasa kini dan dimasa mendatang. Masyarakat Indonesia dapat menempuh pendidikan melalui pendidikan formal dan informal. Kedua jalur yang dapat ditempuh memiliki tujuan yang sama sebagai sarana untuk menimba ilmu yang kelak dapat bermanfaat untuk keberlangsungan hidup.¹ Pendidikan merupakan modal dasar untuk menyiapkan insan yang berkualitas. Menurut Undang-undang Sisdiknas 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.²

Oktavia dalam Rohmat Alimun menyatakan pendidikan melalui jalur formal dapat ditempuh atau diperoleh di sekolah. Sekolah dapat didefinisikan sebagai

¹ Rohmat Alimun Taha1 dan I Nyoman Sujana, *Pengaruh Penerapan Tata Tertib Sekolah terhadap Disiplin Belajar Siswa*, Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi, Volume 9, Number 2, Tahun 2021, hal. 248.

² Permen Diknas No. 20 tahun 2003

lembaga formal yang menaungi pendidikan anak. Sekolah juga merupakan tempat untuk anak bertumbuh dan berkembang menjadi individu yang lebih baik. Pembentukan karakter menjadi salah satu contoh yang dapat dilakukan disekolah. Pembentukan karakter pada siswa berkaitan dengan hal-hal yang mengatur keberlangsungan mereka selama disekolah.³

Menurut pendapat yang lain bahwa lingkungan sekolah adalah kesatuan ruang dalam lingkup pendidikan formal yang memberi pengaruh pembentukan sikap dan pengembangan potensi siswa.⁴ Tujuan utama tata tertib adalah melatih disiplin dan menanamkan disiplin moral dalam diri individu yang akan membentuk pola perilaku, sehingga tata tertib menjadi sebuah kontrol perilaku agar sesuai dengan peraturan.⁵

dimana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan atau kesejahteraan atau kenyamanan diri seseorang. Termasuk juga dalam hal ini lingkungan sekolah, yang merupakan sebuah organisasi sosial yang kompleks, dengan sejumlah norma, nilai, peraturan dan tuntutan yang harus dipenuhi oleh para anggotanya, termasuk siswa. Sebagaimana diketahui bahwa perilaku atau aktivitas yang ada pada individu atau organisme itu tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat dari adanya stimulus atau rangsang yang mengenai individu atau

³ *Ibid.*, hal.78

⁴ moh. Mansyur fawaid, *mplementasi tata tertib sekolah dalam meningkatkan karakter kedisiplinan siswa*, , jurnal civic hukum, volume 2, nomor 1, mei 2017,hal.11

⁵*ibid.* hal.10

organisme itu. Carl Rogers menyatakan bahwa: Manusia bereaksi terhadap lingkungannya sesuai dengan persepsi dan pengalamannya sendiri.

Schneiders menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkahlaku yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungannya.

Penyesuaian diri menurut Gerungan dalam bukunya psikologi sosial artinya yang pertama disebut juga penyesuaian diri yang autoplastis (auto: sendiri, plastis: dibentuk), sedangkan pada yang kedua penyesuaian diri juga disebut penyesuaian diri yang aloplastis (alo: yang lain).⁶ Menurut kartini kartono, penyesuaian diri adalah kemampuan untuk mempertahankan diri, bias survive, memperoleh kesejateraan jasmani dan rohani, juga dapat mengadakan reaksi yang memuaskan tentang tuntutan-tuntutan social.⁷

Menurut M. Ali penyesuaian diri siswa adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya.⁸

⁶ Gerungan., psikologi sosial, (bandung; refika aditama, 2000) hal.55

⁷ Kartini Kartono, hygiene mental, (bandung: mandar maju, 1989),hal. 260

⁸ Ali. M, psikologi remaja perkembangan peserta didik, (jakarta: bumi aksara, 2004), hal.43

A.A. Schneider's mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan satu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya.⁹ Pendapat dina, penyesuaian diri berarti berbicara mengenai kemampuan individu untuk mengatasi lingkungannya secara efektif.¹⁰ Sedangkan menurut Onny penyesuaian diri adalah suatu perilaku memberi dan menerima dari lingkungan.¹¹

Dari pengertian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri di sekolah dapat diartikan sebagai kemampuan siswa dalam beradaptasi terhadap lingkungan sekolah secara wajar sehingga memberikan kepuasan bagi diri dan lingkungannya. Menurut Schneiders karakteristik penyesuaian diri yang baik meliputi:

- a. *Absence of excessive emotionality*. Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri.
- b. *Absence of psychological mechanism*. Terhindar dari mekanisme psikologis, artinya individu dapat memberikan respon yang wajar terhadap konflik yang dihadapi.

⁹ Sarwono.psikologi remaja, (jakarta: p. T raja grafindo, 2004) hal.93

¹⁰ Dina, Perbedaan Penyesuaian Diri Pada Kary]awan Baru Yang Memiliki Peran Seks Maskulin, Feminim, Androgini dan Undifferentiated, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Tidal diterbitkan.hal.35

¹¹ Onny, etika perawatan, (jakarta: batara karya aksara, 1980), hal. 15

- c. *Absence of the sense of personal frustration.* Terhindar dari perasaan frustasi atau kecewa.
- d. *Rational deliberation and self direction.* Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional
- e. *Ability to learn and utilization experience.* Kesiapan untuk belajar dan mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu.
- f. *Realistic and objective attitude. Bersikap objektif dan realistik.*¹²

Menurut Schneider dalam Yusuf, penyesuaian merupakan suatu proses respon individu yang bersifat behavioral maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri, tegangan emosional, frustasi, konflik dan memelihara keharmonisan antara pemenuhan kebutuhan tersebut dengan tuntutan (norma) lingkungan". Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang dilakukan oleh seorang individu untuk mengatasi dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan untuk mencapai sebuah keharmonisan yang terdapat di dalam diri individu maupun di dalam lingkungan.¹³

Menurut Schneiders dalam Ali & Asrori, proses penyesuaian diri mencakup tiga unsur, yaitu motivasi dan proses penyesuaian diri, sikap terhadap realitas dan

¹² Lailatul rokhmatika,eko darminto, bimbingan konseling, hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelasungulan ,fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri surabaya,hal.1-3

¹³ Safitri wulandari,guru bk smp santa ursula bsd, hubungan antara kesejahteraan psikologis dan Penyesuaian diri siswa kelas x smk santa maria jakarta, jurnal psiko-edukasi, oktober 2016, (94-100).hal,1-2

proses penyesuaian diri, pola dasar proses penyesuaian diri. Menurut Schneiders dalam Ali & Asrori, ada lima faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, yaitu kondisi fisik, kepribadian, pendidikan, lingkungan, agama dan budaya. Penyesuaian diri di kalangan remaja memiliki karakteristik yang sangat khas.¹⁴

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri dapat berasal dari internal maupun eksternal, antara lain¹⁵ Kelompok sebaya akan menguntungkan apabila kegiatan- kegiatan bersama terarah, terprogram dan dapat dipertanggungjawabkan secara psikologis, sosial, dan moral.¹⁶

Menurut Hurlock dalam Yusuf, karakteristik penyesuaian diri yaitu mampu menilai diri secara realistik, mampu menilai situasi secara realistik, mampu menilai prestasi yang diperoleh secara realistik, berorientasi keluar, penerimaan sosial, memiliki filsafat hidup, berbahagia. Menurut Hurlock dalam Yusuf. kepribadian yang tidak sehat itu ditandai dengan karakteristik seperti berikut (a) mudah marah (tersinggung); (b) menunjukkan kekhawatiran dan kecemasan; (c) sering merasa tertekan (stres atau depresi); (d) bersikap kejam atau senang mengganggu orang lain yang usianya lebih muda atau terhadap binatang (hewan); (e) ketidakmampuan untuk menghindar dari perilaku menyimpang meskipun sudah diperingati atau dihukum; (f) mempunyai kebiasaan berbohong; (g) hiperaktif; (h) bersikap memusuhi semua bentuk otoritas; (i) senang mengkritik/mencemooh orang lain; (j)

¹⁴ Ibid hal 28

¹⁵ Enung fatimah. psikologi perkembangan (bandung:c.v pustaka setia, 2006) hal 17

¹⁶ Desmita, psikologi perkembangan. Bandung : remaja rosda karya 2009. hal.191

sulit tidur; (k) kurang memiliki rasa tanggung jawab; (l) sering mengalami pusing kepala; (m) kurang memiliki kesadaran untuk menaati ajaran agama; (n) bersikap pesimis dalam menghadapi kehidupan; (o) kurang bergairah dalam menjalani kehidupan.¹⁷

Guru bimbingan konseling memiliki peran aktif dalam mengatasi dan meningkatkan kedisiplinan siswa, yang dapat dilakukan oleh guru BK yaitu pemberian berbagai layanan, salah satunya yaitu layanan bimbingan kelompok. Wibowo dalam Eka Sari menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.¹⁸

Menurut Prayitno layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang di berikan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri.¹⁹

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa).²⁰

¹⁷ Ibid,hal 3

¹⁸ Eka sari setianingsih, anwar sutoyo, edy purwanto, *pengembangan model bimbingan kelompok teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan keterbukaan diri siswi*, jurnal bimbingan konseling, jurnal bimbingan konseling 3 (2) (2014),hal.77

¹⁹ Prof. Dr. Prayitno, m.sc.ed, layanan bimbingan dan konseling kelompok (dasar danprofil), (ghalia indonesia: jakarta,1995), hal. 61.

²⁰ Achmad, juntika, nurihsan, strategi layanan bimbingan & konseling, (bandung: pt. refika aditama, 2005), hal. 17.

Bimbingan kelompok bertujuan untuk mewadahi anggota kelompok dalam berlatih untuk mengemukakan pendapat dan ide, menambah wawasan dan pengetahuan, mengekspresikan perasaan dan meningkatkan kepercayaan diri. Adapun dalam layanan bimbingan kelompok juga terdapat dinamika kelompok yang merupakan sesuatu hal atau jiwa yang menghidupkan dan/atau menghidupi sebuah kelompok²¹

Sertzer dan Stone mengemukakan pendapatnya bahwa bimbingan merupakan terjemahan kata guidance yang memiliki kata dasar guide yang memiliki arti menunjukkan, menentukan, mengatur atau mengemudikan (to direct, pilot, manager, or steer).²² Selanjutnya konseling dapat dikatakan sebagai bantuan psikologis yang dilakukan oleh tim konselor dalam hal ini guru bimbingan dan konseling kepada konseli atau siswa yang sedang mengalami masalah kejiwaan tingkat rendah (early intervention), baik untuk siswa maupun anggota masyarakat lainnya.²³

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan yang diberikan pembimbing kepada peserta didik dengan meningkatkan disiplin yang dimiliki oleh peserta didik dalam berkomunikasi dan membahas setiap permasalahan secara bersama-sama mengungkapkan setiap pendapat yang

²¹ Prayitno & amti, dasar-dasar bimbingan dan konseling, (jakarta: rineka cipta, 2004), hal.2

²² Ahmad syarqawi nasution dkk, dasar-dasar bimbingan dan konseling, (medan: kencana,2019), hal. 10.

