

# PENINGKATAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Ahmad Yanizon

Dosen Tetap Prodi Pendidikan Bimbingan Konseling FKIP UNRIKA Batam

## Abstract:

*Low social adjustment of students who can hinder the development of adolescents, including social relationships with peers. Group counseling can be used to improve the social adjustment of students. This study aimed to reveal students' social adjustment through group counseling services. An experimental pretest and posttest control group design was used to test whether the guidance of a group can better improve the social adjustment of students. Two groups of students selected from a purposive sample of MAN 1 Curup and MAN 1 Kepahiang. Each group consisted of 10 students. Guidance for the experimental group performed in six sessions. Data the social adjustment of pretest-posttest gathered through. The findings of this study were: (1) there are significant differences between pre-test and post test experimental group on social adjustment. (2) there was no difference in pre-and post-test control group students on social adjustment. (3) there are significant differences in social adjustment between the experimental and control groups. Based on these findings, it can be concluded that students' social adjustment can be enhanced through the guidance of the group.*

**Kata kunci:** *Penyesuaian Sosial Siswa, Layanan Bimbingan Kelompok*

## PENDAHULUAN

Satu hal yang menjadi perhatian para siswa ketika memasuki lingkungan sekolah baru adalah beradaptasi dengan lingkungan tersebut. Adaptasi ini merupakan cara siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru dimasukinya terutama dalam hal penyesuaian sosial dengan teman sebaya. Melalui penyesuaian sosial, para siswa memperoleh pemuasan akan kebutuhan-kebutuhannya.

Masa remaja merupakan masa yang singkat dan sulit dalam perkembangan kehidupan manusia. Menurut Chaplin (2004:12), *adolescence* adalah periode antara pubertas dan kedewasaan, usia yang diperkirakan 12 sampai 21 tahun bagi anak perempuan yang lebih cepat matang dibandingkan anak laki-laki, dan antara 13 hingga 22 tahun bagi anak laki-laki.

Salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dicapai adalah berkaitan dengan hubungan sosial. Havighurst (dalam Syamsu Yusuf, 2006:74). mengemukakan tugas-tugas perkembangan sosial pada masa remaja yaitu:

1. Mencapai hubungan sosial yang lebih matang dengan teman-teman sebaya, baik dengan teman sejenis maupun dengan lawan jenis.
2. Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita artinya dapat menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan yang berlaku di masyarakat.
3. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial yang berlaku di dalam masyarakat

Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan di atas mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik sehingga remaja yang bersangkutan dapat merasa bahagia, harmonis dan dapat menjadi orang yang produktif, namun sebaiknya apabila gagal, maka remaja akan mengalami ketidak bahagian atau kesulitan dalam kehidupannya. Sedangkan Hurlock (2004:287) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri pada orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok khususnya. Penyesuaian sosial sebagai proses dari penyesuaian diri berlangsung secara kontinue, di mana dalam kehidupannya, seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yaitu diri dan lingkungan sekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu

membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain. Menurut Kartono (2000:259) penyesuaian adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif lainnya sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Istilah penyesuaian mengacu kepada seberapa jauhnya kepribadian seseorang mempunyai manfaat secara baik dan efisien dalam masyarakat.

Proses penyesuaian sosial yang dilakukan remaja berbeda-beda dalam arti bersifat unik. Keunikan tersebut bermula pada hakekat kepribadian itu sendiri yang merupakan pembentukan faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu remaja dan faktor dari luar yaitu lingkungan. Ketidakmampuan remaja dalam melakukan pilihan, yang juga berarti tidak mampu mengambil keputusan, merupakan indikator ketidakmampuan menyesuaikan diri.

