

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENYESUAIAN SOSIAL PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 1 PUNGGUR LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN 2019/2020

Nurul Atieka¹, Hadi Pranoto¹, laras anggraini³.

^{1,2,3}Jurusan Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Metro

E-mail:natieka@gmail.com¹, hadipranoto21@gmail.com², larasanggraini216@gmail.com³

Abstrak

Anggraini, Laras. 2019. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial Peserta Didik Kelas Xi Sma Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Muhammadiyah Metro. Pembimbing: (I) Dra. Hj. Nurul Atieka, M. Pd. (II) Hadi Pranoto, M. Pd. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik di SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020 dan pada aspek manakah dari penyesuaian sosial yang paling dipengaruhi layanan bimbingan kelompok bagi peserta didik di SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif eksperimen dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian sebanyak 282 peserta didik. Sampel penelitian berjumlah 9 peserta didik dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen dalam pengambilan data menggunakan metode kuesioner model *skala likert*. Analisis data yang digunakan yaitu uji t. Hasil perhitungan data adalah $t_{hitung} = 12,5339 > t_{tabel} = 2,015$ dari signifikansi 0,05, selain itu diketahui bahwa terjadi peningkatan skor *pre-test* sebesar 70 dan *post-test* sebesar 94 sehingga terjadi peningkatan skor sebanyak 24. Hal itu menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh terhadap penyesuaian sosial peserta didik. Kesimpulan pada penelitian ini adalah Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020. Bimbingan kelompok sangat berpengaruh pada semua aspek penyesuaian sosial.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Penyesuaian Sosial

Abstract

Anggraini, Laras. 2019. *The Effect of Group Counseling on Social Adjustment of Class XI Students of SMA Negeri 1 Punggur, Lampung Tengah in the 2019/2020 Academic Year*. Essay. Department of Education, Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, University of Muhammadiyah Metro, Advisor (I) Dra. Hj. Nurul Atieka, M.Pd. Advisor (II) Hadi Pranoto, M.Pd. The formulation of the problem in this research is whether there is an influence of group guidance on social adjustment of students in SMA Negeri 1 Punggur, Central Lampung in the 2019/2020 Academic Year and which aspects of social adjustment are most influenced by group guidance services for students in SMA Negeri 1 Punggur, Central Lampung Academic Year 2019/2020. This study uses a quantitative experimental design with One Group Pretest- Posttest Design. The study population was 282 students. The research sample consisted of 9 students using purposive sampling techniques. The instrument in data collection uses the Likert scale model questionnaire method. Analysis of the data used is the t test. The results of the calculation of the data are $t_{count} = 12.5339 > t_{table} = 2.015$ from the significance of 0.05, in addition it is known that an increase in pre-test scores by 70 and post-test by 94 so that an increase in scores of 24. shows that group guidance affects the social adjustment of students. The conclusion of this study is that there is an influence of group guidance services on social adjustment of class XI students of SMA Negeri 1 Punggur, Lampung Tengah in the 2019/2020 Academic Year. Group guidance is very influential on all aspects of social adjustment.

Keywords: Group Guidance, Social Adjustment.

PENDAHULUAN

Pada masa perkembangan usia remaja, seseorang akan mulai dapat mengemukakan pendapat kepada orang lain. Remaja cenderung akan berkomunikasi sesuai dengan apa yang ada di dalam hati dan pikirannya terutama kepada orang yang ada disekitarnya. Sehingga sering terjadi perdebatan tentang gagasan dengan teman sebaya maupun orang yang ada disekitarnya. Apabila terjadi terus menerus akan ada ketidakcocokan yang menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam bersosialisasi.

Permasalahan bagi peserta didik usia sekolah menengah timbul baik dari internal maupun eksternal yang mana keduanya sangat mengganggu proses belajar dan pembelajaran peserta didik diusia itu. Keingintahuan pada usia sekolah menengah atas sangatlah besar karena pada masa itu mereka mencari jati diri dan figur yang diidolakan oleh mereka. Dalam pergaulan di sekolah memang sangat penting untuk peserta didik dalam mencari teman untuk bertukar pikiran dan bermain bersama. Namun terdapat beberapa peserta didik yang tidak dapat berbaur dengan teman sebaya dikarenakan remaja tersebut cenderung menyendiri atau malu untuk bersosialisasi dengan teman sebayanya. Penyesuaian sosial peserta didik yang baik akan berpengaruh pada perkembangan dan kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya, serta orang-orang yang ada disekitar peserta didik tersebut.