²³ Syahrin harahap, wahdatul ulum (paradigma pengembangan keilmuan dan karakter lulusan uin-su), (medan: iain press, 2019), hal. 75.

dimilikinya dan lebih meningkatkan kemampuan Bila perilaku konseli mengalami kemajuan dalam arti positif, maka ia dipuji “baik” bila mundur dalam arti masih negatif, maka dikatakan “tidak baik”. Teknik ini dimaksudkan untuk membongkar sistem nilai dan keyakinan yang irasional pada konseli dengan sistem nilai yang positif. Dalam hal ini didukung oleh penelitian melina siagian, *pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa madrasah tsanawiyah al-ikhlas aekbotik tapanuli utara*, Medan, 2017 yang menyatakan bahwa Berdasarkan hasil penelitian yang diuraikan pada Bab IV dapat disimpulkan bahwa : Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs. Al-Ikhlas Aek Botik Kabupaten Tapanuli Utara. Mulai dari kelas VII, VIII dan IX, Sekolah tersebut terletak di Kelurahan Aek Botik. Kec. Pahae Jae Kab. Tapanuli Utara. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang nilai rhitung sebesar 79346,2 dari nilai ttabel pada taraf signifikansi 5% dengan N=63 lebih besar dari pada nilai rtabel ($79346,2 \geq 0,24$) sehingga disimpulkan “signifikan”.²⁴, Materi layanan bimbingan kelompok dalam bidang bimbingan sebagaimana dalam materi layanan bimbingan lainnya, yang meliputi: bimbingan pribadi, bimbingan social, bimbingan belajar, dan bimbingan karier.²⁵

kemudian penelitian Mardia bin smith, pengaruh layanan konseling kelompok terhadap disiplin belajar siswa di sma negeri 1 atinggola kabupaten gorontalo utara yang memperoleh bahwa Data yang terkumpul erdasarkan penelitian

²⁴ Melina siagian, *pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa madrasah tsanawiyah al-ikhlas aekbotik tapanuli utara*, Medan, Mei 2017, hal 98

²⁵ Dewa Ketut Sukardi, Manajemen Pendidikan, (Jakarta: PT.rajagrafindo Persada, 2000)

yang telah dilaksanakan, maka di bawah ini akan dipaparkan hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan. Hasil dari proses penelitian meliputi (1) hasil perhitungan deskriptif persentase, yaitu untuk melihat perbedaan tingkat penyesuaian diri siswa sebelum mendapatkan bimbingan kelompok (pre test) dan tingkat penyesuaian diri sesudah mendapatkan bimbingan kelompok (post test), (2) hasil uji wilcoxon, untuk melihat perbedaan kemampuan daya juang siswa sebelum dan sesudah mendapatkan bimbingan kelompok. Selain melalui hasil tersebut, kemampuan penyesuaian diri siswa juga diperoleh melalui pengamatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.²⁶

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7- 12orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang).²⁷

Penyesuaian diri siswa tergantung pada pengalaman di sekolah. Pengalaman ini didapat lewat interaksi dengan teman baik di dalam kelas dan di luar kelas, kegiatan pengajaran,kegiatan ekstrakurikuler,dan kegiatan bimbingan. Pengalaman penyesuaian diri siswa yang baik terhadap lingkungan sekolah dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan siswa di sekolah.²⁸

Teman sekelas merupakan bagian dari kelas. Teman sekelas memberi banyak pengaruh pada diri seseorang individu. Bagi para siswa memperluas

²⁶ Mardia bin smith, pengaruh layanan konseling kelompok terhadap disiplin belajar siswa di sma negeri 1 atinggola kabupaten gorontalo utara, *Jurnal Penelitian dan Pendidikan, Volume 8 Nomor 1*, Maret 2011,hal.30

²⁷ Dr. Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hal.23.

²⁸ Ibid hal 24

pergaulan dapat memberikan pengaruh positif. Pengaruh positif tampak dari pencapaian prestasi belajar yang optimal, adanya banyak teman yang dimiliki, tingkat keaktifan yang tinggi, dan tingkat absensi yang rendah. Pengaruh positif yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik sehingga siswa memperoleh perubahan yang menunjang perkembangan dirinya.

Peraturan sekolah wajib dilaksanakan oleh para siswa. Hal ini membutuhkan proses penyesuaian diri yang baik dari para siswa. Peraturan sekolah seringkali dilaksanakan oleh para siswa berdasarkan ketakutan akan hukuman atau sanksi yang diberikan, sehingga menimbulkan dua perkembangan sikap yang berbeda dari para siswa yaitu patuh pada aturan dan memberontak atau menolak peraturan sekolah. Kegiatan di atas menunjukkan bahwa kegiatan penyesuaian diri masih menjadi problem yang terus berputar di kehidupan para siswa.²⁹

Penyesuaian diri berhubungan dengan penyesuaian sosial. Dikatakan berhubungan karena setiap individu tidak dapat berinteraksi hanya dengan dirinya sendiri tetapi membutuhkan lingkungan yang saling mempengaruhi dan memiliki dampak. Pada awal tahun ajaran baru, siswa kelas X merupakan murid baru. Siswa baru pada umumnya baru mengenal lingkungan sekolah, guru, karyawan, dan teman baru. Namun bentuk penyesuaian diri tidak hanya menyangkut siswa menerima hal baru di sekolah baru, tetapi juga pada kegiatan berproses siswa terhadap hal-hal

²⁹ Ibid hal. 25

baru di atas. Perkembangan siswa di sekolah tentunya memiliki proses penyesuaian diri yang berbeda.³⁰

SMK Negeri 3 Rejang Lebong adalah sekolah yang salah satu misinya adalah menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran yang unggul ditingkat nasional. Untuk mencapai tujuan tersebut tentunya perlu memperhatikan sekaligus menciptakan kegiatan belajar mengajar yang kondusif dan menyenangkan.

Kegiatan belajar mengajar yang kondusif dan menyenangkan akan tercipta apabila siswa bisa beradaptasi dengan lingkungan yang ada, mereka masing-masing mempunyai tipe belajar yang berbeda-beda dan dapat memaksimalkannya dalam proses belajar. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, siswa kelas X SMK Negeri 3 Rejang Lebong. siswa tersebut kurang bisa menyesuaikan diri disekolah.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara peneliti pada salah satu siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong yang dilakukan pada tanggal 10 agustus 2022. yaitu siswa kelas X Agrebisnis Perikanan Air Tawar (APAT), yang bernama Jimmy.

Berdasarkan temuan diatas peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri, sehingga peneliti ingin meneliti sekripsi yang berjudul *PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERADAP PENYESUAIAN DIRI DI LINGKUNGAN SEKOLAH SMK NEGERI 3 REJANG LEBONG.*

³⁰ Lailatul rokhmatika, *hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas unggulan*, , hubungan antara persepsiterhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas unggulan

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka diidentifikasi beberapa masalah yang ditemui dalam penelitian ini, yaitu:

1. Ada beberapa siswa yang penyesuaian diri disekolah nya belum sempurna
2. Ada beberapa siswa yang belum tau penting nya penyesuaian diri dilingkungan sekolah
3. Masih ada siswa yang belum tau pentingnya penyesuaian diri terhadap prestasi.
4. Masih ada beberapa siswa yang kurang mau berintraksi dengan siswa yang berasal dari suku yang berbeda.
5. Ada siswa yang dijahui karena berasal dari suku yang berbeda.
6. Siswa tidak mampu mengeluarkan pendapat ketika ada diskusi didalam kelas, dikarenakan kurang nyaman dengan lingkungan.
7. Siswa tidak mampu berintraksi secara baik dengan teman-teman disekolah.
8. Siswa tidak mampu bergaul dengan teman sebayanya di sekolah maupun di luar sekolah.
9. Siswa lebih suka menyendiri dari pada bergabung dengan teman-temannya.
10. Masih ada siswa yang tidak mau masuk jam pelajaran dikarenakan tidak nyaman dengan lingkungan belajar atau kelas.
11. Dan masih ada juga siswa yang masih tidak mau menaati peraturan sekolah dikarenakan belum beradaptasi dengan lingkungan sekolah.

C. BATASAN MASALAH

Agar pembahasan dalam penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, peneliti hanya terfokus kepada penyesuaian diri di lingkungan sekolah. adakah pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa disekolah tersebut.

D. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada maka rumusan masalah sebagai berikut

- a. Bagaimana penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok di SMK Negeri 3 Rejang Lebong?
- b. Bagaimana penyesuaian diri siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong?
- c. Adakah pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong ?

E. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui Bagaimana penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok di SMK Negeri 3 Rejang Lebong.
- b. Untuk mengetahui bagaimana penyesuaian diri siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong.

- c. Untuk mengetahui adakah pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong.

F. MANFAAT PENELITIAN

Setelah dilakukan penelitian ini, maka hasil yang diperoleh diharapkan manfaat atau kegunaan sebagai berikut:

a. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang bimbingan konseling.
- b. Memperoleh pemahaman tentang bimbingan kelompok.
- c. Secara teoritis dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya.

b. Manfaat praktis

- a. Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah di SMK Negeri 3 Rejang Lebong tentang kedisiplinan pada jam pelajaran berlangsung
- b. Sebagai bahan masukan kepada guru khususnya guru BK untuk lebih memperhatikan pelaksanaan bimbingan dan konseling bagi siswa.
- c. Bagi orang tua, sebagai bahan informasi untuk orang tua tentang pentingnya meningkatkan kedisiplinan anak terutama dalam peraturan tata tertib yang berlaku di sekolah anak tersebut.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

1. Pengertian

Menurut Ahmad bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.³¹

Sedangkan menurut Abu Bakar bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Bahan yang dimaksudkan dapat juga dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.³²

Menurut Tarmizi bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber

³¹ Nurisan Achmad Juntika, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: Rafika Aditama 2014) hal. 23-24

³² Luddin Abu Bakar, *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktek*, (Bandung: Citapustaka, 2010) hal. 67

(terutama dari guru kelas) yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.³³

Menurut Lahmuddin Lubis, bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersamaan melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari guru pembimbing (konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari, dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk membantu peserta didik memperoleh berbagai bahan dari konselor atau guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu, anggota keluarga, dan masyarakat.³⁴

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling yang dimana membahas suatu topik permasalahan yang umum dan memiliki anggota kelompok minimal 8 orang atau lebih.

Layanan adalah suatu tindakan sukarela dari satu pihak ke pihak lain dengan tujuan sekedar membantu atau adanya permintaan kepada pihak lain untuk

³³ Tarmizi, *Pengantar Bimbingan Konseling*, (Medan: Perdana Publishing, 2011)hal. 140

³⁴ Lubis Lahmuddin, (2012) *Konsep-Konsep Dasar Bimbingan Konseling*,Medan : Cita Pustaka Media, hal. 21

memenuhi kebutuhannya secara sukarela. Pengertian bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memilih, mempersiapkan diri, dan memangku suatu jabatan dan mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya.³⁵

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dari seorang yang ahli. Layanan ini dapat diselenggarakan dimana saja, didalam ruangan ataupun diluar ruangan. Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok guna mendapatkan informasi.³⁶

Kriteria kepribadian konselor muslim. Beberapa kriteria kepribadian konselor muslim yang sesuai dengan isi kandungan QS Ali imran ayat 159 – 160 yaitu : Sifat sabar. Sifat ini sesuai dengan QS Ali Imran ayat 159 yang berbunyi :

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ^٤ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَصَافِعْتُ عَنْهُمْ

Artinya : “Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu.” (QS. Ali Imran (3) : 159)

Layanan Bimbingan Kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada suatu kelompok secara sukarela dari seorang ahli kepada suatu

³⁵ W.j.s poerwadarminta, *kamus umum bahasa indonesia*, (jakarta: balai pustaka, 1996), hal. 245.

³⁶ deni febrini, *bimbingan konseling*, (yogyakarta: teras, 2011), hal 5.

kelompok untuk mencegah terjadinya problem. Isinya bisa mencakup informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi atau sosial, dengan tujuan menyediakan kepada siswa informasi akurat yang akan membantu mereka membuat perencanaan hidup dan pengambilan keputusan yang lebih tepat.³⁷

Pengertian bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memilih, mempersiapkan diri, dan memangku suatu jabatan dan mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya. Layanan ini dapat diselenggarakan dimana saja, didalam ruangan ataupun diluar ruangan. Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok guna mendapatkan informasi.³⁸

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi pada kelompok siswa untuk membantu mereka untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Dengan demikian jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.³⁹

³⁷ robert l gibson dkk, *bimbingan dan konseling*, (yogyakarta, pustaka pelajar: 2010), hal. 52.

³⁸ Eko Susanto, "Penggunaan Media dalam Proses Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kreativitas. Jurnal Guidena 2, no.1 (2012): hal. 18

³⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : Rhineka Cipta , 2013) hal. 309-310

Proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah dalam upaya pengembangan pribadi.⁴⁰

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Sebagai layanan dalam BK, bimbingan kelompok bertujuan untuk memandirikan siswa, terutama dalam belajar dan menjadikan kehidupan siswa efektif. Hal ini dibutuhkan sebab tantangan dalam belajar dan masalah dalam kehidupan sehari-hari terkadang secara sendiri siswa tidak mampu menyelesaikan atau mengatasinya. Di sinilah signifikansi hadirnya bimbingan dan konseling melalui layanan yang dilakukan oleh guru BK. Menurut Prayitno tujuan bimbingan kelompok ada 2 yaitu:

a. Tujuan umum

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kata kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan,

⁴⁰ Richma Hidayati, model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Stimulus Control untuk Meningkatkan kemandirian belajar siswa, jurnal bimbingan konseling 2, no.2 (2013), hal.94

dilonggarkan, diringankan, melalui berbagai cara, seperti pikiran yang suntuk, buntu, atau beku, dicairkan dan dinamikkan melalui berbagai masukan dan tanggapan baru.

b. Tujuan khusus

Tujuan khusus bimbingan kelompok pada dasarnya terletak pada: Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan actual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif dan bertanggung jawab. Dalam hal ini kemampuan komunikasi verbal dan non verbal dapat ditingkatkan.⁴¹

Bimbingan kelompok juga bertujuan untuk memandirikan konseli dalam hal mengatur hidupnya, kepercayaan dirinya maupun dalam hal pengambilan keputusan.⁴² Bimbingan kelompok adalah belajar memahami diri sendiri dan orang lain, memperoleh pemahaman tentang diri dan perkembangan identitas diri yang berkeunikan, menemukan berbagai kemungkinan cara menghadapi persoalan-persoalan perkembangan dan mengentaskan konflik-konflik tertentu dan

⁴¹ Prayitno, (2015), *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*, Padang: Program Pendidikan Profesi Konselor Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, hal. 150-15

⁴² Galih Wicaksono, "Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal siswa kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya, *Journal Mahasiswa Bimbingan Konseling* 1, NO.1 (2013), hal. 68

meningkatkan kemampuan kontrol diri sendiri, kemandirian dan tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain.⁴³

Menurut Winkel dalam Wicaksono, tujuan bimbingan kelompok ada tiga yaitu:

1. Supaya orang yang dilayani mampu mengatur kehidupannya sendiri.
2. Memiliki pandangan sendiri dan tidak hanya sekedar “membebek” pendapat orang lain
3. Mengambil sikap sendiri dan berani menanggung sendiri konsekuensi-konsekuensi dari tindakannya.