Menurut Schneiders (dalam Moh. Ali dan Moh. Asrori, 2005:181), setidaknya ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian sosial individu, yaitu:

1. Kondisi fisik, meliputi: hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh, dan kesehatan fisik.
2. Kepribadian, meliputi: kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), pengaturan diri (*self-regulation*), realisasi diri (*selfrealization*), dan intelegensi.
3. Edukasi atau pendidikan, meliputi: belajar, pengalaman, latihan, dan determinasi diri.
4. Lingkungan, meliputi: lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat.
5. Agama dan budaya

Remaja dianggap memiliki penyesuaian sosial yang baik, jika perilaku remaja tersebut mencerminkan keberhasilan dalam proses sosialisasi sehingga cocok dengan tempat mereka menggabungkan diri dan diterima sebagai anggota kelompok maupun anggota masyarakat. Jika dikaitkan dengan lingkungan sekolah, penyesuaian sosial siswa yang efektif akan tercermin dalam sikap atau perilaku saling menghargai dan menerima hubungan interpersonal dengan guru, pembimbing, teman sebaya, mentaati peraturan sekolah dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar dan kegiatan lainnya di sekolah. Penyesuaian sosial siswa yang efektif akan memberikan dampak positif terhadap penerimaan siswa dalam kelompoknya.

Hurlock (1997:287) menyebutkan terdapat empat kriteria dalam menentukan sejauh mana penyesuaian sosial seseorang mencapai ukuran baik, yaitu sebagai berikut:

1. Penampilan nyata melalui sikap dan tingkah laku yang nyata (*overt performance*)  
Perilaku sosial individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata adalah a) aktualisasi diri yaitu proses menjadi diri sendiri, mengembangkan sifat-sifat dan potensi diri, b) keterampilan menjalin hubungan antar manusia yaitu kemampuan berkomunikasi, kemampuan berorganisasi, dan c) kesediaan untuk terbuka pada orang lain, yang mana sikap terbuka adalah sikap untuk bersedia memberikan dan sikap untuk bersedia menerima pengetahuan atau informasi dari pihak lain.
2. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok  
Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah a) kerja sama dengan kelompok yaitu proses beregu (berkelompok) yang mana anggota-anggotanya mendukung dan saling mengandalkan untuk mencapai suatu hasil mufakat, b) tanggung jawab yaitu sesuatu yang harus kita lakukan agar kita menerima sesuatu yang dinamakan hak, dan c) setia kawan yaitu saling berbagi, saling memotivasi dalam kebaikan.
3. Sikap sosial

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap sosial adalah ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat, berempati, dapat menghormati dan menghargai pendapat orang lain.

#### 4. Kepuasan pribadi

Individu harus dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kepercayaan diri, disiplin diri dan kehidupan yang bermakna dan terarah.

Sedangkan karakteristik penyesuaian sosial remaja menurut Schneiders (dalam Syamsu Yusuf, 2006:199) adalah sebagai berikut:

##### 1. *Penyesuaian sosial di lingkungan keluarga, meliputi:*

- a) Menjalinkan hubungan yang baik dengan para anggota keluarga (orangtua dan saudara).
- b) Menerima otoritas orangtua (mau mentaati peraturan yang ditetapkan orangtua).
- c) Menerima tanggung jawab dan batasan-batasan (norma keluarga).
- d) Berusaha untuk membantu anggota keluarga, sebagai individu maupun kelompok dalam mencapai tujuannya.

##### 2. *Penyesuaian sosial di lingkungan sekolah:*

- a) Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.
- b) Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah.
- c) Menjalinkan persahabatan dengan teman-teman di sekolah.
- d) Bersikap hormat terhadap guru, pemimpin sekolah, dan staf lainnya.
- e) Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan-tujuannya.

##### 3. *Penyesuaian sosial di lingkungan masyarakat:*

- a) Mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain.
- b) Memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain.
- c) Bersikap simpati, dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain
- d) Bersikap respek terhadap nilai-nilai, hukum, tradisi, dan kebijakan kebijakan masyarakat.

Menurut Sundari (2005:43) seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang positif apabila ia dapat menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

##### 1. Tidak adanya ketegangan emosi.

Bila individu menghadapi masalah, emosinya tetap tenang, tidak panik, sehingga dalam memecahkan masalah dengan menggunakan rasio dan dapat mengendalikan emosinya.