Menurut Durkin (dalam Hartati, 2005:43) bahwa:Penyesuaian sosial sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya. Secara singkat dikatakan bahwa kemampuan penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan pengetahuan dan ketrampilan dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Peserta didik dituntut mampu memiliki penyesuaian sosial yang baik agar kehidupan selanjutnya bisa sukses karena dengan kemampuan sosial yang tinggi peserta didik bisa menggunakan ketrampilan dalam pergaulan.

Bila penyesuaian sosial pada peserta didik rendah, maka akan membawa dampak peserta didik terasingkan dari lingkungan, akibatnya peserta didik tidak merasakan kebahagiaan dalam berinteraksi dengan teman sebayanya, peserta didik memiliki rasa ketidak nyamanan pada dirinya dan selalu merasa gelisah, cemas serta selalu menutup

diri. Dalam pikiran individu tersebut selalu dikuasai oleh rasa gelisah, cemas dan takut sehingga segala sesuatu yang individu lakukan selalu salah di mata individu itu sendiri.

Berdasarkan hasil prasurvei kepada 9 orang peserta didik yang dilakukan dengan observasi dan wawancara antara peneliti dan Ibu Dra. Maizarni guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah yang dilaksanakan pada tanggal 05-08 Maret 2019, terdapat beberapa peserta didik kelas XI yang mengalami masalah penyesuaian sosial seperti:

1. Terdapat 6 peserta didik dapat menghormati dan menerima hak-hak orang lain.
2. Terdapat 7 peserta didik tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial.
3. Terdapat 8 peserta didik tidak peka dengan masalah dan kesulitan orang lain.
4. Terdapat 5 peserta didik memiliki sikap egois tinggi.
5. Terdapat 5 peserta didik menghormati dan mematuhi peraturan dan tradisi yang berlaku dilingkungan.

Data di atas menunjukkan bahwa penyesuaian sosial peserta didik rendah. Oleh karena itu peserta didik perlu mendapatkan perhatian khusus dari guru Bimbingan dan Konseling, sebagai fasilitator bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi pribadi yang dimiliki serta membantu permasalahan peserta didik yang saat ini dialaminya.

Untuk menyelesaikan permasalahan penyesuaian sosial ini bisa dilakukan dengan bimbingan kelompok dikarenakan dalam bimbingan kelompok peserta didik dapat berinteraksi dengan anggota kelompok sehingga penyesuaian sosial ini dapat merubah dari penyesuaian sosial rendah menjadi penyesuaian sosial yang lebih baik dari sebelumnya.

Bimbingan kelompok sangat membantu peserta didik untuk menuntaskan masalah yang sedang dihadapi, dan mencegah terjadinya masalah sosial yang dialami para peserta didik sehingga dapat mengetahui bagaimana cara bersosialisasi yang baik dengan teman sebaya, dan di lingkungan sekitar. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Penyesuaian Sosial peserta didik di SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020".

Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Prayitno (2012:178):Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, dimana semua peserta yang terlibat di dalam kegiatan kelompok tersebut saling berinteraksi satu sama lain, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, serta memberi saran dan lain sebagainya.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dituntut semua anggota kelompok aktif dan saling berinteraksi dalam mengemukakan pendapatnya terhadap masalah yang dibahas agar dinamika kelompok dapat berjalan dengan baik dalam rangka mencapai suatu tujuan yang diharapkan.

Kemudian penyesuaian sosial menurut Gerungan (2004:59) bahwa:Penyesuaian sosial dalam arti luas merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mengubah diri dan keinginan segera sesuai dengan keadaan lingkungan atau sebaliknya mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan individu. Penyesuaian dapat diartikan upaya individu mengubah diri agar dapat diterima lingkungan atau sebaliknya mempengaruhi lingkungan agar sesuai dengan diri individu.

Penyesuaian sosial adalah keadaan individu untuk merubah diri dari keinginannya segera sesuai dengan keadaan yang ada dilingkungan sekitar atau sebaliknya dari lingkungan harus sesuai dengan keadaan individu. Untuk itu dalam penyesuaian sosial ini sangat diperhatikan dalam proses penyesuaian sosial agar individu dapat diterima dengan lingkungan disekitar.

Menurut Schneiders (dalam Gunarta 2015:186) menyatakan aspek-aspek penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

1) *Recognition*

Recognition adalah menghormati dan menerima hak-hak orang lain.

2) *Participati*

Participation adalah melibatkan diri dalam berelasi

3) *Social approval*

Social approval adalah minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain

4) *Altruisme*

Altruisme adalah memiliki sifat rendah hati dan tidak egois.

5) *Conformity*

Conformity adalah menghormati dan mentaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi dan kebiasaan.

Aspek-aspek penyesuaian sosial adalah ketika individu dapat menghargai dan menghormati hak-hak orang lain maka orang lain akan menghormati dan menghargai hak-hak kita sehingga hubungan sosial antar individu dapat terjalin dengan sehat dan harmonis. Cara menghormati dan menerima hak-hak orang lain adalah tunduk kepada orang yang lebih tua, menghormati pendapat orang lain, menghargai teman yang sedang mengemukakan pendapat. Dengan begitu perilaku individu dapat merubah dari hal yang tidak dapat dilakukan menjadi dapat melakukan untuk pribadi individu menjadi lebih baik. Kemudian setiap individu harus dapat mengembangkan dan melihara persahabatan. Karena seseorang yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk. Hal ini dapat merupakan bentuk penyesuaian diri di masyarakat, dimana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain disekelilingnya serta bersedia membantu meringankan masalah. Selain itu individu juga harus menunjukkan minat terhadap tujuan, harapan dan aspirasi, cara pandang ini juga sesuai dengan tuntutan dalam penyesuaian keagamaan (*religious adjustment*). Dan rasa saling membantu dan mementingkan orang lain merupakan nilai-nilai moral yang aplikasi dari nilai-nilai tersebut merupakan bagian dari penyesuaian moral yang baik yang apabila diterapkan di masyarakat secara wajar dan bermanfaat maka akan membawa pada penyesuaian diri yang kuat. Adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku dilingkungan maka ia akan dapat diterima dengan baik dilingkungannya.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian eksperimen memberi banyak manfaat, terutama untuk menentukan bagaimana dan mengapa suatu kondisi atau peristiwa terjadi. Hal ini berarti bahwa eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu dan setiap gejala yang muncul diamati dan dikontrol secermat mungkin sehingga dapat diketahui hubungan sebab akibat munculnya gejala tersebut.

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner (Angket). Metode kuesioner (angket) yaitu sejumlah pernyataan tertulis yang

akan digunakan peneliti mendapatkan segala informasi dari responden dengan cara menyebarkan formulir daftar pernyataan dan jawaban kepada sejumlah subjek, dan memperoleh jawaban berupa respon atau tanggapan secara tertulis.

Metode pengumpulan data dengan menggunakan angket bertujuan untuk mengumpulkan dan memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian. Angket ialah sejumlah pernyataan tertulis dengan memberikan ceklist pada 5 alternatif jawaban yang tersedia. Setelah diberikan lalu meminta mengumpulkan kembali angket yang telah selesai diisi serta mengecek kembali kelengkapan identitas dan jawaban para peserta didik.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, data kuantitatif yang diperoleh dari hasil pemberian angket. Data tersebut diperoleh setelah melakukan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah. Skor rata-rata keseluruhan *pre-test* penyesuaian sosial peserta didik di SMA Negeri 1 Punggur yaitu 70 yang menunjukkan bahwa penyesuaian sosial peserta didik masuk pada kategori mutu rendah. Skor rata-rata pada aspek Menghormati yaitu 25,5 aspek Berelasi dengan rata-rata 11,1 aspek Empati dengan rata-rata 14, aspek Rendah Hati dengan rata-rata 9,6 dan aspek Mematuhi Peraturan dengan rata-rata 9,6. Perubahan data dapat dilihat dari perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test*. Untuk melihat perubahan tersebut, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan harapan terjadi peningkatan terhadap penyesuaian sosial peserta didik.

Setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dilaksanakan, peneliti mendapatkan data *post-test* penyesuaian sosial peserta didik pada masing-masing aspek. Skor rata-rata pada aspek Menghormati yaitu 31,5 aspek Berelasi dengan rata-rata 16,5 aspek Empati dengan rata-rata 18,6 aspek Rendah Hati dengan rata-rata 13 dan aspek Mematuhi Peraturan dengan rata-rata 14,3. Data ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dari data *posttest* yang didapat sebelumnya dengan jumlah skor rata-rata *post-test* sebesar 94 masuk kategori mutu tinggi.

Selanjutnya perbedaan skor peserta didik dapat dilihat dari jumlah skor *pre-test* dan *post-test*. Skor *pre-test* diperoleh rata-rata 70 yang masuk dalam kategori mutu

rendah, sedangkan skor post-test diperoleh rata-rata sebesar 94 yang masuk pada kategori mutu cukup tinggi dengan selisih skor pre-test dan post-test yaitu 24. Ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan tentang penyesuaian sosial peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok

Penelitian menggunakan taraf signifikai (α) sebesar 0,05 yang juga disebut sebagai taraf arti atau taraf nyata. Maka, peneliti yakin hipotesis diterima sebesar 95% dan terjadi peluang kesalahan 5%. Hal ini berarti kira-kira sebesar 5% terjadi peluang kesalahan dengan menolak hipotesis yang seharusnya diterima. Kriteria pengujian H_0 tolak jika $t_{hitung} > t_{tabel}$. Hasil uji beda diperoleh $t_{hitung} = > 2,015$ dari signifikasi 0,05 dan derajat kebebasan ($dk = n-1 = 6-1 = 5$), dengan demikian H_0 ditolak. Maka, ada pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020.

B. Pembahasan

Layanan Bimbingan Kelompok memiliki pengaruh besar terhadap Penyesuaian Sosial peserta didik, salah satunya adalah peserta didik mampu menerapkan penyesuaian sosial dalam kehidupan sehari-hari. Setelah melakukan analisis data yang dilakukan di SMA Negeri 1 Punggur Lampung Tengah bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap penyesuaian sosial peserta didik dengan perolehan $t_{hitung} =$

sedangkan $t_{tabel} = 2,015$ dari signifikan (α) sebesar 0,05 dan derajat kebebasan ($dk = n-1 = 6-1 = 5$). Berdasarkan hal tersebut maka terdapat pengaruh yang signifikan antara $t_{hitung} > t_{tabel}$.

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Rio Sardi, Zulfam Saam, dan Tri Umari (2019) tentang pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial siswa SMP N 7 Tambang yang berbunyi: Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial pada siswa kelas VII SMP N 7 Tambang berdasarkan hasil korelasi rank spearman ternyata dapat disimpulkan bahwa pengaruh bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial berada pada kategori kuat 0,793 dengan persentase sebesar 79,3%.

Sedangkan menurut Binnet dalam Narti (2014) tujuan layanan bimbingan kelompok ialah: (a) memberikan kesempatan pada peserta didik belajar hal-hal yang

penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial; (b) memberikan layanan-layanan penyembuhan; (c) untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif dari pada melalui kegiatan individual; (d) untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif.

Sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik SMA N 1 Punggur Lampung Tengah tahun pelajaran 2019/2020 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian sosial peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan setelah peserta didik mendapatkan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian “pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik SMA N 1 Punggur Lampung tengah tahun 2019/2020 dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh positif pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian sosial peserta didik. Besarnya pengaruh dapat dilihat dari hasil *pretest* dengan skor rata-rata 70 yang masuk dalam kategori mutu rendah, sedangkan skor *post-test* diperoleh rata-rata sebesar 94 yang masuk pada kategori mutu cukup tinggi dengan selisih skor *pre-test* dan *post-test* yaitu 24. Pengujian hipotesis didapatkan hasil yaitu $t_{hitung} = 12,5339 > 2,015$ dari signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan ($dk = n-1 = 6-1 = 5$), dengan demikian H_0 ditolak. Hal ini berarti apabila pemberian layanan bimbingan kelompok ditingkatkan dan dioptimalkan, maka penyesuaian sosial peserta didik akan meningkat dan menjadi lebih baik lagi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan adanya peningkatan penyesuaian sosial setelah mendapatkan perlakuan berupa bimbingan kelompok, maka penulis akan memberikan saran-saran diantaranya sebagai berikut:

1. Agar penyesuaian sosial peserta didik meningkat sebaiknya guru Bimbingan dan

- Konseling menggunakan layanan bimbingan kelompok.
2. Bagi peneliti lain, supaya proses layanan bimbingan kelompok lebih baik bisa dtambahkan media atau permainan, agar penyesuaian sosial peserta didik meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Gerungan, W. A. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Gunarta, M. 2015. *Konsep diri, dukungan sosial dan penyesuaian sosial mahasiswa pendatang di Bali*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4, 183-194.

Hartati Sofia. 2005. *Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Narti, Sri. 2014. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Prayitno. 2012. *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.

Rio Sardi, Zulfan Saam, Tri Umari. 2019. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa SMP Negeri 7 Tambang*. Vol 6