Adapun mengenai tujuan dalam kegiatan bimbingan, ditetapkan berdasarkan permasalahan yang dialami oleh konseli serta pendekatan bimbingan yang dilakukan oleh konselor.⁴⁴

3. Asas-asas bimbingan kelompok

Dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok dan konseling kelompok semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan dan keterbukaan. Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu, ragu-ragu. Dinamika kelompok semakin tinggi, berisi dan bervariasi. Masukan dan sentuhan semakin kaya dan terasa. Para peserta layanan bimbingan kelompok atau konseling kelompok dimungkinkan

⁴³Addahri Hafis Awlawi, “*Teknik Bermain Peran Pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem*”, Jurnal Ilmiah Konseling 2, no,2 (2013),hal.183

⁴⁴ Galih Wicaksono, *Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal siswa kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya*, Journal Mahasiswa Bimbingan Konseling 1, NO.1 (2013), hal.68

memperoleh hal-hal yang berharga dari layanan ini.⁴⁵ Asas kenormatifan dipraktekkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengemas isi bahasan. Sedangkan asas keahlian diperlihatkan oleh pimpinan kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.⁴⁶

Dengan melihat tujuan bimbingan dan konseling, maka dalam hal membantu siswa untuk meningkatkan didiplin dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Menentukan pilihan pada penggunaan layanan konseling kelompok sebagai solusi untuk menumbuhkan kembali kesadaran berdisiplin siswa dengan melihat dan memperhatikan pendapat para ahli seperti yang menjelaskan bahwa “layanan konseling kelompok adalah upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal”. Asumsi ini menjadi acuan peneliti dalam penelitian ini, sebab layanan konseling kelompok lebih memberikan ruang kepada individu dalam mengambil keputusan bukan karena dipaksa oleh orang lain akan tetapi keputusan untuk merubah tingkah laku adalah keputusan yang diambil oleh individu kerana didukung oleh kesadaran yang tinggi yang pada akhirnya menciptakan perubahan tingkah laku siswa.

⁴⁵ Prayitno, *Jenis layanan dan Kegiatan Pendukung*, Op-Cit, hal. 162

⁴⁶ Ibid,hal.164

Dihubungkan dengan perilaku disiplin maka tujuan konseling sesuai dengan pengertian disiplin seperti yang telah dijelaskan oleh Rachman, disiplin adalah “upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya”. Adapun jenis disiplin yang ditegakkan adalah : (1) Hadir 15 menit sebelum pelajaran di mulai; (2) Minta izin kepada guru apabila akan meninggalkan kelas; (3) berpakaian seragam yang bersih dan rapi; (4) mengikuti upacara bendera pada hari senin dan hari-hari besar Nasional; (5) Mengerjakan semua tugas yang diberikan oleh guru berupa PR, tugas kelompok, dan tugas ekstra kurikuler; (6) tidak boleh merokok, tidak boleh minum minuman keras. Tidak boleh mencoretcoret dinding dan tembok baik di dalam maupun di luar sekolah; (7) memberitahu orang tua pada waktu pergi dan pulang sekolah, dan (8) tidak bolos. Semua ini penting untuk di biasakan kepada seluruh masyarakat sekolah khususnya siswa sehingga apa yang menjadi tujuan sekolah dan tujuan pendidikan akan tercapai.⁴⁷

Wibowo dalam Eka Sari Setianingsih menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai

⁴⁷ Mardia Bin Smith, *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di Sma Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara*, Jurnal Penelitian Dan Pendidikan, Volume 8 Nomor 1, Maret 2011,hal.25

tujuan-tujuan bersama. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa dalam situasi kelompok dengan dipimpin oleh guru bimbingan dan konseling, Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai pemberi nasehat dan evaluator. Tahapan dalam bimbingan tidak melewati tahapan bimbingan kelompok secara runtut, hanya mengalir apa adanya seperti diskusi biasa tanpa memperhatikan dinamika kelompok. Tidak ada teknik khusus yang digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan.

Layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan hanya ketika dibutuhkan saja serta bersifat tradisional, yaitu hanya dengan diskusi dan menggunakan papan bimbingan tanpa mempertimbangkan teknik apa yang tepat dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahan secara tepat.⁴⁸

Teknik bimbingan kelompok dipandang efektif untuk membantu meningkatkan keterbukaan diri siswa adalah melalui teknik pemecahan masalah, hal ini di dasarkan pada asumsi bahwa penggunaan teknik pemecahan masalah dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi seperti pernyataan Prayitno menyatakan bahwa tujuan dan fungsi layanan bimbingan kelompok adalah agar setiap anggota mampu berbicara di muka orang banyak; mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan kepada banyak orang; belajar menghargai pendapat orang lain; bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya; mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak

⁴⁸ Eka Sari Setianingsih, Anwar Sutoyo, Edy Purwanto, *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa*, Jurnal Bimbingan Konseling 3 (2) (2014), hal.77

kejiwaan yang bersifat negative); dapat bertenggang rasa; menjadi akrab satu sama lainnya; dan Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.⁴⁹

Melalui bimbingan kelompok materi dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam dan tidak terbatas yang berguna bagi siswa dalam segenap bidang bimbingan. Maka dengan layanan bimbingan kelompok teknik problem solving ini merupakan metode yang merangsang berfikir dan menggunakan wawasan tanpa melihat kualitas pendapat yang disampaikan oleh siswa. Gibson dan Mitchell menjelaskan bagaimana layanan bimbingan kelompok menjadi salah satu layanan yang penting untuk menopang perkembangan mereka, terutama perkembangan karier, perkembangan sosial dan peningkatan kesadaran diri. Berbicara masalah pendekatan pemecahan masalah yang meminjam formulasi tahap-tahap dalam refleksi berfikir seorang filsuf John Dewey diidentifikasi ada enam tahap. Tahap-tahap ini dirancang agar pemecahan masalah lebih efisien dan efektif diantaranya adalah: definisi dan analisis masalah, menyusun kriteria untuk mengevaluasi pemecahan, identifikasi pemecahan yang mungkin, evaluasi pemecahan, memilih pemecahan terbaik, pengujian pemecahan yang dipilih.⁵⁰

4. Jenis layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok mempunyai dua jenis layanan yaitu bimbingan kelompok topik bebas dan bimbingan kelompok topik tugas. Ada dua jenis layanan

⁴⁹ *ibid*,hal.77/78

⁵⁰ *ibid*,hal.78

bimbingan kelompok yang dapat dikembangkan, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Yang membedakan hanya pada topic pembahasannya. Anggota kelompok dalam kelompok bebas melakukan kegiatan tidak mendapatkan penugasan tertentu, dan dalam pelaksanaannya tidak ada persiapan topic yang akan dibahas. Pelaksanaannya pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada seluruh anggota kelompok untuk menentukan arah dan isi kegiatan tersebut.

Dalam kelompok tugas, anggota kelompok diberikan tugas untuk menentukan topic yang akan dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok. Tugas tersebut dapat diberikan oleh pihak kelompok maupun pihak luar kelompok. Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok topik bebas, pemimpin kelompok memberikan kesempatan pada anggotanya untuk menentukan bersama topik apa yang akan dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut. Sedangkan penyelenggaraan bimbingan kelompok topik tugas, dalam pelaksanaannya pemimpin kelompok menentukan topik yang akan dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat dua jenis bimbingan kelompok yaitu bimbingan kelompok topik tugas dan topik bebas. Dalam pelaksanaannya baik pada topik tugas maupun topik bebas setiap anggota kelompok wajib menyelesaikan tugasnya sebagai anggota kelompok yaitu dengan memberikan pendapat, tanggapan, dan sanggahan. Dalam hal ini letak perbedaannya

hanya pada materi yang akan dibahas dimana kelompok tugas materi yang akan dibahas sudah disiapkan terlebih dahulu oleh ketua kelompok.

5. Unsur-unsur Layanan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan menekankan unsur-unsur terpenting dari bimbingan kelompok diantaranya adalah dinamika kelompok, anggota kelompok, dan pemimpin anggota dalam bimbingan kelompok yang harus ada agar tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok.

- a. Dinamika kelompok Shertzer dan Stone dalam Tatiek mengemukakan definisi bimbingan kelompok yaitu kuatnya interaksi antara anggota kelompok yang terjadi untuk mencapai tujuannya. Dikemukakan pula bahwa produktivitas kelompok akan tercapai apabila ada interaksi yang harmonis antara anggotanya.⁵¹ Adapun aspek-aspek dinamika kelompok menurut Hrtinah diantaranya adalah sebagai berikut:
 1. Komunikasi dalam kelompok, Dalam komunikasi akan terjadi perpindahan ide atau gagasan yang diubah menjadi simbol oleh komunikator kepada komunikasi melalui media
 2. Kekuatan didalam kelompok, Dalam interaksi antara anggota kelompok terdapat kekuatan atau pengaruh yang dapat membentuk kekompakan dalam kelompok.

⁵¹ Tatiek, Romlah, Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok, (Malang, Universitas Negeri Malang, 2001), hal 32

3. Kohesi kelompok, Merupakan sejumlah faktor yang mempengaruhi anggota kelompok untuk tetap menjadi anggota kelompok tersebut.⁵²

b. Peranan Anggota Kelompok dan Pemimpin Kelompok

1) Peranan Anggota Kelompok

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam layanan bimbingan kelompok. Tanpa adanya anggota kelompok tidaklah mungkin ada kelompok dan seberapa besar kegiatan bimbingan kelompok didasarkan atas peranan dari anggota kelompok, peranan yang hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok itu benar-benar seperti yang diharapkan ialah: (1) Membantu terbina suasana keakraban dalam hubungan antara anggota kelompok, (2) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, (3) berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama, (4) membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik, (5) benar-benar berusaha untuk secara aktif serta dalam seluruh kegiatan kelompok, (6) mampu berkomunikasi secara terbuka, (7) berusaha membantu orang

⁵² Siti Hartinah, Konsep Dasar Bimbingan Kelompok, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009),hal.64

lain, (8) memberi kesempatan kepada anggota lain untuk menjalankan perannya, (9) menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.⁵³

2) Peranan pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan akan berjalan dengan baik atau tidak pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok memiliki peranan dalam kelompok diantaranya adalah: (1) pemimpin kelompok dapat memberikan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi, hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan itu sendiri, (2) pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami itu, (3) jika kelompok itu tampaknya kurang menuju ke arah yang dimaksudkan maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan itu, (4) pemimpin kelompok yang perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok, (5) lebih jauh lagi, pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur “lalu lintas” kegiatan

⁵³ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, Padang: Ghalia Indonesia, 1995, hal. 32

kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit), pendamai dan pendorong kerja sama serta suasana kebersamaan. Disamping itu pemimpin kelompok, diharapkan bertindak sebagai penjaga agar apapun yang terjadi didalam kelompok itu tidak merusak atau menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok lainnya, (6) sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadiankejadian yang timbul didalamnya, juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.⁵⁴

6. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.

Layanan bimbingan kelompok diselenggarakan melalui empat tapat kegiatan, yaitu:⁵⁵

a. Tahap I Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengakrabkan diri. Pemimpin kelompok (konselor) memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilaksanakan serta

⁵⁴ Ibid, hal. 35-36

⁵⁵ Tohiri, Bimbingan dan Konseling disekolah dan Madrasah Edisi Revisi, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), hal.134

menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok konselor juga menyampaikan asas kerahasiaan kepada seluruh anggota agar orang lain tidak mengetahui permasalahan yang terjadi pada mereka.

b. Tahap II Peralihan

Tahap peralihan adalah “jembatan” antara tahap pembentukan an tahap kegiatan. Setelah anggota kelompok merasa nyaman dengan kelompoknya dan muncul sikap saling menerima antara anggota kelompok maka anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Adapun yang dilaksanakan dalam tahap ini yaitu: 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya; 2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya; 3) membahas suasana yang terjadi; 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

c. Tahap III Kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok. Anggota kelompok melaksanakan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok yang dipimpin oleh konselor. Permainan peran yang digunakan adalah permainan peran terstruktur. Kegiatan dimulai dengan membagikan skenario drama. Konselor dan anggota kelompok kemudian menentukan siapa yang akan bermain peran dan siapa yang akan menjadi pengamat. Dalam bermain peran yang terpenting bukan bagus atau tidaknya pementasan drama tetapi inti dari tema atau topik yang diangkat dalam

drama dapat dipahami dan dicoba terapkan oleh anggota kelompok. Setelah dilakukan permainan peran anggota kelompok melakukan diskusi dipimpin oleh konselor.

d. Tahap IV Pengakhiran

Ada beberapa hal yang dilakukan pada tahap ini, yaitu:

1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri.
2. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan
3. Membahas kegiatan lanjutan.
4. Pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera mengenai pemahaman Anggota kelompok terhadap tema yang dibahas, kenyamanan anggota kelompok ketika mengikuti kegiatan bimbingan dan rencana nyata anggota kelompok dalam melaksanakan hasil bimbingan kelompok yang telah dilakukan.