##### 2. Dalam memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan rasional, mengarah pada masalah yang dihadapi secara langsung dan mampu menerima segala akibatnya.

##### 3. Dalam memecahkan masalah bersikap realistis dan objektif.

Bila seseorang menghadapi masalah segera dihadapi secara apa adanya, tidak ditunda-tunda. Apapun yang terjadi dihadapi secara wajar tidak menjadi frustrasi, konflik maupun kecemasan.

##### 4. Mampu mempelajari ilmu pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi, sehingga dengan pengetahuan itu dapat digunakan menanggulangi timbulnya masalah.

5. Dalam menghadapi masalah butuh kesanggupan membandingkan pengalaman diri sendiri maupun pengalaman orang lain, yang mana pengalaman-pengalaman ini memberikan sumbangan dalam membantu memecahkan masalah.

Lawton (dalam Hurlock, 1999:258) mengemukakan dua puluh ciri yang dapat digunakan untuk mendeskripsikan dan menilai orang yang memiliki penyesuaian sosial yang baik, di antaranya:

1. Mampu dan bersedia menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia.
2. Berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tingkat usia.
3. Segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian.
4. Senang menyelesaikan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan.
5. Mengambil keputusan dengan senang, tanpa konflik, dan tanpa banyak meminta nasihat.
6. Belajar dari kegagalan dan tidak mencari-cari alasan untuk menjelaskan kegagalan.
7. Dapat menunjukkan kasih sayang secara langsung dengan cara dan takaran yang sesuai.
8. Dapat menahan sakit dan frustrasi emosional bila perlu
9. Dapat memusatkan energi pada tujuan yang penting.
10. Menerima kenyataan bahwa hidup adalah perjuangan yang tak kunjung berakhir

Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri penyesuaian sosial yang baik adalah individu yang mampu memenuhi harapan lingkungannya, bersedia menerima tanggung jawab dan berani mengambil resiko atas perbuatannya, dapat bekerja sama dengan orang, saling menghormati dan menghargai orang lain, disiplin dalam tugas dan masalah yang terjadi dalam lingkungan kelompok, memiliki prestasi yang baik.

Oleh karena itu, peneliti mencoba memberikan alternatif sebagai upaya membantu siswa mengatasi penyesuaian sosialnya di sekolah yaitu dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai bentuk pelayanan untuk membantu siswa dalam meningkatkan penyesuaian sosial tersebut. Peneliti mencoba memanfaatkan dinamika kelompok yang aktif dan materi-materi yang terkait dengan penyesuaian sosial, dengan pertimbangan bahwa dinamika kelompok yang aktif, akan menciptakan suasana yang hangat antara anggota kelompok, anggota kelompok saling berinteraksi, toleransi, saling menghargai pendapat, ide, gagasan dan saran serta meningkatkan keberanian anggota kelompok untuk mengungkapkan buah pikirannya tanpa ragu, malu-malu bahkan takut.

## **METODOLOGI**

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta diadakannya kontrol terhadap variabel tertentu (Iqbal Hasan, 2006:10). Dalam penelitian eksperimen, dibedakan pengertian antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Menurut A. Muri Yusuf (2005:217) penelitian eksperimen memungkinkan peneliti sendiri untuk mengontrol variabel bebas dan variabel yang lain sehingga tingkat kepastian jawaban hasil penelitian jauh lebih terkontrol dibandingkan dari jenis penelitian (*ex post facto*), baik ditinjau dari segi validitas internal maupun eksternal. Jenis desain eksperimen yang paling tepat untuk penelitian ini adalah *Quasi Experiment* atau eksperimen semu, yaitu suatu desain eksperimen yang memungkinkan peneliti mengendalikan variabel sebanyak mungkin dari situasi yang ada.