7. Peran Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa.

Bimbingan kelompok dapat memainkan peran penting dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri siswa. Berikut adalah beberapa peran bimbingan kelompok dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri:

1. Membantu siswa merasa terhubung dengan orang lain: Bimbingan kelompok dapat membantu siswa merasa terhubung dengan orang lain yang memiliki pengalaman serupa. Hal ini dapat membantu siswa merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk belajar dan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka.
2. Memberikan dukungan emosional: Bimbingan kelompok dapat memberikan dukungan emosional bagi siswa. Hal ini dapat membantu siswa mengatasi tantangan atau kesulitan yang mereka hadapi dan membantu mereka mengembangkan kemampuan penyesuaian diri.
3. Membangun keterampilan sosial: Bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam membangun keterampilan sosial seperti komunikasi, kerjasama, dan membangun hubungan yang sehat. Keterampilan sosial ini penting dalam membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang berbeda-beda.
4. Mengajarkan keterampilan pemecahan masalah: Bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam memecahkan masalah dengan cara yang efektif. Mengajarkan keterampilan pemecahan masalah dapat membantu siswa mengatasi tantangan yang mereka hadapi dan dapat membantu mereka mengembangkan kemampuan penyesuaian diri.
5. Meningkatkan kepercayaan diri: Bimbingan kelompok dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka. Dalam bimbingan

kelompok, siswa dapat merasa didukung dan termotivasi untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi.

6. Memberikan umpan balik yang konstruktif: Bimbingan kelompok dapat memberikan umpan balik yang konstruktif bagi siswa. Umpan balik ini dapat membantu siswa memperbaiki keterampilan atau perilaku mereka yang perlu ditingkatkan untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri.

Melalui peran-peran tersebut, bimbingan kelompok dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka. Hal ini dapat membantu siswa dalam menghadapi tantangan dan membangun kemandirian serta rasa percaya diri.

B. Pengertian Penyesuaian Diri

1. Pengertian

Menurut M. Ali penyesuaian diri siswa adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya.⁵⁶ Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, baik

⁵⁶ Ali. M, Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), 43

dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat umumnya.

Tidak jarang pula ditemui bahwa orang-orang mengalami stress dan depresi disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi penuh tekanan. Sesuai dengan pengertiannya, maka tingkah laku manusia dapat dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat individu hidup.

Semua makhluk hidup secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan, agar bertahan hidup. Dalam kenyataannya, tidak selamanya individu akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, hal itu disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan individu tidak mampu menyesuaikan diri secara optimal. Hambatan-hambatan tersebut dapat bersumber dari dalam diri individu ataupun diluar diri individu.

Dalam hubungannya dengan hambatan-hambatan tersebut, ada individu-individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara tepat dan juga ada individu yang melakukan penyesuaian diri secara kurang tepat. Untuk lebih jelasnya, berikut ini akan diuraikan pengertian penyesuaian diri menurut beberapa ahli.

Namun pada kenyataannya, banyak individu yang gagal dalam penyesuaian diri karena individu belum tentu tahu apa yang dinamakan dengan

proses penyesuaian diri, selain itu individu tidak mempunyai konsep penyesuaian diri dan tidak melakukan penyesuaian diri dengan baik. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu dalam menghadapi segala tantangan dan perubahan-perubahan yang akan terjadi nanti.

A.A. Schneider's mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan satu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya.⁵⁷

Penyesuaian diri menurut W.A Gerungan dalam bukunya psikologi sosial artinya yang pertama disebut juga penyesuaian diri yang autoplastis (auto: sendiri, plastis: dibentuk), sedangkan pada yang kedua penyesuaian diri juga disebut penyesuaian diri yang aloplastis (alo: yang lain). Jadi penyesuaian diri ada artinya yang pasif, dimana kegiatan yang kita tentukan oleh lingkungan, dan ada artinya yang aktif dimana kita dipengaruhi lingkungan.⁵⁸

Elizabeth Hurlock memberikan rumusan tentang penyesuaian diri secara lebih umum. Ia mengatakan bahwa bila seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya dan ia memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang

⁵⁷ Sarwono, S, W., *Psikologi Remaja*, (Jakarta: P. T Raja Grafindo, 2004) hal.93

⁵⁸ Gerungan. W.A., *Psikologi Sosial*, (Bandung; Refika Aditama, 2000) hal.55

menyenangkan, berarti ia diterima oleh kelompoknya dan lingkungannya. Dengan kata lain orang itu mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya.⁵⁹

Menurut Kartini Kartono, penyesuaian diri adalah kemampuan untuk mempertahankan diri, bias survive, memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani, juga dapat mengadakan reaksi yang memuaskan tentang tuntutan-tuntutan social.⁶⁰

Qur'an surat Al-Isra ayat 15. menjelaskan tentang penyesuaian diri

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ ۚ حَتَّىٰ تَبْعَثَ رَسُولًا

‘Barangsiapa berbuat sesuai dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) itu bagi dirinya sendiri’

Pendapat Dina, penyesuaian diri berarti berbicara mengenai kemampuan individu untuk mengatasi lingkungannya secara efektif.⁶¹ Sedangkan menurut Onny penyesuaian diri adalah suatu perilaku memberi dan menerima dari lingkungan.⁶²

2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri

⁵⁹ Ibid hal. 94

⁶⁰ Kartini Kartono, hygiene Mental, (Bandung: Mandar Maju, 1989), hal.260

⁶¹ Dina, Perbedaan Penyesuaian Diri Pada Karyajawan Baru Yang Memiliki Peran Seks Maskulin, Feminim, Androgini dan Undifferentiated, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, tidak diterbitkan.hal.35

⁶² Onny, Etika Perawatan, (Jakarta: Batara Karya Aksara, 1980), hal.15

Menurut Gunarsa bentuk-bentuk penyesuaian diri ada dua antara lain:

a. Adaptive

Bentuk penyesuaian diri yang adaptive sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Misalnya, berkeringat adalah usaha tubuh untuk mendinginkan tubuh dari suhu panas atau dirasakan terlalu panas.

b. Adjustive

Bentuk penyesuaian diri yang lain bersifat psikis, artinya penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma. Misalnya, jika kita harus pergi ke tetangga atau teman yang tengah berduka cita karena kematian salah seorang anggota keluarganya, mungkin sekali wajah kita dapat diatur sedemikian rupa, sehingga menampilkan wajah duka, sebagai tanda ikut menyesuaikan terhadap suasana sedih dalam keluarga tersebut.

Menurut Sunarto dan Hartono terdapat bentuk-bentuk dari penyesuaian diri, yaitu:

Penyesuaian diri positif ditandai dengan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Tidak 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.⁶³

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Individu dalam memberikan penilaian tentang baik buruknya penyesuaian, hendaknya juga perlu memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penilaian individu tentang hal tersebut. Hal ini penting untuk diketahui agar individu dapat mengurangi salah penafsiran dalam memahami penyesuaian seseorang. Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri dapat berasal dari internal maupun eksternal, antara lain⁶⁴

a. Motif berafiliasi

Seseorang mempunyai motif berafiliasi yang tinggi, mempunyai dorongan untuk membuat hubungan dengan orang lain, karena ada keinginan untuk disukai, diterima, dan akan selalu berusaha supaya tetap ada.

b. Konsep diri

⁶³ Alex Sobur, Psikologi Umum, (Bandung : Pustaka Setia, 2003) hal 529

⁶⁴ Enung Fatimah. Psikologi Perkembangan (Bandung:C.V Pustaka Setia, 2006) hal 17

Konsep diri merupakan bagaimana seseorang memandang terhadap dirinya sendiri, baik itu mencakup aspek fisik, psikologis, sosial maupun aspek kepribadiannya.

c. Persepsi

Persepsi adalah pengamatan dan penilaian seseorang terhadap obyek peristiwa dan realitas kehidupan baik itu melalui proses kognisi, maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang obyek tersebut.

d. Sikap

Sikap berarti kecenderungan seseorang untuk beraksi ke arah hal-hal yang positif atau negative. Selain itu sikap akan sangat dipengaruhi oleh intelegensi dan minat. Intelegensi adalah modal untuk melakukan aktifitas menalar, menganalisis, dan menyimpulkan berdasarkan argumentasi yang obyektif, rasional sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri didukung oleh faktor minat, maka proses penyesuaian diri akan berlangsung lebih efektif.

e. Kepribadian ekstrover

Tipe kepribadian ekstrover akan lebih lentur dan dinamis, sehingga akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibandingkan kepribadian introvert yang kaku dan statis

f. Pola asuh

Pola asuh demokratis dengan suasana keluarga yang diliputi keterbukaan lebih memberi peluang bagi anak untuk melakukan penyesuaian

diri secara efektif dibandingkan dengan pola asuh keluarga yang otoriter maupun pola asuh yang penuh kebebasan. Demikian juga keluarga yang sehat dan utuh akan lebih memberi pengaruh positif terhadap penyesuaian diri anak dibandingkan dengan keluarga yang retak.

g. Kondisi sekolah

Kondisi sekolah yang sehat dimana peserta didik betah dan bangga terhadap sekolahnya memberikan dasar bagi peserta didik untuk berperilaku menyesuaikan diri secara harmonis di masyarakat.

h. Kelompok sebaya (teman sebaya)

Kelompok sebaya akan menguntungkan apabila kegiatan- kegiatan bersama terarah, terprogram dan dapat dipertanggungjawabkan secara psikologis, sosial, dan moral.⁶⁵

4. Karakteristik Penyesuaian Diri

Karakteristik penyesuaian diri antara lain:

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan. Mampu mengontrol emosi dan memiliki kesabaran dalam menghadapi berbagai kejadian dalam hidup
- b. Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah. Mempunyai mekanisme pertahanan diri yang positif sehingga masalah yang dihadapi terasa ringan.

⁶⁵ Desmita, Psikologi Perkembangan. Bandung : Remaja Rosda Karya 2009.hal. 191

- c. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi. Tidak mengalami frustrasi dan gejala-gejala kelainan jiwa.
- d. Memiliki pertimbangan yang rasional. Langkah apapun yang ingin ditempuh, selalu berdasarkan pemikiran yang rasional
- e. Mampu belajar dari pengalaman. Pengalaman hidup dapat menempa mentalnya menjadi lebih kuat dan tahan banting.
- f. Bersikap realistik dan objektif. Melihat berbagai kejadian atau masalah didasarkan pada realita dan pemikiran objektif.

5. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Enung aspek-aspek penyesuaian diri antara lain:

- a. Penyesuaian Pribadi. Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya.
- b. Penyesuaian Sosial. Mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman, atau masyarakat luas secara umum.⁶⁶

Desmita didalam Vinia Dayanti mengatakan aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat terdiri atas 4 indikator, yaitu kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab yaitu sebagai berikut :

- a) Kematangan emosional

⁶⁶ Desmita, Psikologi Perkembangan. Bandung : Remaja Rosda Karya 2009. hal.195

1). Kemantapan suasana kehidupan emosional

Kemantapan suasana kehidupan emosional mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengelola dan menjaga keseimbangan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

2). Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain

Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain mengacu pada kemampuan untuk menjaga hubungan yang sehat, saling mendukung, dan membangun ikatan yang kuat dengan orang-orang di sekitar Anda.

3) Kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelan

Kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelan adalah penting dalam menciptakan suasana kehidupan yang seimbang dan membangun hubungan yang sehat dengan orang lain.

4) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri

Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri sangat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan kehidupan secara keseluruhan.

b) Kematangan intelektual

1) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri

Mencapai wawasan diri sendiri adalah proses yang melibatkan pemahaman yang mendalam tentang siapa Anda

sebenarnya, termasuk nilai-nilai, keinginan, kekuatan, kelemahan, dan tujuan hidup Anda.

2) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya

kemampuan memahami orang lain dan keragamannya adalah keterampilan sosial yang penting untuk menjalin hubungan yang sehat dan harmonis dengan orang-orang di sekitar Anda.

3) Kemampuan mengambil keputusan

Kemampuan pengambilan keputusan yang baik adalah keterampilan penting dalam kehidupan pribadi dan profesional.

4) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan

Keterbukaan dalam mengenal lingkungan adalah sikap dan kemampuan untuk terbuka terhadap pengalaman baru, ide-ide yang berbeda, dan perbedaan dalam lingkungan sosial dan budaya.

c). Kematangan sosial, yang mencakup aspek-aspek:

1) Keterlibatan dalam partisipasi sosial

Keterlibatan dalam partisipasi sosial adalah tentang aktif terlibat dalam kegiatan dan inisiatif yang bertujuan untuk menciptakan perubahan sosial positif di masyarakat.

2) Kesiapan kerjasama

Kesiapan untuk bekerja sama adalah sikap atau kemauan untuk bekerja bersama dengan orang lain dalam mencapai tujuan

bersama. Ini melibatkan kemampuan untuk mendengarkan, menghargai, dan berkontribusi dalam kolaborasi tim.

3) Kemampuan kepemimpinan

Kemampuan kepemimpinan mencakup keterampilan, sikap, dan karakteristik yang memungkinkan seseorang untuk mengarahkan, memotivasi, dan mempengaruhi orang lain dalam mencapai tujuan bersama.

4) Sikap toleransi

Keakraban dalam pergaulan adalah kemampuan untuk membina hubungan yang akrab, hangat, dan dekat dengan orang-orang di sekitar Anda. Ini melibatkan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara santai, saling memahami, dan merasa nyaman dalam berbagi pengalaman, pikiran, dan perasaan.

d) Tanggung jawab, yang mencakup aspek-aspek:

1) Sikap produktif dalam mengembangkan diri

Sikap produktif dalam mengembangkan diri melibatkan tekad dan komitmen untuk terus belajar, tumbuh, dan berkembang.

2) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel

Melakukan perencanaan dan melaksanakan dengan fleksibel adalah sikap yang penting dalam menghadapi perubahan dan mengoptimalkan hasil yang diinginkan.

3) Sikap empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal

Sikap altruisme, empati, dan bersahabat dalam interaksi interpersonal merupakan faktor penting dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

4) Kesadaran akan etika dan hidup jujur."⁶⁷

Kesadaran akan etika dalam hidup jujur melibatkan pemahaman dan komitmen untuk menjalani kehidupan yang jujur, yang didasarkan pada nilai-nilai moral dan prinsip-prinsip yang benar.

6. Upaya Untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa

Kemampuan penyesuaian diri siswa adalah keterampilan penting yang dapat membantu siswa untuk mengatasi tantangan dan membangun kemandirian serta rasa percaya diri. Berikut beberapa upaya untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri siswa:

1. Membantu siswa mengenali kekuatan dan kelemahan mereka sendiri: Siswa perlu memahami kekuatan dan kelemahan mereka untuk dapat mengatasi tantangan dengan cara yang efektif. Dengan memahami kekuatan dan kelemahan mereka, siswa dapat membangun rasa percaya diri yang lebih besar.
2. Mengajarkan keterampilan pemecahan masalah: Siswa perlu dipersiapkan untuk menghadapi masalah dan memecahkannya dengan cara yang efektif. Mengajarkan keterampilan pemecahan masalah dapat membantu siswa dalam

⁶⁷ Desmita, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, hal. 192

memecahkan masalah dengan baik, dan dapat membantu mereka merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan.

3. Mengajarkan keterampilan berpikir kritis: Keterampilan berpikir kritis dapat membantu siswa dalam memahami situasi secara lebih baik dan membuat keputusan yang lebih baik. Hal ini juga membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka.

4. Membangun keterampilan sosial: Siswa perlu belajar bagaimana berkomunikasi dengan baik, membangun hubungan yang sehat, dan bekerja sama dengan orang lain. Membangun keterampilan sosial dapat membantu siswa dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial yang berbeda-beda.

5. Mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler: Kegiatan ekstrakurikuler seperti klub, organisasi, atau olahraga dapat membantu siswa dalam membangun keterampilan sosial, kepercayaan diri, dan kemampuan penyesuaian diri.

6. Memberikan dukungan dan umpan balik yang positif: Memberikan dukungan dan umpan balik yang positif dapat membantu siswa merasa lebih termotivasi dan percaya diri dalam menghadapi tantangan dan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka. Menyediakan lingkungan yang aman dan mendukung: Lingkungan yang aman dan mendukung dapat membantu siswa merasa nyaman dan termotivasi untuk belajar dan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka.

Ketujuh upaya di atas dapat membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka. Namun, setiap siswa memiliki kebutuhan yang unik, dan upaya yang tepat dapat bervariasi tergantung pada siswa dan situasi mereka.

هُوَ مُوَافَقَةُ النَّاسِ فِي كُلِّ شَيْءٍ مَا عَدَا الْمَعَاصِي

“(Maksud perilaku baik tersebut adalah) beradaptasi dengan masyarakat dalam setiap hal selama bukan maksiat”. [Muhammad Nawawi, *Mirqâh Shu’ûd at-Tashdîq*, hal. 61]

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ

“Niscaya aku hanyalah diutus guna menyempurnakan moralitas yang mulia” (HR. Baihaqi).

Dalam hadis tersebut Nabi Muhammad saw menegaskan bahwa beliau diperintahkan untuk menyempurnakan akhlâqul karîmah yang juga berarti budaya, tradisi dan adat masyarakat, bukan sebaliknya, justru melenyapkannya. Hal ini sebagaimana disabdakan beliau:

إِتَّقِ اللَّهَ حَيْثُمَا كُنْتَ وَأَتَّبِعِ السَّيِّئَةَ الْحَسَنَةَ تَمَحُّهَا وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ

"Bertakwalah kepada Allah di mana saja kamu berada, ikutilah kejelekan dengan kebajikan yang bisa meleburnya dan berperilakulah kepada orang lain dengan perilaku yang baik". (HR. Turmudzi dan Hakim)

Adapun maksud dari perilaku yang baik tersebut adalah "penyesuaian dengan budaya masyarakat." Hal ini sebagaimana ditegaskan Sayyidina Ali bin Abi Thalib saat ditanya tentang maksud perilaku baik dalam hadis tersebut, beliau berkata:

لَوْ لَا الْوَتَاءُ لَهَلَكَ الْإِنْسَانُ

"Andaikan tidak ada adaptasi (dalam pergaulan) niscaya manusia akan sirna".

Karenanya, sebagai warga dan kader NU, secara jamaah dan jam'iyah, di mana pun berada sangat fleksible (lentur) dan mampu beradaptasi dengan peradaban, paham, budaya yang sangat berbeda di berbagai penjuru dunia. Fikrah (pikiran) dan manhaj (cara berpikir) NU masih bisa beradaptasi, bersinergi, bahkan bertahan di negara dunia mana pun.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Kerangka pemikiran digunakan untuk memperoleh penulisan untuk mengetahui arahan tujuan penelitiannya, atas dasar landasan teori diatas maka alur kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat di lihat pada gambaran sebagai berikut:

GAMBAR 1
KERANGKA BERFIKIR



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.⁶⁸ Dengan demikian hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_o) sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah menyatakan saling berhubungan antara dua variabel atau lebih, atau menyatakan adanya perbedaan dalam hal tertentu pada kelompokkelompok yang dibedakan. Sementara yang dimaksud hipotesis nol (H_o) adalah hipotesis yang menunjukkan tidak adanya saling berhubungan antara kelompok yang satu dengan kelompok yang lain.

Rumus uji hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_o : Tidak terdapat pengaruh untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah pada peserta didik.

⁶⁸ Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif kuantitatif dan R&D, (Bandung : Alfabeta, 2010) hal. 96

Ha : Terdapat pengaruh untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dilingkungan sekolah pada peserta didik.

Sedangkan Hipotesis Statistik sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu \neq \mu_2$$

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Sugiyono menyatakan, bahwa metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian merupakan cara kerja untuk meneliti dan memahami objek dengan dengan prosedur yang yang masuk akal dan bersifat logis serta terdapat perolehan data yang valid.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimental yaitu penelitian yang ingin memprediksi pengaruh atau perubahan terhadap suatu kondisi apabila kondisi tersebut dikontrol atau diberikan perlakuan (*treatment*). Tujuannya adalah untuk melihat perubahan yang terjadi dalam kelompok eksperimental kemudian ditarik generalisasi yang mencakup populasi yang lebih luas.⁶⁹

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experim designs*. Bentuk *pre-experimental designs* yang penulis pakai adalah *one- group pretest-posttest designs* Pada *designs* ini diberikan *pretest* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) untuk mengetahui hasil perlakuan lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (*treatment*). Rancangan penelitian tersebut dapat digambarkan sebagai berikut

⁶⁹ Sanapiah Faisal, *Metodologi penelitian pendidikan*, (Surabaya : Usaha Nasional, 1982), hal.77

$$O_1 \times O_2$$

Keterangan :

O₁ : nilai *pre-test*

O₂ : nilai *post-test*

Pengaruh : (O₁ X O₂)

Pada design ini tes yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah diberikan perlakuan eksperimen. Tes yang dilakukan sebelum mendapatkan perlakuan disebut prates. Prates diberikan pada kelas eksperimen (O₁). Setelah dilakukan prates, penulis memberikan perlakuan berupa pembelajaran mengidentifikasi unsur kalimat efektif dalam teks eksposisi dengan menggunakan model talking stick (X), pada tahap akhir penulis memberikan pascates (O₂).

B. Tempat Dan Waktu Pelaksanaan

Sesuai dengan judul penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 3 Rejang Lebong, didesa lubuk ubar kabupaten Rejang Lebong. Karena lokasi penelitian tersebut bertepatan dengan lokasi observasi awal peneliti sehingga dapat mengamati kondisi tepat penelitian.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Arikunto populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin dari pada karakteristik tertentu yang ingin dipelajari sifat-sifatnya.⁷⁰ Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong kelas X yang berjumlah 23 siswa dari kelas X APAT

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut Menurut Sugiyono sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁷¹ Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel yang dianggap mewakili dari semua data populasi.

Menurut Suharsimi Arikunto sampel merupakan bagian atau perwakilan yang diambil dari sebuah populasi yang diteliti. Dalam pengambilan sampel pada sebuah penelitian harus representatif yang artinya mampu mewakili dari jumlah populasi dalam sebuah penelitian.

⁷⁰ Arikunto, S. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. hal. 70

⁷¹ Ibid. hal. 65

Selanjutnya ditetapkan juga sampel kuota yaitu teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah yang diinginkan. Jumlah yang dimaksud adalah 12 orang siswa SMK Negeri 3 Rejang Lebong yang memiliki kategori penyesuaian diri yang rendah, data tersebut diperoleh dari data guru BK SMK Negeri 3 Rejang Lebong.

D. Defenisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yang akan digunakan, yaitu:

Variabel bebas (X) : Bimbingan Kelompok

Variabel terikat (Y) : Penyesuaian diri Siswa

2. Defenisi Operasionalisasi

Untuk menghindari kesalah pahaman dan untuk mengarahkan penelitian ini demi mencapai tujuan maka diberi defenisi operasional penelitian sebagai berikut:

a) Bimbingan Kelompok (X)

Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan-menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama yang bercirikan suatu keterikatan pada suatu pokok masalah atau pernyataan, dimana anggota-anggota atau peserta didik yang ikut seta dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut secara jujur berusaha

memperoleh kesimpulan setelah mendengarkan dan mempelajari, serta mempertimbangkan pendapat-pendapat yang ditemukan dalam diskusi tersebut.

Yang penulis maksud dengan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah perlakuan (treatment) yang diberikan oleh peneliti pada kelompok eksperimen teknis pelaksanaan bimbingan kelompok,6 kali pelaksanaan bimbingan kelompok, 45x2 menit, materinya pertemuan pertama tentang definisi penyesuaian diri, faktor-faktor penyebab penyesuaian diri, kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial,tanggung jawab.

b) Penyesuaian diri siswa (Y)

Menurut Baum tingkah laku penyesuaian diri diawali dengan stres, yaitu suatu keadaan dimana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan atau kesejahteraan atau kenyamanan diri seseorang. Termasuk juga dalam hal ini lingkungan sekolah, yang merupakan sebuah organisasi sosial yang kompleks, dengan sejumlah norma, nilai, peraturan dan tuntutan yang harus dipenuhi oleh para, anggotanya termasuk siswa.

a. Kematangan emosional

1). Kemantapan suasana kehidupan emosional

2) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang

lain

- 3)Kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelan
 - 4)Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri
- b. Kematangan intelektual
- 1.Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri.
 - 2.Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - 3.Kemampuan mengambil keputusan
 - 4.Keterbukaan dalam mengenal lingkungan
- c. Kematangan sosial, yang mencakup aspek-aspek:
1. Keterlibatan dalam partisipasi sosial
 2. Kesiapan kerjasama
 3. Kemampuan kepemimpinan
 4. Sikap toleransi
- d. Tanggung jawab, yang mencakup aspek-aspek:
- 1.Sikap produktif dalam mengembangkan diri
 - 2.Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
 - 3.Sikap empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
 - 4.Kesadaran akan etika dan hidup jujur."

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Pengembangan instrumen adalah membuat kisi-kisi variabel menjadi indikator dan selanjutnya menyusun aspek yang akan diukur untuk diuraikan menjadi butir-butir pernyataan dalam instrumen yang mencakup didalamnya tentang penyesuaian diri. Selanjutnya ditentukan langkah-langkah sebagai berikut: (1) pembuatan kisi-kisi instrument berdasarkan indikator pada masing-masing variabel; (2) penyusunan butir-butir pernyataan; (3) melakukan analisis rasional untuk melihat kesesuaian masing-masing butir dengan indikator variabel serta ketepatan menyusun butir kuesioner terhadap aspek-aspek yang akan diukur.

Pemberian skor dalam setiap item tergantung dalam bentuk pernyataanya. untuk pernyataan favorable penskoranya sebagai berikut :

Tabel 3.1

Skor Pernyataan

Jawaban	Skor
Selalu (SL)	5
Sering (SR)	4
Jarang (JR)	3
Kadang –kadang (KD)	2
Tidak Pernah (TP)	1

Tabel 3.2

Kisi Kisi Instrument Penelitian

No	Variable	Indicator	Sub-indikator	Jml item
1	Penyesuaia Diri	Kematangan emosional	kemantapan suasana kehidupan emosional	3
			kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain	3
			kemampuan untuk santai,gembira,dan menyatakan kejenkelan	3
			Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri	3
		Kematangan intelektual	Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri	4
			Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya	2
			Kemampuan mengambil keputusan	2
			Keterbukaan dalam mengenali lingkungan	3
		Kematangan sosial	Keterlibatan dalam partisipasi sisial	2
			Kesediaan kerja sama	3
			Kemampuan kepemimpinan	2
			Keakraban dalam pergaulan	3
		Tanggung jawab	Sikap produktif dalam mengembangkan diri	2
			Melakukan perencanaan dan meleksanakan secara fleksibel	1
			Sikap altruisme,empati,bersahabat dalam hubungan interpersonal	3
			Kesadaran akan etika dalam hidup jujur	3
			Melihat prilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai	1
Kemampuan bertindak independen	3			

2. Pengujian persyaratan analisis data

Instrumen yang telah dibuat diuji cobakan sebelum dipergunakan sebagai pengumpul data. Uji coba ini untuk mengukur validitas dan reliabilitas instrumen.

a. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah kelompok sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas menggunakan SPSS Statistic 22.

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas sangat diperlukan untuk membuktikan data dasar yang akan diolah adalah homogen, sehingga segala bentuk pembuktian menggambarkan yang sesungguhnya, bukan dipengaruhi oleh variansi yang terdapat dalam data yang akan diolah. Uji homogenitas yang digunakan peneliti menggunakan SPSS Statistic 22.

c. Uji hipotesis

Pengujian hipotesis pada prinsipnya untuk menentukan apakah hipotesis yang diajukan oleh penelitian terima atau ditolak sesuai dengan keadaan data yang sebenarnya, dan bukan untuk membenarkan hipotesis yang telah disusun. Pada uji hipotesis ini peneliti menggunakan uji t-test dengan aplikasi SPSS Statistic 22.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dimaksudkan untuk menyajikan data sesuai dengan tujuan penelitian dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dengan menggunakan pendekatan statistik kuantitatif.

Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan uji t atau *t test*. Uji t ini adalah menguji dua sampel yang berpasangan, apakah mempunyai rata-rata yang secara nyata berbeda atau tidak. Untuk mengkaji efektivitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara keadaan sebelum dengan keadaan sesudah perlakuan itu diberikan.

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai t(hitung) di atas dibandingkan dengan nilai dari table distribusi t (ttabel). Cara penentuan nilai ttabel didasarkan pada taraf signifikansi tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = nA + nb - 2$.

Kriterian pengujian hipotesis: Tolak H_0 ' jika $t_{hitung} > t_{tabel}$

Terima H_a ' jika $t_{hitung} < t_{tabel}$

Untuk mendapatkan hasil analisis yang tepat dan akurat serta menghindari kemungkinan resiko kesalahan yang lebih tinggi dengan perhitungan manual maka seluruh pengujian diolah dengan menggunakan program SPSS versi 22.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa

Untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa peneliti menggunakan instrumen berupa angket dengan Skala Likert, yaitu alternatif jawaban dari yang sangat positif sampai yang sangat negatif ; a. selalu, b. sering, c. kadang-kadang, d. jarang, e. tidak pernah. Untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa dalam menjalankan kegiatan sekolah ada enam indikatornya ; yaitu. a. Definisi, manfaat dan tujuan penyesuaian diri, b. faktor-faktor penyesuaian diri, c. Kematangan emosional, d. Kematangan intelektual, e. Kematangan sosial, f. Tangung jawab. masing- masing indikator dikembangkan menjadi beberapa sub-indikator. angket tersebut dibuat dalam bentuk pernyataan positif yang mewakili setiap sub-indikator. jumlah pernyataan secara keseluruhan adalah sebanyak 46 item.

Angket ini diberikan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sudah layanan format Skon pretest diperoleh dari hasil penghitungan angket yang diberikan sebelum layanan informan. Pengolahan data dilakukan dengan cara masing masing item dikodekan kemudian dijumlahkan dan diperoleh skor total untuk setiap responden. Skor tersebut kemudian dianalisis melalui pengolahan data dengan program SPSS versi 22. Berdasarkan pengolahan

data dengan program SPSS veru 22 diperoleh deskripsi dasa preses penyesuaian diri siswa sebelum layanan informasi pada tabel berikut

Tabel 4.1
Deskripsi Data Pretest

N	12
Minimum	151
Maximum	214
Sum	2203
Mean	183.58
Std.C	18.62

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa skor pretest penyesuaian diri sebelum layanan bimbingan kelompok tertinggi 214, terendah 151, rata-rata 183,58, dan standar deviasi 18,62 Setelah diketahui rata-rata dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan kriteria tingkat keterampilan belajar mahasiswa, yaitu:

$183,58 + 1,5 (18.62)=183.58+1,5.(18.62)=211,51=212$
$183,53 + 0,5 (18.62)=183.58+0,5.(18.62)=192,89=193$
$183,58 - 0,5 (18.62)=183.58-0,5.(18.62)=174,27=174$

$$183,58 - 1,5 (18.62) = 183.58 - 1,5.(18.62) = 155,62 = 156$$

Berdasarkan hasil penghitungan di atas maka klasifikasi tingkat penyesuaian diri siswa dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4.2

Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa

Layanan Bimbingan Kelompok

Klasifikasi Tingkat Penyesuaian Diri	Rentan Skor
Sangat Tinggi	> 212
Tinggi	193-211
Cukup	174-192
Rendah	156-173
Sangat Rendah	< 156

Tabel 4.3

Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa

Sebelum Layanan Bimbingan Kelompok

No	Rentang Skor	F	%	Katagori
1	>212	2	16,66	Sangat tinggi
2	193-211	2	16,66	Tinggi

3	174-192	5	41,66	Cukup
4	156-173	1	8,33	Rendah
5	<156	2	16,66	Sangat rendah
Jumlah		12	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa penyesuaian diri sebelum dikasih layanan bimbingan kelompok sebanyak 2 orang (16,66%)sangat tinggi. 2 orang (16,66%) tinggi, 5 orang (41,66%) cukup, 1 orang (8,33) rendah, 2 orang (16,66%) sangat rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok sebagian besar (41,66%)termasuk kedalam klasifikasi cukup.

B. Penyesuaian Diri Siswa Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok

Untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa setelah layanan bimbingan kelompok peneliti memberi *posttest*. Skor *posttest* diperoleh dari hasil penghitungan skor angket yang diberikan setelah layanan bimbingan kelompok . Skor tersebut kemudian dianalis melalui pengolahan data dengan program SPSS versi 22. Dari hasil pengolahan da dengan program SPSS versi 22 diperoleh deskripsi data *posttest* penyesuaian diri siswa setelah Iayanan bimbingan kelompok pada tabel berikut.

Tabel 4.4
Deskripsi Data Posttest

N	12
Minimum	180
Maximum	219
Sum	2371
Mean	197,58
Std.C	10,38

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa skor posttest penyesuaian diri sesudah diberi layanan bimbingan kelompok tertinggi 219, terendah 180, rata-rata 197,58, dan standar deviasi 10,38. Setelah diketahui rata-rata dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan kriteria tingkat keterampilan belajar mahasiswa, yaitu:

$197,58 + 1,5 \cdot (10,38) = 197,58 + 1,5 \cdot (10,38) = 213,15 = 213$
$197,58 + 0,5 \cdot (10,38) = 197,58 + 0,5 \cdot (10,38) = 202,77 = 203$
$197,58 - 0,5 \cdot (10,38) = 197,58 - 0,5 \cdot (10,38) = 192,39 = 192$
$197,58 - 1,5 \cdot (10,38) = 197,58 - 1,5 \cdot (10,38) = 182,01 = 182$

Berdasarkan hasil penghitungan di atas maka klasifikasi tingkat penyesuaian diri siswa dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4.5

**Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa
Layanan Bimbingan Kelompok**

Klasifikasi Tingkat Penyesuaian Diri	Rentan Skor
Sangat Tinggi	> 213
Tinggi	203-212
Cukup	192-202
Rendah	182-191
Sangat Rendah	< 182

Tabel 4.6

**Tabel Klasifikasi Rentang Sekor Tingkat Penyesuaian Diri Siswa sesudah
Layanan Bimbingan Kelompok**

No	Rentang Skor	F	%	Kategori
1	>213	1	8,33	Sangat tinggi
2	203-212	3	25	Tinggi
3	192-202	5	41,66	Cukup
4	182-191	1	25	Rendah
5	<182	0	0	Sangat rendah

Jumlah	12	100	
--------	----	-----	--

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa penyesuaian diri sesudah dikasih layanan bimbingan kelompok sebanyak 1 orang (8,33%)sangat tinggi. 3 orang (25%) tinggi, 5 orang (41,66%) cukup, 3 orang (25%) rendah, 0 orang (0) sangat rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok sebagian besar (41,66%)termasuk kedalam klasifikasi cukup.

C. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Siswa.

Untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa disekolah adalah dengan melihat perbedaan antara skor pretest(X_1) dengan skor posttest (X_2). untuk mengetahui apakah perbedaan tersebut signifikasi atau tidak perlu dilakukan uji hipotesis. Apabila terdapat perbedaan dimana skor posttest(X_2) lebih besar dari skor pretest(X_1) maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa.

D. Pengujian Persyaratan Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data dari hasil penyesuaian diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong berdistribusi normal atau tidak. Perhitungan yang dilakukan ini untuk data pre test maupun post test. Dalam penelitian ini uji normalitas yang dilakukan peneliti menggunakan SPSS Statistic 22.

Tabel 4.7

pretest dan posttest penyesuaian diri		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Hasil	Preetest	,127	12	.200*	,958	12	,756
	Posttest	,151	12	.200*	,972	12	,928

Berdasarkan pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, yaitu jika nilai signifikan (Sig) > 0,05, maka data berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikan (Sig) < 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan data di atas pengujian data *pre test* penyesuaian diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong menghasilkan dengan df = 12 dengan nilai signifikan (Sig) di peroleh 0,200. Dari hasil yang diperoleh tampak bahwa nilai Sig 0,200 > taraf a 0.05, yang berarti data pre test berdistribusi normal.

Pengujian terhadap data *post tests* penyesuaian diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong menghasilkan dengan N-12 dan taraf $\alpha=0,05$ di peroleh Sig = 0,200. Dari perbandingan tersebut bahwa Sig dari 0,05 dapat disimpulkan data post test berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Pengujian homogenitas variabel bertujuan untuk menyakinkan bahwa kelompok data yang memiliki varians yang sama (homogen). Uji homogenitas hasil penyesuaian diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong dilakukan melalui bantuan SPSS Statistic 22. Adapun kreteria dasar pengambil keputusan yaitu jika Sig > dari 0,05, maka distribusi data homogen. Sedangkan nilai Sig < dari 0,05, maka distribusi data tidak homogen. Adapun datanya sebagai berikut:

Tabel 4.8

Test of Homogeneity of Variances

Hasil			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,022	1	22	,096

Dari table di atas diperoleh nilai signifikan sebesar 0,096 dan sample dikatakan homogen apabila nilai signifikan > dari pada taraf 0,05. Oleh

karena itu $0,096 > 0,05$, dapat disimpulkan data yang diperoleh bersifat homogen.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dimaksud untuk menjawab hipotesis yang telah dirumuskan yaitu:

Ho : Tidak terdapat pengaruh untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah pada peserta didik.

Ha : Terdapat pengaruh untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah pada peserta didik.