## **HASIL PENELITIAN**

Dalam bab ini akan dijelaskan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di kelas IPA IX MAN 1 Kepahiang sebanyak 10 orang sebagai sampel kelompok kontrol dan kelas IPA IX

MAN 1 Curup sebanyak 10 orang sebagai kelompok eksperimen. Perbedaan sekolah peneliti lakukan untuk mencegah adanya interaksi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang dikhawatirkan hasil perlakuan menjadi bias atau mempengaruhi kemurnian pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan selama kurang lebih satu bulan, yaitu dari bulan Juni hingga bulan Juli 2012. Secara spesifik penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan penyesuaian sosial siswa. Data-data yang diperoleh adalah hasil *pretest* dan *posttest* berkaitan dengan penyesuaian sosial siswa. Instrumen penyesuaian sosial digunakan untuk mengetahui kondisi penyesuaian sosial siswa. Berdasarkan data yang peneliti peroleh, maka dapat dideskripsikan hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan (*Pretest*) dan setelah diberikan perlakuan (*Posttest*), dimana pengolahan data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17,00 *for windows*.

### 1. Hasil *Pretest*

Sesuai dengan tujuan dilakukannya *pretest*, yaitu untuk mengetahui gambaran awal kondisi penyesuaian sosial siswa sebelum diberikan perlakuan. Berikut ini disajikan kondisi penyesuaian sosial siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

**Tabel 1. Kondisi Penyesuaian Sosial siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

NO	Kode Responden	Penyesuaian Sosial				
		Eksperimen		Kontrol		
		Skor	Kategori	Kode	Skor	Kategori
1	DNA	210	Sedang	HMW	186	Rendah
2	FRZ	189	Sedang	RSW	181	Rendah
3	IRV	219	Sedang	MSP	196	Sedang
4	NHY	217	Sedang	SST	212	Sedang
5	NRL	217	Sedang	EVT	214	Sedang
6	NRK	168	Rendah	MZH	219	Tinggi
7	RKY	214	Sedang	RKI	209	Sedang
8	PRT	205	Sedang	SPT	211	Sedang
9	SLP	206	Sedang	PSR	205	Sedang
10	YLT	182	Rendah	PRL	199	Sedang

Hasil dari pembagian kelompok berdasarkan data-data yang didapatkan tersebut, menghasilkan data rata-rata tiap-tiap kelompok sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Nilai Mean pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Tahap *Pre-test***

Sample		N	Mean
			Penyesuaian sosial
<i>Pretest</i>	Eksperimen	10	203,2

	Kontrol	10	202,7
	Total	20	

Dari data tersebut di atas, dapat dilihat bahwa rata-rata skor *pre-test* pada kelompok eksperimen sebesar 203,2 dan kelompok kontrol 202,7. Hal ini berarti menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki rata-rata penyesuaian sosial yang sama.

## 2. Hasil *Post-Test*

Setelah pemberian perlakuan sebanyak enam kali pertemuan kepada kelompok eksperimen selama 4 minggu, kemudian peneliti mengukur tingkat penyesuaian sosial pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun hasil pengukuran skala penyesuaian sosial pada kelompok eksperimen dan kontrol tersebut adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. Kondisi Penyesuaian Sosial *Posttest* Masing-masing Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

No	Kode	Penyesuaian Sosial				
		Eksperimen		Kode	Kontrol	
		Skor	Kategori		Skor	Kategori
1.	DNA	228	Tinggi	HMW	188	Rendah
2.	FRZ	223	Tinggi	RSW	180	Rendah
3.	IRV	226	Tinggi	MSP	198	Sedang
4.	NHY	229	Tinggi	SST	211	Sedang
5.	NRL	233	Tinggi	EVT	215	Sedang
6.	NRK	219	Sedang	MZH	223	Tinggi
7.	RKY	232	Tinggi	RKI	208	Sedang
8.	PRT	236	Tinggi	SPT	213	Sedang
9.	SLP	243	Tinggi	PSR	205	Sedang
10.	YLT	221	Tinggi	PRL	200	Sedang

Dari hasil skoring skala *Penyesuaian Sosial* di atas, maka dapat dilihat perbedaan nilai antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Apabila dilihat dari perbedaan rata-rata antara kelompok eksperimen setelah pemberian perlakuan dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan adalah sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Nilai Mean pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Tahap *Posttest***

Sample		N	Mean Penyesuaian Sosial
<i>Pretest</i>	Eksperimen	10	229
	Kontrol	10	203,5
	Total	20	

Dari data tersebut diatas, dapat dilihat bahwa rata-rata pada kedua kelompok tidaklah sama, kelompok eksperimen Penyesuaian Sosial tergolong dalam kategori tinggi, sedangkan kelompok kontrol tetap berada pada kategori sedang.

## 1. Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ialah “**Terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian sosial siswa kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok (*posttest*)**”. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan teknik analisis statistik *Wicoxon's Signed Ranks Test* melalui program komputer SPSS versi 17.0 Berdasarkan hal tersebut didapatkan hasil perhitungan seperti yang terangkum pada tabel 19 dan 20 berikut ini.

**Tabel 5 . Hasil analisis *Wicoxon's Signed Ranks Test* perbedaan Penyesuaian Sosial pada *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen**

Test Statistik				
	Z	Z Hitung	Tabel	ymp. Sig. (2-tailed)
Pretest- Posttest	-2,803	55	8	0.005

Terlihat bahwa angka probabilitas *Asymp. Sig. (2-tailed)* penyesuaian sosial kelompok eksperimen sebesar 0,005, atau probabilitas dibawah alpha 0,05 ( $0,005 < 0,05$ ). Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian maka hipotesis pertama yang diuji dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “terdapat perbedaan yang signifikan pada penyesuaian sosial siswa kelompok eksperimen sebelum dan setelah mendapat perlakuan layanan bimbingan kelompok.”

Berdasarkan hasil tersebut diatas dapat diartikan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok. maka peningkatan yang terjadi antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen signifikan.

## 2. Pengujian Hipotesis Kedua

Pada hipotesis kedua yang diuji dalam penelitian ini adalah “**Tidak terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian sosial siswa kelompok kontrol pada *pre-test* dan *post-test* (tanpa perlakuan layanan bimbingan kelompok)**”. Hipotesis kedua penelitian ini juga akan diuji menggunakan analisis ststistik dengan teknik *Wicoxon's Signed Ranks Test* dengan program SPSS versi 17.0. Analisis ini dipilih karena teknik ini menggunakan data yang berpasangan dengan dua sampel yang berhubungan. Adapun hasil perhitungan terangkum pada tabel 21 berikut.

**Tabel 7. Hasil analisis *Wilcoxon signed rank test* perbedaan Penyesuaian Sosial antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen**

Test Statistik				
	Z	Hitung	Tabel	ymp. Sig. (2-tailed)
etest- Posttest	-1,599	36	8	0.102

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0.102. Dari hasil tersebut ditemukan bahwa nilai *asypm. Sig* hasil perhitungan lebih besar daripada nilai *asypm Sig* pada tabel kritis ( $0,102 \geq 0,05$ ). Maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada Penyesuaian Sosial siswa kelompok kontrol sebelum dan setelah mendapat perlakuan bimbingan kelompok.

Selain itu sebaran angka yang diperoleh pada kelompok kontrol tidak merata, dalam arti ada yang mengalami peningkatan, dan ada yang tetap perolehannya.

### 3. Pengujian Hipotesis Ketiga

Untuk menguji hipotesis ketiga ini digunakan teknik *Kolmogorov Smirnov 2 Independent Sampels*, yang menyatakan “**Terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian sosial siswa kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok, dengan siswa kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok**”. Berdasarkan hal tersebut didapatkan hasil pengujian seperti terangkum pada tabel 8 di bawah ini.

**Tabel 8. Hasil Analisis *Kolmogorov-Smirnov 2 independent samples posttest variable Penyesuaian Sosial* kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol**

Test Statistics <sup>a</sup>		
		Postest <i>penyesuaian sosial</i>
<b>Most Extreme Differences</b>	Absolute	,900
	Positive	,900
	Negative	,000
<b>Kolmogorov-Smirnov Z</b>		2.012
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		.001
<b>a. Grouping Variable: Kelompok</b>		

Berdasarkan tabel 8 di atas, dapat terlihat bahwa pada kolom Asymp.Sig. (2-tailed)/significance untuk uji dua sisi adalah 0.001, atau probabilitas di atas 0.05 ( $0.000 \leq 0.05$ ). Maka  $H_1$  ditolak dan  $H_0$  diterima. Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan Penyesuaian Sosial siswa kelompok eksperimen dengan siswa kelompok kontrol setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

Dari uraian di atas juga dapat menjawab hipotesis mayor yang berbunyi bahwa “**Layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan Penyesuaian Sosial siswa**”.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama yang berbunyi “**Terdapat perbedaan yang signifikan pada penyesuaian sosial siswa kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok (*posttest*).**” Pengujian dilakukan dengan Wilcoxon Signed Rank Test dengan menggunakan program SPSS. Diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan skor penyesuaian sosial siswa pada *pretest* dan *posttest*. Hal ini dibuktikan bahwa pada variabel penyesuaian sosial diperoleh Z sebesar -2,805 a Asymp. Sig. (2-tailed) 0,005. Berdasarkan data tersebut maka dapat diartikan penyesuaian sosial siswa meningkat setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Penyesuaian sosial siswa adalah hal yang penting dimiliki oleh siswa, oleh karenanya perlu suatu upaya untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian sosialnya. Layanan bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang terbukti efektif membantu meningkatkan penyesuaian sosial siswa. Hal ini dapat dilihat dimana hasil *pretest* (sebelum perlakuan) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan, rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Rata-rata tingkat penyesuaian

sosial untuk kelompok eksperimen adalah 203,2, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tingkat penyesuaian sosial sebesar 202,7. Ini berarti kedua kelompok sama-sama berada pada kategori sedang. Setelah layanan bimbingan kelompok diberikan kepada kelompok eksperimen tingkat penyesuaian sosial siswa menjadi meningkat, yang mana semula berada pada kategori sedang, berubah menjadi kategori tinggi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan tetap berada pada kategori sedang. Dengan demikian penyesuaian sosial siswa itu bisa meningkat apabila didukung oleh beberapa faktor yang mana faktor tersebut berada disekitar siswa itu sendiri.

Melalui layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan enam sesi dengan topik-topik: (1) mengenal dan mengembangkan diri, (2) memahami diri sebagai makhluk sosial, (3) manajemen pergaulan, (4) mengembangkan komunikasi, (5) mengembangkan sikap sosial, (6) menjadi pribadi yang menyenangkan terbukti siswa lebih meningkat dalam hal penyesuaian sosial secara general/umum yaitu penyesuaian sosial yang mengacu kepada persepsi individu terhadap kemampuan yang ia miliki untuk sukses dalam berhubungan sosial dengan orang lain. Kenyataan di atas sesuai dengan pendapat Soekanto (2002) yang menyatakan bahwa interaksi sosial adalah kunci dari semua kehidupan sosial karena tanpa interaksi tidak akan mungkin ada kehidupan bersama-sama. Pergaulan hidup akan terjadi apabila antar individu atau kelompok bekerja sama, saling berbicara, dan seterusnya untuk mencapai tujuan bersama, mengadakan persaingan dan pertikaian.

Penyesuaian sosial dapat terjadi dimana saja dan kapan saja. Penyesuaian sosial juga akan terjadi di lingkungan sekolah. Kemampuan siswa dalam melakukan penyesuaian sosial antara siswa yang satu dengan siswa yang lain tidak sama. Siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang tinggi, dapat terlihat dari sikap yang senang akan kegiatan yang bersifat kelompok, tertarik berkomunikasi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerja sama, dan sadar akan kodrat sebagai makhluk sosial. Sehingga akan mudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan ia tidak akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain. Sebaliknya siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain. Masalah yang dialami oleh siswa tersebut yang berkaitan dengan penyesuaian sosial yang rendah memerlukan bantuan konselor.

Hipotesis kedua yang berbunyi **“Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada penyesuaian sosial siswa kelompok kontrol pada *pretest* dan *posttest* (tanpa perlakuan layanan bimbingan kelompok).”** Pengujian juga dilakukan dengan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil pengujian membuktikan bahwa pada kelompok kontrol hasil *pretest* penyesuaian sosial tidak berbeda dengan hasil *posttest*. Variabel penyesuaian sosial Z sebesar -1,634(a) pada Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,102. Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat diasumsikan bahwa karena tidak diberi perlakuan pada kelompok kontrol, maka hasil penyesuaian sosial siswa tidak mengalami perbedaan secara signifikan.

Sedangkan berdasarkan hasil pengujian hipotesis ketiga yang berbunyi **”Terdapat perbedaan yang signifikan pada Penyesuaian Sosial siswa kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok, dengan siswa kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok”**. Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian sosial siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Adanya perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen diduga sebagai akibat dari perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang diberikan. Mungin (2005: 17) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana 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.

Pendapat diatas juga berkaitan dengan Ahmadi (1999:59), masalah sosial lebih efektif, lebih efisien dan relevan jika ditangani melalui bentuk bimbingan kelompok. Hal ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok secara nyata menyebabkan meningkatnya penyesuaian sosial siswa. Hal ini dikarenakan dalam layanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok yang terjadi dalam kegiatan layanan ini berupa sharing atau pertukaran ide dan pemikiran diantara peserta layanan memungkinkan terjadinya interaksi, keakraban dan saling memotivasi satu sama lain, sehingga siswa menjadi lebih percaya diri.

Menurut Prayitno (1995:23) dengan mengaktifkan dinamika kelompok memberikan kesempatan yang sama kepada anggota kelompok untuk berperan aktif mengeluarkan pendapat, berbicara secara terbuka, dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan dapat melatih pengendalian diri siswa, secara lebih khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang dapat meningkatkan penyesuaian sosial siswa. Kesimpulan tersebut di atas mendukung pendapat Prayitno (1995:66) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling kelompok dalam gerak dinamika kelompok dapat mengembangkan kemampuan sosial, berkepribadian mantap, keterampilan komunikasi efektif, sikap bertenggang rasa, memberi dan menerima toleran, bersikap demokratis dan memiliki tanggung jawab sosial dengan kemandirian yang kuat. Berdasarkan hasil analisis data di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan Penyesuaian Sosial siswa.

## **SIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok bermanfaat sekali dalam upaya meningkatkan penyesuaian sosial siswa. Layanan bimbingan kelompok yang bersifat aktif, dinamis, bebas, terbuka, meluas dan melibatkan siswa memungkinkan berkembangnya suasana kejiwaan yang sehat dengan spontanitas, sosialisasi yang baik, perasaan senang, empati, santai, dapat meningkatkan pemahaman, kesadaran diri, optimis serta dapat membuat sebuah komitmen untuk meningkatkan rasa percaya diri, rasa saling menghargai, empati, mampu bergaul dengan sesama dan yakin akan kemampuan yang dimiliki. Pada akhirnya diharapkan dengan memiliki penyesuaian sosial yang baik.

### **Implikasi**

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengenai penyesuaian sosial siswa sebagaimana dikemukakan pada Bab IV, menunjukkan adanya peningkatan pada kelompok eksperimen. Pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum perlakuan memiliki kesamaan dalam penyesuaian sosial. Hal ini dapat dibuktikan dengan melihat hasil *pretest* pada kedua kelompok. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, kondisi penyesuaian sosial kelompok eksperimen secara signifikan mengalami perubahan yang lebih baik atau meningkat. Hasil yang diperoleh melalui penelitian eksperimen ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi konselor sekolah dan personil sekolah lainnya dalam menyikapi rendahnya penyesuaian sosial siswa, sehingga dapat memberikan pelayanan yang tepat untuk diberikan kepada siswa. Melalui kegiatan bimbingan kelompok yang mampu menjangkau jumlah siswa lebih banyak dapat mengembangkan berbagai potensi siswa secara optimal dan memecahkan berbagai permasalahan yang mereka alami.

Hendaknya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dapat lebih diintensifkan dan diutamakan baik dalam bentuk orientasi dan sosialisasi maupun implementasi ke dalam bentuk program di sekolah. Oleh karena itu perlulah peran serta yang aktif dari kepala sekolah, konselor sekolah, serta siswa. Temuan ini dapat menjadi masukan bagi semua pihak yang terlibat dengan proses pendidikan baik di sekolah maupun di luar sekolah (orangtua) karena dengan perhatian kedua belah pihak akan menjadikan siswa sebagai individu yang berkembang dengan optimal.

### **Saran**

Berdasarkan hasil-hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut penelitian ini. Beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut Bagi Guru Pembimbing (a) Disarankan untuk meningkatkan frekuensi penggunaan layanan bimbingan kelompok di sekolah yang disertai dengan adanya pengawasan dari guru dan konselor, karena bimbingan kelompok dapat mengarahkan siswa kepada berbagai pengalaman belajar secara terpadu dalam bentuk bimbingan kelompok, dan mampu mendorong siswa untuk BMB3 (berfikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab), yang dihubungkan dengan masalah penyesuaian sosial yang dimiliki siswa. (b) Layanan bimbingan kelompok akan terlaksana secara intensif, bila terprogram secara terpadu dengan program sekolah. Untuk itu disarankan pada konselor sekolah dalam wadah Musyawarah Guru Pembimbing (MGP) agar memprogramkan kegiatan bimbingan kelompok dalam program pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. (c) Bagi Peserta Didik Setelah mengikuti bimbingan kelompok siswa agar termotivasi, untuk meningkatkan penyesuaian sosialnya, juga mengembangkan sikap terbuka, belajar untuk bergaul dengan sehat sesama teman sebaya, serta mengembangkan keterampilan berkomunikasi. (d) Untuk penelitian selanjutnya, direkomendasikan untuk mempelajari aspek lain yang berkontribusi pada peningkatan penyesuaian sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok yang kreatif dan inovatif

### **DAFTAR RUJUKAN**

- A.Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian : Dasar-dasar Penyelidikan Ilmiah*. Padang :UNP Press.
- Abu Ahmadi 1999. *Psikologi Sosial*. Jakarta:PT. Rineka Cipta.
- Chaplin, J. P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Hurlock, Elizabeth B. 1997. *Perkembangan Anak jilid 1*. Jakarta : Erlangga.
- Iqbal Hasan, 2006. *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- John J. Shaughnessy, dkk., 2007. *Metodologi Penelitian Psikologi* edisi ketujuh, terj., Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto (Yogyakarta: Pustaka Pelajar).
- Kartini Kartono. 2003. *Kamus Psikologi*. Bandung : Pionir Jaya
- \_\_\_\_\_. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung : Mandar Maju.
- Moh. Ali dan Moh. Asrori. 2006. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Mungin Edi Wibowo, 2005. "*Konseling Kelompok Perkembangan*". Semarang: UNNES Press.

- Prayitno. 1995. “*Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*” Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Syamsu Yusuf. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Santrock, John W. 2002. *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup*. (edisi kelima jilid dua, alih bahasa Juda Damanik dan Achmad Chusairi). Jakarta : Erlangga.
- Sharon Wynne, M.S. 2008. *Guidance and Counseling PK-12 Teacher Certification Exam*. United States of Amerika
- Siti Sundari. 2005. *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta : PT Rineka Cipta