Sedangkan Hipotesis Statistik sebagai berikut:

HO : $\mu_1 = \mu_2$

Ha : $\mu \neq \mu_2$

Uji hipotesis yang digunakan yaitu teknik analisis "T Test" dengan bantuan SPSS Statistic 22. Dengan ketentuan $T_{hitung} > T_{tabel}$ maka Ha diterima. Dari hasil perhitungan angket pre test dan post test sikap Penyesuaian Diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong diperoleh hasil perhitungan $T_{hitung} = 2,862$ taraf 5% yaitu 1,795 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $T_{hitung} 2,862$ yang lebih besar dari $T_{tabel} = 1,795$, dapat ditarik kesimpulan penyesuaian diri siswa baik data pre test maupun post test dapat diterima.

Tabel 4.9

Rangkuman nilai T-test

Paired Samples Test

		Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre test - Post Test	-14,000	16,944	4,891	-24,766	-3,234	2,862	11	,015

E. Pembahasan

Dari hasil data yang telah didapat serta diolah oleh penulis, telah ditemukan hasil siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok SMKN 3 Rejang Lebong , maka bisa dilihat dari hasil pembahasan dibawah.

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini diyakini bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh signifikansi terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa. hal ini dapat dilihat dari tabel, sebelum layanan bimbingan kelompok

skor minimum 151, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok skor minimum 180, selisih skor mencapai 29 point. Sebelum layanan bimbingan kelompok skor maksimum 214, setelah bimbingan kelompok skor maksimum 219, selisih skor mencapai 5 point. Begitu juga dengan rata-rata skor, sebelum layanan bimbingan kelompok rata-rata skor 183,58, setelah layanan bimbingan kelompok rata-rata skor meningkat menjadi 197,58, selisih skor mencapai 14 point.

Perbedaan ini juga dibuktikan dengan hasil uji beda antara pretest dan posttest dengan menggunakan rumus *t-test sampel related* diperoleh t hitung 2,862 dan t-tabel 1.795. kriteria uji pihak kanan $+ t \text{ tabel} > t \text{ hitung}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Ternyata $+ t \text{ tabel} < t \text{ hitung} + 1.795 < 2,862$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti layanan bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri siswa disekolah.

Dilihat dari hasil angket sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok penyesuaian diri siswa masuk kedalam kategori rendah, banyak faktor yang menyebabkan penyesuaian diri siswa rendah. Sikap yang dimiliki oleh seseorang berbeda-beda antara yang satu dengan yang lainnya. Perbedaan tersebut terlihat baik dari segi jenisnya maupun segi kualitasnya. Perbedaan sikap yang dimiliki oleh seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah keadaan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, kebudayaan, nilai, agama. adat-istiadat dan sebagainya. penyesuaian diri secara lebih umum. Ia mengatakan bahwa bila seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum

ataupun terhadap kelompoknya dan ia memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan, berarti ia diterima oleh kelompoknya dan lingkungannya. Dengan kata lain orang itu mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya.⁷²

Menurut Enung aspek-aspek penyesuaian diri antara lain:

- a. Penyesuaian Pribadi. Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya.
- b. Penyesuaian Sosial. Mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman, atau masyarakat luas secara umum.⁷³

Penyesuaian diri adalah kemampuan untuk mempertahankan diri, bias survive, memperoleh kesejateraan jasmani dan rohani, juga dapat mengadakan reaksi yang memuaskan tentang tuntutan-tuntutan social.⁷⁴

Teknik bimbingan kelompok dipandang efektif untuk membantu meningkatkan keterbukaan diri siswa adalah melalui teknik pemecahan masalah, hal ini di dasarkan pada asumsi bahwa penggunaan teknik pemecahan masalah dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi seperti pernyataan Prayitno menyatakan bahwa tujuan dan fungsi layanan bimbingan

⁷² Gerungan. W.A., Psikologi Sosial, (Bandung; Refika Aditama, 2000) hal.94

⁷³ Desmita, Psikologi Perkembangan. Bandung : Remaja Rosda Karya 2009. hal 195

⁷⁴ Kartini Kartono, hygiene Mental, (Bandung: Mandar Maju, 1989), hal 260

kelompok adalah agar setiap anggota mampu berbicara di muka orang banyak; mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan kepada banyak orang; belajar menghargai pendapat orang lain; bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya; mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negative); dapat bertenggang rasa; menjadi akrab satu sama lainnya; dan Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.⁷⁵

Bila dikaitkan dengan Implementasi Kurikulum Merdeka, peran layanan bimbingan dan konseling dalam Kurikulum Merdeka adalah sebagai koordinator dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis peserta didik (student wellbeing) dan memfasilitasi perkembangan peserta didik agar mampu mengaktualisasikan potensi dirinya dalam rangka mencapai perkembangan secara optimal. Selain itu, Bimbingan dan Konseling juga menjadi bagian dalam penyusunan perencanaan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila.

Guru mata pelajaran dan tenaga pendidik dapat berkolaborasi menjalankan peran Bimbingan dan Konseling dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis peserta didik. Dalam Implementasi Kurikulum Merdeka, peran layanan bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi potensi peserta didik diharapkan tidak hanya

⁷⁵ Eka Sari Setianingsih, Anwar Sutoyo, Edy Purwanto, Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa, *Jurnal Bimbingan Konseling* 3 (2) (2014), hal.77

dilakukan oleh guru BK namun juga dapat dilakukan oleh Guru Mata pelajaran/Tenaga Pendidik.

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan secara preventif kepada konseli dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok yang dilaksanakan menggunakan teknik diskusi yang terjadi interaksi antara individu-individu yang terlibat dalam kelompok, saling bertukar pengalaman, bertukar informasi, pemecahan masalah, dan keaktifan anggota kelompok. Bimbingan kelompok teknik diskusi dapat membantu peserta didik dalam menentukan pilihan mata pelajaran yang diinginkan sesuai dengan minat bakat dan aspirasinya sesuai dengan kurikulum merdeka belajar yang telah ditetapkan kemendikbud.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil data yang telah didapat serta diolah oleh penulis, telah ditemukan hasil siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok SMKN 3 Rejang Lebong, maka bisa dilihat dari hasil pembahasan dibawah.

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini diyakini bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa. hal ini dapat dilihat dari tabel, sebelum layanan bimbingan kelompok skor minimum 151, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok skor minimum

180, selisih skor mencapai 29 point. Sebelum layanan bimbingan kelompok skor maksimum 214, setelah bimbingan kelompok skor maksimum 219, selisih skor mencapai 5 point. Begitu juga dengan rata-rata skor, sebelum layanan bimbingan kelompok rata-rata skor 183,58, setelah layanan bimbingan kelompok rata-rata skor meningkat menjadi 197,58, selisih skor mencapai 14 point.

Perbedaan ini juga dibuktikan dengan hasil uji beda antara pretest dan posttest dengan menggunakan rumus *t-test sampel related* diperoleh t hitung 2,862 dan t-tabel 1.795. kriteria uji pihak kanan $+ t \text{ tabel} > t \text{ hitung}$, maka H_0 diterima

dan H_a ditolak. Ternyata $t_{hitung} < t_{tabel}$ $1,795 < 2,862$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti layanan bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri siswa disekolah.

Uji hipotesis yang digunakan yaitu teknik analisis "T Test" dengan bantuan SPSS Statistic 22. Dengan ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima. Dari hasil perhitungan angket pre test dan post test sikap Penyesuaian Diri siswa SMKN 3 Rejang Lebong diperoleh hasil perhitungan $t_{hitung} = 2,862$ taraf 5% yaitu 1,795 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} 2,862 yang lebih besar dari $t_{tabel} = 1,795$, dapat ditarik kesimpulan penyesuaian diri siswa baik data pre test maupun post test dapat diterima.

B. Saran

Dengan tidak bermaksud mengurangi, dan mudah-mudahan sedikit saran yang penulis berikan dapat bermanfaat dan bersifat membangun yang didasarkan dari hasil penelitian, yaitu:

- a) Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah di SMK Negeri 3 Rejang Lebong tentang kedisiplinan pada jam pelajaran berlangsung
- b) Sebagai bahan masukan kepada guru khususnya guru BK untuk lebih memperhatikan pelaksanaan bimbingan dan konseling bagi siswa.
- c) Bagi orang tua, sebagai bahan informasi untuk orang tua tentang pentingnya meningkatkan kedisiplinan anak terutama dalam peraturan tata tertib yang berlaku di sekolah anak tersebut.

Daftar Pustaka

- Achmad, Juntika, Nurihsan, Strategi Layanan Bimbingan & Konseling, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2005), hal. 17.
- Addahri Hafis Awlawi, “Teknik Bermain Peran Pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem”, *Jurnal Ilmiah Konseling* 2, no,2 (2013),hal.183
- Ali. M, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), hal.43
- Arikunto, S. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. hal. 70
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda Karya 2009. hal.191
- Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2000)
- Dina, *Perbedaan Penyesuaian Diri Pada Karyawan Baru Yang Memiliki Peran Seks Maskulin, Feminim, Androgini dan Undifferentiated*, *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Tidal diterbitkan.hal.35

- Dr. Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai LatarKehidupan*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hal.23.
- Deni Febrini, *bimbingan konseling*, (yogyakarta: teras, 2011), hal 5.
- Rohmat Alimun Taha1 dan I Nyoman Sujana, *Pengaruh Penerapan Tata Tertib Sekolah terhadap Disiplin Belajar Siswa*, *Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, Volume 9, Number 2, Tahun 2021, hal. 248.
- Moh. Mansyur fawaid, *mplementasi tata tertib sekolah dalam meningkatkan karakter kedisiplinan siswa*, , *jurnal civic hukum*, volume 2, nomor 1, mei 2017,hal.11
- Eka sari setianingsih, anwar sutoyo, edy purwanto, *pengembangan model bimbingan kelompok teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan keterbukaan diri siswi*, *jurnal bimbingan konseling*, jurnal bimbingan konseling 3 (2) (2014),hal.77
- Eko Susanto, “*Penggunaan Media dalam Proses Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kreativitas*.” *Jurnal Guidena* 2, no.1 (2012): hal. 18
- Enung fatimah. *psikologi perkembangan* (bandung:c.v pustaka setia, 2006)
- Galih Wicaksono, “*Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpesonal siswa kelas X Multimedia SMK IKIP*”
- Gerungan. W.a., *psikologi sosial*, (bandung; refika aditama, 2000)

kartini kartono, *hygiene mental*, (bandung: mandar maju, 1989),hal. 260

Lailatul rokhmatika, *hubungan antara persepsi terhadap dukungan social teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas unggulan, , hubungan antara persepsiterhadap dukungan sosial teman*

Lailatul rokhmatika,eko darminto, *bimbingan konseling, hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelasunggulan , fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri surabaya,hal.1-3*

Lubis Lahmuddin, (2012) *Konsep-Konsep Dasar Bimbingan*

Konseling,Medan : Cita Pustaka Media, hal. 21

Luddin Abu Bakar, *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktek,*

(Bandung: Citapustaka, 2010) hal. 67

Mardia bin smith, *pengaruh layanan konseling kelompok terhadap disiplin*

belajar siswa di sma negeri 1 atinggola kabupaten gorontalo utara, Jurnal Penelitian dan Pendidikan, Volume 8 Nomor 1, Maret 2011,

Melina siagian, *pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan*

siswa madrasah tsanawiyah al-ikhlas aekbotik tapanuli utara, Medan, Mei 2017,hal 98

Nurisan Achmad Juntika,*Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar*

Kehidupan, (Bandung: Rafika Aditama 2014)

Penyesuaian diri siswa kelas x smk santa maria jakarta, jurnal psiko-edukasi,

oktober 2016, (94-100).hal,1-2

Richma Hidayati, *model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Stimulus Control untuk Meningkatkan kemandirian belajar siswa*, jurnal bimbingan konseling 2, no.2 (2013), hal.94

Prayitno & amti, *dasar-dasar bimbingan dan konseling*, (jakarta: rineka cipta, 2004), hal.2

Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, Padang: Ghalia Indonesia, 1995, hal. 32

Prayitno, (2015), *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*, Padang: Program Pendidikan Profesi Konselor Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, hal. 150-15

Prof. Dr. Prayitno, m.sc.ed, *layanan bimbingan dan konseling kelompok (dasardanprofil)*, (ghalia indonesia: jakarta,1995),

Robert l gibson dkk, *bimbingan dan konseling*, (yogyakarta, pustaka pelajar: 2010), hal. 52.

Sanapiah Faisal, *Metodologi penelitian pendidikan*,(Surabaya : Usaha Nasional, 1982), hal.77

Sarwono, s, w., *psikologi remaja*, (jakarta: p. T raja grafindo, 2004) hal.93

Safitri wulandari, *guru bk smp santa ursula bsd, hubungan antara kesejahteraan psikologis*

Sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas

unggulan

Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009), hal.64

Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif kuantitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2010) hal. 96

Surabaya, *Journal Mahasiswa Bimbingan Konseling* 1, NO.1 (2013), hal.68

Syahrin harahap, *wahdatul ulum (paradigma pengembangan keilmuan dan karakter lulusan uin-su)*, (medan: iain press, 2019), hal. 75.

Tarmizi, *Pengantar Bimbingan Konseling*, (Medan: Perdana Publishing, 2011) hal. 140

Tatiek, Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang, Universitas Negeri Malang, 2001), hal 32

Tohiri, *Bimbingan dan Konseling disekolah dan Madrasah Edisi Revisi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), hal.134

W.j.s poerwadarminta, *kamus umum bahasa indonesia*, (jakarta: balai pustaka, 1996), hal. 245.

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Laporan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ke 1

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG
Tanggal Pelaksanaan : Selasa, 23 Mei 2023
Kelas : X APAT
Program Keahlian : Agribisnis Perikanan Air Tawar
Jumlah Pertemuan : Pertemuan pertama
Waktu : 2 x 45 Menit
Peserta : 12 orang
Tujuan : Untuk Mengetahui Definisi Penyesuaian Diri, Tujuan Penyesuaian Diri, Manfaat Penyesuaian Diri, Menambah Wawasan Penyesuaian Diri Siswa Di Lingkungan Sekolah.

A. Langkah-langkah kegiatan:

1. Tahap pembentukan:

1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan trimaksi
2. berdoa
3. menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
4. menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
5. menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
6. menjelaskan asas bimbingan kelompok
7. perkenalan anggota

2. Tahap peralihan:

- 1) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
- 2) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
- 3) mengenali suasana
- 4) memberi contoh topic bahasan

3. Tahap kegiatan:

- 1) pemimoin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok
- 2) menjelaskan pentingnya topic tersebut

- 3) Tanya jawab tentang topic
- 4) pembahasan topik secara tuntas
- 5) selingan menegakan komitmen

Untuk bimbingan kelompok ini pemimpin kelompok mengambil topic tentang definisi penyesuaian diri, manfaat penyesuaian diri dan tujuan penyesuaian diri. pemimpin mengambil topic ini dikarenakan masalah yang ada di sekolah tersebut tentang penyesuaian diri, oleh karena itu topic yang diambil mengenai penyesuaian diri.

Penyesuaian diri mengacu pada proses di mana seseorang beradaptasi dan mengubah perilaku, sikap, dan pola pikirnya agar sesuai dengan tuntutan dan perubahan lingkungan sosial, fisik, atau psikologis. Ini melibatkan kemampuan individu untuk berurusan dengan tantangan, stres, atau perubahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

penyesuaian diri siswa adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu.

Tujuan penyesuaian diri adalah untuk mencapai keseimbangan dan harmoni antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Berikut ini beberapa tujuan umum dari penyesuaian diri:

- a. Meningkatkan kesejahteraan pribadi: Penyesuaian diri bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup individu dengan membantu mereka mengembangkan keterampilan untuk mengelola emosi, mengatasi stres, dan menciptakan kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Meningkatkan hubungan sosial: Penyesuaian diri membantu individu membangun dan memelihara hubungan sosial yang sehat. Ini melibatkan kemampuan untuk berkomunikasi efektif, memahami dan menghargai perspektif orang lain, dan

4. Tahap pengakhiran:

- 1) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir
- 2) anggota kelompok mengemukakan pesan

- 3) pembahasan kegiatan lanjutan
- 4) pesan serta tanggapan
- 5) ucapan terimakasih
- 6) berdoa
- 7) perpisahan

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

(RPL)

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG
Tanggal Pelaksanaan : Kamis, 25 Mei 2023
Kelas : X APAT
Program Keahlian : Agrebisnis Perikanan Air Tawar
Jumlah Pertemuan : Pertemuan pertama
Waktu : 2 x 45 Menit
Peserta : 12 orang
Tujuan : Untuk Mengetahui Faktor-Faktor Yang Dapat Mendukung Penyesuaian Diri siswa dilingkungan sekolah.

B. Langkah-langkah kegiatan:

5. Tahap pembentukan:

8. Menerima secara terbuka dan mengucapka trimaksi
9. berdoa
10. menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
11. menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
12. menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
13. menjelaskan asas bimbingan kelompok
14. perkenalan anggota

6. Tahap peralihan:

- 5) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
- 6) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
- 7) mengenali suasana
- 8) memberi contoh topic bahasan

7. Tahap kegiatan:

- 6) pemimpin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok
- 7) menjelaskan pentingnya topic tersebut
- 8) Tanya jawab tentang topic
- 9) pembahasan topik secara tuntas
- 10) selingan menegaskan komitmen

Untuk bimbingan kelompok ini pemimpin kelompok mengambil topic tentang Faktor-Faktor Yang Dapat Mendukung Penyesuaian Diri. Karena pertemuan pertama membahas tentang definisi belajar maka pertemuan sekarang kita membahas tentang faktor pendukung penyesuaian diri.

Ada beberapa faktor yang dapat mendukung penyesuaian diri individu. Berikut ini adalah beberapa faktor penting yang dapat berperan dalam mendukung penyesuaian diri yang sehat:

- a. Dukungan sosial: Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas sangat penting dalam penyesuaian diri. Dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, dukungan praktis, dan dukungan informasional yang membantu individu merasa didukung, diterima, dan didorong dalam proses penyesuaian diri.
- b. Kemampuan komunikasi yang efektif: Kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik membantu individu dalam mengungkapkan kebutuhan, memahami perspektif orang lain, dan membangun hubungan yang sehat. Komunikasi yang efektif memfasilitasi pemecahan masalah, negosiasi, dan koordinasi dengan orang lain.

8. Tahap pengakhiran:

- 8) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir
- 9) anggota kelompok mengemukakan pesan
- 10) pembahasan kegiatan lanjutan
- 11) pesan serta tanggapan
- 12) ucapan terimakasih

13) berdo'a

14) perpisahan

Laporan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ke 3

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG
Tanggal Pelaksanaan : Selasa, 6 Juni 2023
Kelas : X APAT
Program Keahlian : Agribisnis Perikanan Air Tawar
Jumlah Pertemuan : Pertemuan pertama
Waktu : 2 x 45 Menit
Peserta : 12 orang
Tujuan : Kematangan Emosional Mengacu Pada Kemampuan Seseorang Untuk Mengenali, Memahami, Dan Mengelola Emosi Mereka Dengan Cara Yang Sehat Dan Produktif. Individu Yang Memiliki Kematangan Emosional Yang Tinggi Mampu Mengendalikan Emosi Negatif, Mengelola Stres, Dan Menjaga Hubungan Interpersonal Yang Sehat.

C. Langkah-langkah kegiatan:

9. Tahap pembentukan:

15. Menerima secara terbuka dan mengucapkan trimaksi
16. berdoa
17. menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
18. menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
19. menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
20. menjelaskan asas bimbingan kelompok
21. perkenalan anggota

10. Tahap peralihan:

- 9) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
- 10) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
- 11) mengenali suasana
- 12) memberi contoh topic bahasan

11. Tahap kegiatan:

- 11) pemimoin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok

- 12) menjelaskan penting nya topic tersebut
- 13) Tanya jawab tentang topic
- 14) pembahasan topik secara tuntans
- 15) selingan menegakan komitmen

12. Tahap pengakhiran:

- 15) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir
- 16) anggota kelompok mengemukakan pesan
- 17) pembahasan kegiatan lanjutan
- 18) pesan serta tanggapan
- 19) ucapan terimakasih
- 20) berdoa
- 21) perpisahan

Laporan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ke 4

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG

Tanggal Pelaksanaan : Kamis, 8 Juni 2023

Kelas : X APAT

Program Keahlian : Agribisnis Perikanan Air Tawar

Jumlah Pertemuan : Pertemuan pertama

Waktu : 2 x 45 Menit

Peserta : 12 orang

Tujuan : Kematangan sosial mengacu pada kemampuan seseorang untuk berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain dengan cara yang tepat dan efektif. Ini melibatkan pemahaman yang baik tentang norma-norma sosial, empati, kemampuan berkomunikasi dengan baik, serta kemampuan membangun dan menjaga hubungan interpersonal yang sehat.

A. Langkah-langkah kegiatan:

1. Tahap pembentukan:

- 1) Menerima secara terbuka dan mengucapkan trimaksi
- 2) berdoa
- 3) menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
- 4) menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
- 5) menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
- 6) menjelaskan asas bimbingan kelompok

- 7) perkenalan anggota

2. Tahap peralihan:
 - 1) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
 - 2) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
 - 3) mengenali suasana
 - 4) memberi contoh topic bahasan

3. Tahap kegiatan:
 - 1) pemimoin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok
 - 2) menjelaskan pentingnya topic tersebut
 - 3) Tanya jawab tentang topic
 - 4) pembahasan topik secara tuntas
 - 5) selingan menegaskan komitmen

4. Tahap pengakhiran:
 - 1) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir
 - 2) anggota kelompok mengemukakan pesan
 - 3) pembahasan kegiatan lanjutan
 - 4) pesan serta tanggapan
 - 5) ucapan terimakasih
 - 6) berdoa
 - 7) perpisahan

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG
Tanggal Pelaksanaan : Jumaat, 9 Juni 2023
Kelas : X APAT
Program Keahlian : Agrebisnis Perikanan Air Tawar
Waktu : 2 x 45 Menit
Peserta : 12 orang
Tujuan : Kematangan intelektual mengacu pada kemampuan seseorang untuk berpikir secara kritis, menganalisis informasi, dan memecahkan masalah dengan cara yang efektif dan matang. Ini melibatkan kemampuan untuk belajar, berpikir abstrak, mengambil keputusan yang baik, serta mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang dunia di sekitarnya.

D. Langkah-langkah kegiatan:

13. Tahap pembentukan:
 22. Menerima secara terbuka dan mengucapkan trimaksi
 23. berdoa
 24. menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
 25. menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
 26. menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 27. menjelaskan asas bimbingan kelompok
 28. perkenalan anggota

14. Tahap peralihan:
 - 13) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
 - 14) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
 - 15) mengenali suasana

16) memberi conto topic bahasan

15. Tahap kegiatan:

16) pemimoin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok

17) menjelaskan penting nya topic tersebut

18) Tanya jawab tentang topic

19) pembahasan topik secara tuntans

20) selingan menegakan komitmen

16. Tahap pengakhiran:

22) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir

23) anggota kelompok mengemukakan pesan

24) pembahasan kegiatan lanjutan

25) pesan serta tanggapan

26) ucapan terimakasih

27) berdoa

28) perpisahan

Laporan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ke 6

Satuan Pendidikan : SMK N 3 REJANG LEBONG

Tanggal Pelaksanaan : Sabtu, 10 Juni 2023

Kelas : X APAT

Program Keahlian : Agribisnis Perikanan Air Tawar

Waktu : 2 x 45 Menit

Peserta : 12 orang

Materi : Tanggung jawab mengacu pada kewajiban seseorang untuk bertindak sesuai dengan peran dan tugas yang dipercayakan kepadanya. Ini melibatkan kesadaran individu terhadap konsekuensi dari tindakan atau keputusan mereka, serta kesiapan untuk mengambil tanggung jawab atas tindakan tersebut.

A. Langkah-langkah kegiatan:

1. Tahap pembentukan:

- 1) Menerima secara terbuka dan mengucapkan trimaksi
- 2) berdoa
- 3) menjelaskan pengertian bimbingan kelompok
- 4) menjelaskan tujuan bimbingan kelompok
- 5) menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
- 6) menjelaskan asas bimbingan kelompok
- 7) perkenalan anggota

2. Tahap peralihan:

- 1) menjelaskan kembali bimbingan kelompok
- 2) Tanya jawab tentang kesiapan anggota
- 3) mengenali suasana
- 4) memberi conto topic bahasan

3. Tahap kegiatan:

- 1) pemimoin kelompok mengemukakan topic pembahasan yang dibahas dalam kelompok
- 2) menjelaskan penting nya topic tersebut
- 3) Tanya jawab tentang topic
- 4) pembahasan topik secara tuntans
- 5) selingan menegakan komitmen

4. Tahap pengakhiran:

- 1) menjelaskan bahwa kegiatan akan berakhir
- 2) anggota kelompok mengemukakan pesan
- 3) pembahasan kegiatan lanjutan
- 4) pesan serta tanggapan
- 5) ucapan terimakasih
- 6) berdoa
- 7) perpisahan













BIODATA PENELITI



VIVIN FITRIYANI, dilahirkan di kabupaten musirawas tepatnya didesa sukarami jaya kecamatan sumberharta pada hari rabu tanggal 28 November 2000. Peneliti menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 1 Sukarami jaya kecamatan sumberharta kabupaten Musirawas. Dan melanjutkan pendidikan di SMP Ma'arif Nu Tugumulyo di desa F Trikoyo kecamatan Tugumuyo kabupaten Musirawas. Setelah menyelesaikan pendidikan SMP peneliti melanjutkan ke tingkat SMA di sekolah SMA Negeri Purwodadi yang berada di desa T kecamatan Purwodadi kabupaten Musirawas. Pada tahun 2019 peneliti melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi negeri, tepatnya di Insitut Agama

Islam Negeri (IAIN) Curup Fakultas Tarbiyah Pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI).