



**UPAYA GURU BK DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
KELAS VII DI SMP SWASTA AL-ULUM MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Bimbingan Dan Konseling Islam (S.Pd)
Pada Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*

OLEH:

**ELFIRA MUNIROH MANURUNG
NIM. 33.16.3.217**

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN**

2021



**UPAYA GURU BK DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
KELAS VII DI SMP SWASTA AL-ULUM MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas Memenuhi Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

OLEH:

ELFIRA MUNIROH MANURUNG
33.16.3.217

Pembimbing I

Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 195510101988031002

Pembimbing II

Sri Wahyuni, S.Psi. M.Psi
NIP.197406212014112002

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN**

2021

Nomor : Istimewa Medan, Maret 2021
Lampiran : - Kepada Yth.
Hal : Skripsi Bapak Dekan Fakultas
An. Elfira M. Manurung Tarbiyah dan Keguruan
UINSU
Di-
Medan

Assalamualaikum Wr.Wb

Dengan Hormat,

Setelah membaca, meneliti, dan memberi saran-saran perbaikan sepenuhnya terhadap skripsi A.n Elfira Muniroh Manurung yang berjudul **“Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP Swasta Al-Ulum Medan”**. Kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk di munaqosahkan pada siding Munaqosah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.

Demikian kami sampaikan atas perhatian saudara kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Pembimbing I



Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 195510101988031002

Pembimbing II



Sri Wahyuni, S.Psi. M.Psi
NIP.197406212014112002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elfira Muniroh Manurung

NIM : 0303163217

T. Tanggal Lahir : Bah Jambi, 28 Juli 1999

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

Alamat : Emplasmen Bah jambi Kecamatan Jawa Maraja Bah
Jambi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul **“Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP Swasta Al-Ulum Medan”** merupakan hal karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila terdapat kesalahan dan kekeliruan di dalamnya maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, Maret 2021

Yang Membuat Pernyataan

Elfira Muniroh Manurung
NIM: 0303163217

ABSTRAK



Nama : Elfira Muniroh Manurung
NIM : 0303163217
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Pembimbing I : Dr. Tarmizi, M.Pd
Pembimbing II: Sri Wahyuni, S.Psi. M.Psi
Judul : Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP Swasta Al-Ulum Medan

Kata kunci: Guru BK, Meningkatkan Penyesuaian diri, Layanan bimbingan kelompok

SMP Swasta Al-Ulum Medan khususnya kelas VII terdapat beberapa siswa penyesuaian dirinya yang menurun seperti kurang percaya diri, kurang beradaptasi dengan teman dan lingkungan sekolah, dan adanya rasa minder dengan siswa lain.

Penelitian ini bertujuan. 1. Mendeskripsikan bagaimana penyesuaian diri siswa di SMP Swasta Al-Ulum Medan. 2. Mendeskripsikan bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan. 3. Mendeskripsikan bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan.

Subjek penelitian ini adalah 10 siswa kelas VII dan guru BK. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif guna mendeskripsikan upaya guru BK. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian yaitu wawancara, observasi, dokumentasi. Sedangkan analisis data dari penelitian ini, dilakukan berdasarkan analisis deskriptif, yang mana analisis data terdiri dari reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa yang dilakukan dengan pemberian layanan bimbingan kelompok yang selama ini diberikan oleh guru BK kepada siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan secara sistematis dan berkelanjutan memberikan perubahan positif dan efektif mengurangi penyesuaian diri siswa. Perubahan itu ialah siswa menjadi lebih terbuka untuk beradaptasi dengan teman dan lingkungan sekolah.

Mengetahui
Pembimbing I

Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 195510101988031002

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah puji dan syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Yang mana telah memberikan kita segala kenikmatan rahmat dan karunia yang tak terhingga sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Selanjutnya tak lupa pula shalawat berangkaikan salam kita hadiahkan kepada baginda Nabi besar Muhammad SAW. Yang mana kita harapkan syafaatnya di hari akhir kelak.

Peneliti menyelesaikan proposal ini dengan judul **“Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP Swsta Al-Ulum Medan ”** guna memenuhi syarat dan melengkapi tugas-tugas dalam mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Peneliti menyadari bahwa di dalam menyelesaikan skripsi ini terdapat banyak hambatan yang peneliti alami, dan peneliti tidak menafikkan partisipasi beberapa pihak yang turut membantu peneliti dalam menyelesaikan proposal ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Mardianto M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
2. Ibunda Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi selaku Ketua Jurusan BKI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.

3. Bapak Dr. Tarmizi, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibunda Sri Wahyuni, S.Psi. M.Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Mahidin, M.Pd selaku Penasehat Akademik peneliti yang selalu memberikan semangat dan juga nasihat terbaiknya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan maksimal.
6. Seluruh dosen-dosen di Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah mengajar dan memberikan ilmunya kepada saya serta membantu saya menyelesaikan skripsi.
7. Pihak SMP Swasta Al-Ulum Medan yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi.
8. Teristimewa untuk kedua orang tuaku yang tidak dapat ternilai kasih sayangnya kepada almarhum ayahanda Timan Manurung, dan ibunda Fitri Yenni Purba, kepada abang tersayang M. Zainul Fiqri Manurung, S.P, kepada adik tersayang M. Hafiz Aman Manurung yang menemani dan membantu peneliti dan tidak pernah bosan memberikan dukungan moril.
9. Selanjutnya teristimewa juga untuk kekasihku, Abdul Jalil Nasution, S.H yang selalu memotivasi peneliti dan juga menemani peneliti dalam setiap keadaan tersulit sehingga peneliti mampu melewati segala hambatan dan kesulitan yang ada.

10. Sahabat-sahabat, Nurur Rizki, S.Pd, Balqis Tania, S.Pd, Nurjulia Sulistia Tanti, S.Pd, Ihda Almahrami, S.Pd, Mia Agustin, S.Pd, Andriani, S.Pd, Nazila Suhaya, S.Sos, Izun Situmorang, S.Pd dan teman seperjuangan Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang selalu menemani sejak awal perkuliahan hingga akhir baik suka dan duka.

Peneliti menyadari masih terdapat kekurangan dalam penelitian skripsi ini, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar kedepannya peneliti dapat memperbaikinya. Akhir kata peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna dan semoga Allah SWT selalu melindungi kita semua Amin.

Medan, Maret 2021

Peneliti

Elfira Muniroh Manurung
NIM: 0303163217

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. Bimbingan dan Konseling	8
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	8
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling	9
3. Pengertian Guru Bimbingan dan Konseling	10
4. Peranan Guru Bimbingan dan Konseling.....	11
B. Penyesuaian Diri	12
1. Pengertian Penyesuaian Diri	12
2. Karakteristik Penyesuaian Diri	18
3. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	24
4. Proses Penyesuaian Diri	26
C. Bimbingan Kelompok	28
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	28

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	31
3. Isi Layanan Bimbingan Kelompok	32
D. Penelitian Yang Relevan	33
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Pendekatan Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Subjek Penelitian.....	39
D. Teknik Pengumpulan Data.....	39
E. Teknik Analisis Data.....	42
F. Pemeriksaan Atau Pengecekan Keabsahan Data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Temuan Umum.....	45
B. Temuan Khusus.....	55
C. Pembahasan.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel I	Jumlah Tenaga Kerja Di SMP Swasta Al-Ulum Medan	48
Tabel II	Jumlah Siswa Kelas VII.....	52
Tabel III	Jumlah Siswa Kelas VIII	52
Tabel IV	Jumlah Siswa Kelas IX	53
Tabel V	Jumlah Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin.....	53
Tabel VI	Data Siswa Asuh Guru BK	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	RPL Bimbingan Konseling
Lampiran II	Materi Layanan Bimbingan Kelompok
Lampiran III	Draf Wawancara
Lampiran IV	Pedoman Dan Hasil Observasi
Lampiran V	Dokumentasi Foto

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja sudah mulai belajar untuk bermasyarakat, yang tidak pernah lepas tanpa kehadiran individu lain, manusia mempunyai dorongan untuk mengadakan hubungan dengan orang lain, manusia mempunyai dorongan sosial. Mc. Clelland , dengan adanya dorongan atau motif sosial pada manusia , maka manusia akan mencari orang lain untuk mengadakan hubungan atau untuk mengadakan interaksi¹. Dengan demikian maka akan terjadilah interaksi antara manusia satu dengan manusia yang lain.

Manusia dalam kehidupan kesehariannya tidak akan pernah terbebas dari berbagai perasaan yang tidak menyenangkan. Penyesuaian diri adalah salah satu aspek penting dalam usaha manusia untuk menguasai perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menelaraskan hubungan individu dengan realitas.

Penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan tercipta kelarasan antara individu dengan realitas.²

¹Bimo Walgito, (2003), *Psikologi Sosial*, Yogyakarta: Andi Offset, hal. 57.

²M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati S, (2019), *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, hal.49

Masa transisi pada remaja tidak hanya mencakup perubahan usia dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, tetapi juga dalam hal lingkungan terdekatnya, baik keluarga ataupun sekolah yang terjadi pada saat mereka pindah atau naik tingkatan dalam jenjang pendidikan. Dari pendidikan dasar ke pendidikan menengah dari menengah ke pendidikan tinggi dan seterusnya. Perpindahan remaja dari satu lingkungan ke lingkungan lain merupakan hal yang bisa dirasakan oleh siapa saja, tetapi untuk mampu menyesuaikan diri dan berhubungan baik dengan lingkungan yang baru tidak bisa dilalui dengan mudah begitu saja. Oleh karena itu, kemampuan penyesuaian diri sangat perlu dimiliki oleh remaja dalam kehidupan mereka untuk melakukan penyesuaian diri yang baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Melihat fenomena yang terjadi pada sebagian siswa tersebut dapat menyebabkan proses kegiatan belajar mengajar menjadi terhambat dan prestasi belajar menurun. Apabila keadaan demikian tidak mendapatkan perhatian khusus dan mendapat penanganan segera dari pendidik terutama guru pembimbing maka akan mempengaruhi perkembangan siswa yang nantinya akan mengalami masalah dalam kehidupan dan aktivitas di lingkungan sekolah. Guna meningkatkan penyesuaian diri tersebut sekolah memiliki layanan bimbingan dan konseling yang juga memiliki tujuan untuk membantu perkembangan individu secara optimal. Dalam hal ini Bimbingan konseling memiliki berbagai layanan baik yang berfungsi informatif, preventif, maupun kuratif, format layanannya pun banyak dari klasikal, perorangan, lapangan, maupun kelompok. Mengingat banyaknya siswa yang ada di sekolah untuk mengefektifkan suatu layanan maka dapat digunakan layanan dengan format kelompok. Adapun layanan dengan format

kelompok adalah konseling kelompok dan bimbingan kelompok. Berdasarkan beberapa faktor yang menyebabkan kurangnya penyesuaian diri siswa yang telah disebutkan sebelumnya, penulis memilih menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMP Swasta Al-Ulum Medan khususnya di kelas VII terdapat siswa yang penyesuaian diri yang menurun seperti kurang percaya diri, adanya rasa minder dengan siswa lain, kurang terbuka, dan yang terakhir kurang beradaptasi dengan lingkungan. Apabila siswa dalam kondisi seperti ini tidak ditangani, maka bisa mengganggu prestasi belajar siswa. Oleh karena itu, guru BK dituntut untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian dirinya melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang mengandung unsur psikopedagogis yang memanfaatkan dinamika kelompok dengan jumlah anggota yang dibatasi 10 orang, sehingga memungkinkan pemimpin kelompok dapat melakukan pendekatan secara personal, serta dilakukan secara berkesinambungan yang memberikan informasi dengan membahas topik tentang tindakan yang mengarah penyesuaian diri, dampak, serta upaya meningkatkan penyesuaian diri. Disamping pembahasan tentang penyesuaian diri, esensi utama dari bimbingan kelompok ini adalah pada prosesnya, dimana semua anggota kelompok bisa belajar tentang nilai serta norma sosial, seperti bertanggungjawab, belajar saling menghormati, berempati dengan anggota lain, memberikan kesempatan dan meningkatkan keterampilan

bersosialisasi dengan orang lain, sehingga dapat meningkatkan penyesuaian dirinya.

Melihat fenomena yang terjadi pada siswa kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan dapat menyebabkan proses kegiatan belajar mengajar terhambat dan prestasi belajar menurun. Guna meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut dapat digunakan beberapa cara yang efektif, salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok karena dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok konselor dapat mengambil manfaat dari format pelayanan kelompok yaitu dari segi dinamika kelompok yang terbangun pada saat pemberian layanan. Sesuai dengan pendapat Jacobs, dkk dalam Wibowo yang menyatakan bahwa ada dua pertimbangan dalam penanganan kelompok, yang pertama untuk kepentingan efisiensi dan yang kedua sumber yang didapat dari setting kelompok.³ Memperhatikan hal tersebut dapat diketahui tentang kondisi siswa yang ada di sekolah pada umumnya, ada siswa yang memiliki penyesuaian diri yang tinggi ada pula siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah. Layanan bimbingan kelompok dapat diasumsikan tepat dalam membantu meningkatkan penyesuaian diri. Melalui layanan bimbingan kelompok siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dan siswa yang mampu menyesuaikan diri dapat berkomunikasi atau berinteraksi dalam memecahkan suatu permasalahan antar anggota kelompok dengan menyatukan jawaban melalui pemikiran berbagai latar belakang yang mendasari pendapat siswa baik dari pengalaman, pengetahuan, bakat, serta keterampilan berpikir yang dimunculkan dari rasa empati masing-masing anggota kelompok, serta dari munculnya gagasan atau ide-ide baru yang nantinya

³Mungin Eddy Wibowo, (2005), *Konseling Kelompok Perkembangan*, Semarang: UPT UNNES Press, hal.44

diharapkan dapat memberikan peningkatan siswa mengenai penyesuaian diri. Dengan layanan bimbingan ini mereka dapat berlatih perilaku baru, belajar menyesuaikan diri dengan yang lain, memberi dan menerima dan belajar memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota yang lain.

Dikarenakan keterbatasan peneliti dalam melakukan observasi secara langsung ke sekolah membuat peneliti harus melakukan penelitian ini secara *online*. Namun peneliti masih dapat melihat kondisi sekolah untuk sekedar mengambil foto dan dokumen yang tidak bisa dikumpulkan melalui *online*. Selain itu kesulitan lain yang peneliti alami adalah ketidakmungkinan peneliti dalam mengobservasi siswa ketika belajar di dalam kelas dikarenakan siswa tidak dapat hadir ke sekolah, sehingga peneliti hanya bisa melakukan wawancara *online* dengan beberapa orang siswa SMP Swasta AI-Ulum Medan. Hal itu dikarenakan peneliti harus mematuhi peraturan pemerintah mengenai larangan untuk berada di keramaian dan juga menjalankan *social distancing*.

Berdasarkan kondisi yang telah peneliti paparkan di atas, oleh karena itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan mengumpulkan data secara *online* yang berjudul **“Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP Swasta AI-Ulum Medan ”**

B. Fokus Masalah

Untuk mempermudah penelitian ini, maka peneliti memfokuskan penelitian ini pada pemberian layanan bimbingan kelompok oleh guru BK kepada siswa mengenai meningkatkan penyesuaian diri siswa yang dilakukan beberapa kali dan menggunakan media cetak berupa lembaran yang berisi materi layanan

bimbingan kelompok dengan format kelompok yang pelaksanaannya sesuai dengan langkah-langkah di dalam bimbingan konseling.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus masalah yang dikemukakan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penyesuaian diri siswa di SMP Swasta Al-Ulum Medan?
2. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan?
3. Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui penyesuaian diri siswa di SMP Swasta Al-Ulum Medan
2. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan
3. Untuk mengetahui upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi jurusan bimbingan dan konseling dalam menambah ilmu pengetahuan tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Bagi siswa yaitu dapat belajar menyesuaikan diri melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dan dapat mengembangkan diri dengan memanfaatkan dinamika kelompok dalam layanan bimbingan kelompok.

b. Bagi Guru Bimbingan Dan Konseling

Bagi guru BK yaitu digunakan sebagai acuan atau perimbangan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, jika penelitian terbukti bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri di siswa.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dan pengetahuan dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling yang selama ini digeluti oleh peneliti.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Bimbingan dan Konseling

1. Pengertian Bimbingan Dan Konseling

Frank Parson dalam Prayitno, mengemukakan bimbingan sebagai bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memilih, mempersiapkan diri, dan memegang suatu jabatan serta mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya itu. Menurut Chiskolm, bimbingan membantu setiap individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri. Sedangkan menurut Smith, bimbingan adalah sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik.⁴ Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah proses untuk membantu individu memahami dirinya dan dunia di sekelilingnya supaya ia dapat menggunakan kemampuan dan bakat yang ada dengan optimal.

Konseling secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu "*counselium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami". Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan"

⁴Prayitno dan Erman Amti, (2013), *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta. hal. 93-94

Pepensky dalam Tarmizi mengatakan, konseling adalah interaksi yang terjadi antara dua orang individu, masing-masing disebut konselor dan individu, terjadi dalam suasana yang profesional, dilakukan dan dijaga sebagai alat memudahkan perubahan dalam tingkah laku individu. Sedangkan menurut Gibson dalam Tarmizi menekankan bahwa konseling ialah hubungan tolong menolong yang berpusat kepada perkembangan dan pertumbuhan seseorang individu serta penyesuaian dirinya dan kehendaknya kepada penyelesaian masalah, juga kehendaknya untuk membuat keputusan terhadap masalah yang dihadapi.⁵ Dapat disimpulkan bahwa konseling adalah hubungan tatap muka (*face to face*) yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada individu, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu individunya mengatasi masalahnya.

Setelah mengetahui masing-masing pengertian dari bimbingan dan konseling, maka kali ini akan dipaparkan pengertian dari bimbingan dan konseling itu sendiri. Bimbingan dan konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh konselor/guru bk kepada klien/siswa melalui wawancara konseling secara sistematis yang bermuara pada terentaskannya permasalahan yang dihadapi klien/siswa.

2. Tujuan Bimbingan Dan Konseling

Sejalan dengan perkembangan konsep bimbingan dan konseling, maka tujuan bimbingan dan konseling mengalami perubahan, dari yang sederhana sampai ke yang lebih komprehensif. Perkembangan ini dari waktu ke waktu dapat dilihat pada kutipan dibawah ini.

⁵Tarmizi, (2018), *Professional Profesi Konselor Berwawasan Islami*, Medan: Perdana Publishing, hal.17

Prayitno dalam bukunya menyatakan bahwa Hamrin dan Cliffort, tujuan bimbingan dan konseling untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian dan interpretasi dalam hubungannya dengan situasi tertentu. Selanjutnya Bradshow, tujuan bimbingan dan konseling adalah untuk memperkuat fungsi pendidikan. Selain itu Tiedeman, tujuan bimbingan dan konseling untuk membantu orang menjadi insan yang berguna, tidak hanya sekedar mengikuti kegiatan-kegiatan yang berguna saja.⁶

Dari pengertian diatas rumusan tentang tujuan bimbingan dan konseling yaitu bertujuan agar klien:

- a. Mengikuti kemauan-kemauan atau saran-saran konselor
- b. Mengadakan perubahan tingkah laku secara positif
- c. Melakukan pemecahan masalah
- d. Melakukan pengambilan keputusan, pengembangan kesadaran, dan pengembangan pribadi
- e. Meningkatkan penerimaan diri
- f. Memberikan pengukuhan

3. Pengertian Guru Bimbingan Dan Konseling

Guru pembimbing adalah unsur utama pelaksana bimbingan di sekolah. Pengangkatan dan penempatannya didasarkan atas kompetensi yang dimilikinya, yaitu kemampuan dan keterampilannya dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa.

⁶*Ibid*, hal. 23

Guru pembimbing adalah seorang guru yang disamping mengajar disalah satu bidang studi, terlihat juga dalam rangkaian pelayanan bimbingan dan konseling. Jadi tenaga adalah *part-time teacher* dan *part-time counselor*.⁷

Guru pembimbing adalah salah satu tenaga kependidikan yang mengemban sebahagian tugas kependidikan di sekolah, yaitu terlaksananya kegiatan bimbingan konseling yang mencakup dimensi-dimensi kemanusiaan seperti individu, sosial, kesusilaan, dan keberagaman.⁸ Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa guru pembimbing adalah seorang tenaga pendidik disekolah yang bertanggung jawab atas layanan bimbingan konseling disekolah yang didasarkan atas kompetensi yang dimilikinya.

4. Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling

Tohirin menyatakan bahwa saat ini keberadaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah tampak lebih baik dibanding era sebelumnya. Pengakuan kearah layanan bimbingan dan konseling sebagai suatu profesi lainnya. Penyelenggaraan bimbingan dan konseling sebagai suatu profesi sudah semakin mengkristal terutama dari pemerintah dan kalangan profesi lainnya. Penyelenggaraan bimbingan dan konseling sangat memiliki peran yang penting dalam tercapainya tujuan pendidikan. Dengan layanan bimbingan konseling, diharapkan sebuah lembaga pendidikan dapat membentuk karakter siswa yang baik dan mewujudkan nilai-nilai edukatif yang membangun. Selain itu bimbingan

⁷Winkel, (1997), *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, Jakarta: Grasindo, hal. 188

⁸Dr. Neviyarti, S.M.S, (2009), *Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Berorientasi Khalifah Fil*, Bandung: Alfabeta, hal. 75

konseling juga tempat mencurahkan segala keluh kesah yang mungkin begitu rumit yang dialami oleh individu.⁹

Bimbingan dan konseling mengembangkan beberapa peran utamanya sebagai suatu layanan dan juga memiliki potensi yang mengarah ke pemebentukan karakter kebangsaan yang sesuai dengan cita-cita bangsa. Peran bimbingan dan konseling dianggap sebagai polisi sekolah. Memanggil, memarahi, menghukum adalah label yang dianggap muncul dari bimbingan konseling, dengan kata lain bimbingan konseling diposisikan sebagai musuh bagi siswa yang bermasalah. Faktor lain adalah fungsi dan peran guru BK belum dipahami secara tepat baik oleh pejabat maupun guru BK itu sendiri. Di beberapa sekolah ada beberapa guru BK yang sebenarnya tidak berlatar belakang pendidikan BK, mungkin guru tersebut memang mampu menangani siswa, yang biasanya dikaitkan hanya pada kenakalan siswa semata. Untuk menghilangkan persepsi guru BK sebagai polisi sekolah, perlu adanya kerjasama dengan guru BK, guru mata pelajaran, kepala sekolah serta dinas yang terkait.¹⁰

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia dalam hidupnya tidak pernah terlepas dari hubungannya dengan orang lain, baik manusia dengan manusia dan manusia dengan makhluk lainnya. Dalam hal ini peneliti beranggapan bahwa manusia dalam melakukan proses hubungannya dengan manusia lain membutuhkan penyesuaian diri yang baik agar terciptanya hubungan yang harmonis, seperti yang telah peneliti paparkan dia atas

⁹Tohirin, (2007), *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, hal. 257

¹⁰*Ibid*, hal. 259

bahwa manusia membutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik agar mempunyai hubungan interpersonal dan intersosial yang memuaskan.

Menurut Satmoko, penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya¹¹. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai symptom yang mengganggu (seperti kecemasan kronis, kemurungan, depresi, obsesi, atau gangguan psikosomatis yang dapat menghambat tugas seseorang), frustrasi, dan konflik. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali, dan keadaan tidak memuaskan. Tinggi rendahnya penyesuaian diri dapat diamati dari banyak sedikitnya hambatan penyesuaian diri. Banyaknya hambatan penyesuaian diri mencerminkan kesukaran seseorang dalam penyesuaian dirinya.

Penyesuaian diri dalam perspektif islam telah tertuang dalam Al-Quran surat Al-Israa ayat 15.

Firman Allah SWT:

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ ۚ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا (١٥)

Artinya: “Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan

¹¹Ghufroon dan Rini, (2010), *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruz Media, hal. 50

Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul”.(QS. Al-Israa:15)¹²

Kandungan surat Al-Israa ayat 15 bahwa Allah SWT telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah swt, sedangkan yang kedua untuk mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan dimana ia berada. Sehingga individu mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang.

Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Membahas tentang pengertian penyesuaian diri, menurut Scheinders dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu:¹³

a. Penyesuaian Diri sebagai Adaptasi (*adaptation*)

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, atau biologis. Misalnya, seseorang yang pindah tempat dari daerah panas ke daerah dingin harus beradaptasi dengan iklim yang berlaku di daerah dingin tersebut. Dengan demikian dilihat dari sudut pandang ini, penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempertahankan diri secara fisik (*self-maintenance* atau *survive*). Oleh

¹²Departemen Agama Republik Indonesia, (2012), *Al-Quran dan Terjemahnya*, Bandung: Sygma, hal.283

¹³Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, (2011), *Psikologi Remaja; Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Bumi Aksara, hal. 173

sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Padahal, dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekedar penyesuaian fisik, melainkan yang lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*)

Ada juga penyesuaian diri diartikan sama dengan penyesuaian yang mencakup konformitas terhadap suatu norma. Pemaknaan penyesuaian diri seperti ini pun terlalu banyak membawa akibat lain, dengan memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, menyiratkan bahwa di sana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Dalam sudut pandang ini, individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Keragaman pada individu menyebabkan penyesuaian diri tidak dapat dimaknai sebagai usaha konformitas. Misalnya, pola perilaku pada anak-anak berbakat atau anak-anak genius ada yang tidak berlaku atau tidak dapat diterima oleh anak-anak berkemampuan biasa. Namun demikian, tidak dapat dikatakan bahwa mereka tidak mampu

menyesuaikan diri. Norma-norma sosial dan budaya kadang-kadang terlalu kaku dan tidak masuk akal untuk dikenakan pada anak-anak yang memiliki keunggulan tingkat intelegensi atau anak-anak berbakat. Selain itu, norma yang berlaku pada suatu budaya tertentu tidak sama dengan norma pada budaya lainnya sehingga tidak mungkin merumuskan serangkaian prinsip-prinsip penyesuaian diri berdasarkan budaya yang dapat diterima secara universal. Dengan demikian, konsep penyesuaian diri sesungguhnya bersifat dinamis dan tidak dapat disusun berdasarkan konformitas sosial.

c. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*)

Sudut pandang berikutnya adalah bahwa penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi. Dengan kata lain, penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah. Hal itu juga berarti penguasaan dalam memiliki kekuatan-kekuatan terhadap lingkungan, yaitu kemampuan menyesuaikan diri dengan realitas berdasarkan cara-cara yang baik, akurat, sehat dan mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif dan efisien, serta mampu memanipulasi faktor-faktor lingkungan sehingga penyesuaian diri dapat berlangsung dengan baik.

Namun demikian, pemaknaan penyesuaian diri sebagai penguasaan (*mastery*) mengandung kelemahan, yaitu menyamaratakan semua individu. Padahal kapasitas individu antara satu orang dengan yang lain tidak sama. Ada

keterbatasan-keterbatasan tertentu yang dihadapi oleh individu. Oleh sebab itu, perlu dirumuskan prinsip-prinsip penting mengenai hakikat penyesuaian diri, yaitu sebagai berikut:

- a. Setiap individu memiliki kualitas penyesuaian diri yang berbeda.
- b. Penyesuaian diri sebagian besar ditentukan oleh kapasitas internal atau kecenderungan yang telah dicapainya.
- c. Penyesuaian diri juga ditentukan oleh faktor internal dalam hubungannya dengan tuntutan lingkungan individu yang bersangkutan.

Dengan demikian, semakin tampak bahwa penyesuaian diri dilihat dari pandangan psikologis pun memiliki makna yang beragam. Hanya sedikit saja kualitas penyesuaian diri yang dapat diidentifikasi. Selain itu, kesulitan yang muncul adalah bahwa penyesuaian diri tidak dapat dinilai baik atau buruk, melainkan semata-mata hanya menunjuk kepada cara bereaksi terhadap tuntutan internal atau situasi eksternal. Hanya saja, reaksi yang dipandang memuaskan, efektif, dan efisien seringkali diartikan sebagai penyesuaian diri yang baik. Sebaliknya, reaksi yang tidak memuaskan, tidak efektif, dan tidak efisien seringkali diartikan sebagai penyesuaian diri yang kurang baik, buruk, atau dikenal dengan istilah “malasuai” (*maladjustment*).

Berdasarkan tiga sudut pandang tentang makna penyesuaian diri sebagaimana didiskusikan di atas, akhirnya penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas

keselarasan antara tuntutan dari dalam diri insividu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Penyesuaian diri dapat diartikan atau dideskripsikan sebagai berikut:

- a. Penyesuaian berarti adaptasi; dapat mempertahankan eksistensinya, atau bisa "*survive*" dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.
- b. Penyesuaian dapat juga diartikan sebagai konformitas, yang berarti menyesuaikan sesuatu dengan standar atau prinsip.
- c. Penyesuaian dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasikan respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang adekuat/memenuhi syarat.
- d. Penyesuaian dapat diartikan penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.

2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan-rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-rintangan itu mungkin terdapat

dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu-individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu-individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Berikut ini akan ditinjau karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian yang salah.

a. Penyesuaian diri secara positif

Mereka yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

- 1) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
- 2) Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis
- 3) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi
- 4) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri
- 5) Mampu dalam belajar
- 6) Menghargai pengalaman
- 7) Bersikap realistis dan objektif

Dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukannya dalam berbagai bentuk, antara lain:

1) Penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung

Dalam situasi ini individu secara langsung menghadapi masalahnya dengan segala akibat-akibatnya. Ia melakukan segala tindakan sesuai dengan masalah yang dihadapinya. Misalnya seorang siswa yang terlambat dalam menyerahkan tugas karena sakit, maka ia menghadapinya secara langsung, ia mengemukakan segala masalah-masalah kepada gurunya.

2) Penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)

Dalam situasi ini individu mencari berbagai bahan pengalaman untuk dapat menghadapi dan memecahkan masalahnya. Misalnya, seorang siswa yang merasa kurang mampu dalam mengerjakan tugas, ia akan mencari bahan dalam upaya menyelesaikan tugas tersebut, dengan membaca buku, konsultasi, diskusi dan sebagainya.

3) Penyesuaian dengan *trial and error* atau coba-coba

Dalam cara ini individu melakukan suatu tindakan coba-coba, dalam arti kalau menguntungkan diteruskan dan kalau gagal tidak diteruskan. Taraf pemikiran kurang begitu berperan dibandingkan dengan cara eksplorasi.

4) Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti)

Jika individu merasa gagal dalam menghadapi masalah, maka ia dapat memperoleh penyesuaian dengan jalan mencari pengganti. Misalnya gagal nonton film di gedung bioskop, dia pindah nonton TV.

5) Penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri.

Dalam hal ini individu mencoba menggali kemampuan-kemampuan khusus dalam sendirinya, dan kemudian dikembangkan sehingga dapat membantu penyesuaian diri. Misalnya seorang siswa yang mempunyai kesulitan dalam keuangan, berusaha mengembangkan kemampuannya dalam

menulis (mengurang). Dari usaha mengarang ia dapat membantu mengatasi kesulitan dalam keuangan.

6) Penyesuaian dengan belajar

Dalam belajar, individu akan banyak memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang dapat membantu menyelesaikan diri. Misalnya seorang guru akan lebih menyesuaikan diri dengan banyak belajar tentang berbagai pengetahuan keguruan.

7) Penyesuaian dengan inhibisi dan pengendalian diri.

Penyesuaian diri akan lebih berhasil jika disertai dengan kemampuan memilih tindakan yang tepat dan pengendalian diri secara tepat pula. Dalam situasi ini individu berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan, dan tindakan mana yang tidak perlu dilakukan. Cara inilah yang disebut inhibisi. Di samping itu, individu harus mampu mengendalikan dirinya dalam melakukan tindakannya.

8) Penyesuaian dengan perencanaan yang cermat

Dalam situasi ini tindakan yang dilakukan merupakan keputusan yang diambil berdasarkan perencanaan yang cermat. Keputusan diambil setelah dipertimbangkan dari berbagai segi, antara lain segi untung dan ruginya.

b. Penyesuaian diri yang salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba

salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif, dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian yang salah yaitu:

1) Reaksi bertahan (*defence reaction*)

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Ia selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

- a) Rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan (dalam) untuk membenarkan tindakannya.
- b) Represi, yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar. Ia berusaha melupakan pengalamannya yang kurang menyenangkan. Misalnya seorang pemuda berusaha melupakan kegagalan cintanya dengan seorang gadis.
- c) Proyeksi, yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima. Misalnya seorang siswa yang tidak lulus mengatakan bahwa gurunya membenci dirinya.
- d) “*sour grapes*” (anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikkan kenyataan. Misalnya seorang siswa yang gagal mengetik, mengatakan bahwa mesin tiknya rusak, padahal dia sendiri tidak bisa mengetik.

2) Reaksi menyerang (*aggressive reaction*)

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya. Ia tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku:

- a) Selalu membenarkan diri sendiri
- b) Mau berkuasa dalam setiap situasi
- c) Mau memiliki segalanya
- d) Bersikap senang mengganggu orang lain
- e) Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
- f) Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- g) Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
- h) Keras kepala dalam perbuatannya
- i) Bersikap balas dendam
- j) Memperkosakan hak orang lain
- k) Tindakan yang serampangan, dan
- l) Malah secara sadis

3) Reaksi Melarikan Diri (*escape reaction*)

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri situasi yang menimbulkan kegagalannya, reaksinya tampak dalam tingkah laku sebagai berikut: berfantasi yaitu memuaskan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan-angan (seolah-olah sudah tercapai), banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri, menjadi pecandu ganja, narkoba, dan

regresi yaitu kembali kepada tingkah laku yang semodel dengan tingkat perkembangan yang lebih awal (misal orang dewasa yang bersikap dan bertakwa seperti anak kecil), dan lain lain.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik penyesuaian diri terdiri dari dua yakni penyesuaian positif yang ditandai dengan tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya frustasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional pengarahannya, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, bersikap realistis dan objektif. Dan penyesuaian secara negatif ditandai dengan reaksi bertahan, reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders, setidaknya ada lima faktor yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri remaja, yaitu

a. Kondisi fisik

Seringkali kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat memengaruhi penyesuaian diri remaja adalah hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh dan kesehatan fisik.

b. Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri adalah kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri, dan intelegensi.

c. Edukasi/pendidikan

Termasuk unsur-unsur penting dalam edukasi/pendidikan yang dapat mempengaruhi diri individu adalah belajar, pengalaman, latihan dan determinasi diri.

d. Lingkungan

Berbicara faktor lingkungan sebagai variabel yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri sudah tentu meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

e. Agama dan budaya

Agama berkaitan dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, prakti-praktik yang memberi makan sangat mendalam, tujuan serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Agama secara konsisten dan terus-menerus kontinu mengingatkan manusia tentang nilai-nilai intrinsik dan kemuliaan manusia yang diciptakan oleh Tuhan, bukan sekedar nilai-nilai instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia. Dengan demikian, faktor agama memiliki sumbangan yang berarti terhadap perkembangan penyesuaian diri individu. Selain agama, budaya juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu. Hal ini terlihat jika dilihat dari adanya karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Selain itu, tidak sedikit konflik pribadi, kecemasan, frustrasi, serta berbagai perilaku neurotik atau penyimpangan perilaku yang disebabkan, secara langsung

atau tidak langsung, oleh budaya sekitarnya. Sebagaimana faktor budaya juga memiliki pengaruh yang berarti bagi perkembangan penyesuaian diri individu.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri ada lima yaitu: kondisi fisik, kepribadian, edukasi/pendidikan, lingkungan, agama dan budaya.

4. Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri menurut Schneider dalam Ali melibatkan tiga unsur, yaitu:

a. Motivasi dan proses penyesuaian diri

Motivasi sama halnya dengan kebutuhan, perasaan dan emosi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidaksinambungan dalam organisme. Respon penyesuaian diri, baik atau buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya organisme untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara keseimbangan yang lebih wajar. Kualitas respon, apakah itu sehat, efisien, merusak, atau patologis ditentukan terutama oleh kualitas motivasi, selain juga hubungan individu dengan lingkungan.

b. Sikap terhadap realitas dan proses penyesuaian diri

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia sekitar, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. Secara umum, dikatakan bahwa sikap yang sehat terhadap realitas dan kontak yang baik terhadap realitas itu sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Beberapa

perilaku seperti sikap antisosial, kurang berminat terhadap hiburan, sikap bermusuhan, kenakalan, dan semaunya sendiri, semua itu mengganggu hubungan penyesuaian diri terhadap realitas.

c. Pola dasar proses penyesuaian diri

Dalam penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri. Misalnya, seorang anak membutuhkan kasih sayang dari orang tuanya yang selalu sibuk. Dalam situasi itu anak berusaha menemukan pemecahannya, boleh jadi, upaya yang dilakukan mengalami hambatan akhirnya dia akan beralih kepada kegiatan lain untuk mendapat kasih sayang yang dibutuhkannya.¹⁴

Respon penyesuaian diri, baik atau buruk dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Penyesuaian adalah suatu proses kearah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan eksternal. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul konflik, tekanan, frustrasi, dan individu didorong meneliti berbagai kemungkinan perilaku untuk membebaskan diri dari ketegangan. Proses penyesuaian diri individu tersebut baerlangsung sepanjang hayatnya, sejak lahir sampai mati tidak lain adalah perjuangan untuk penyesuaian diri. Individu dikatakan berhasil melakukan penyesuaian diri apabila telah dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya.

¹⁴M. Ali, (2004), *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Bumi aksara, hal. 176-177

C. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda dalam prayitno, mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.¹⁵

Menurut Romlah bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Kegiatan bimbingan kelompok berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri, dan masalah hubungan antar pribadi.¹⁶

Di dalam Alquran juga mengatakan bahwa manusia agar saling tolong menolong dalam kebaikan dan kesempurnaan demi kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat, sebagaimana firman-Nya:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحِلُّوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آمِينَ الْبَيْتِ
الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن
صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ (٢)

¹⁵Prayitno dan Erman Amti, (2013), *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 309-310

¹⁶Romlah, T, (2003), *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang: UNM, hal. 3

Artinya: " Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qala'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitulharam; mereka mencari karunia dan keridhaan Tuhannya. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berburu. Jangan sampai kebencian(mu) kepada suatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksaan-Nya".(QS. Al-Maidah:2)¹⁷

Melalui ayat ini Allah SWT menyuruh umat manusia untuk saling membantu, tolong menolong dalam mengerjakan kebaikan/kebajikan dan ketaqwaan. Sebaliknya Allah melarang kita saling mengerjakan perbuatan dosa dan pelanggaran.

Selain didalam Al-qur'an, landasan bimbingan kelompok juga terdapat pada hadist Rasulullah yaitu:

أَنَّ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَخْبَرَهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ الْمُسْلِمُ
 أَخُو الْمُسْلِمِ لَا يَظْلِمُهُ وَلَا يُسْلِمُهُ وَمَنْ كَانَ فِي حَاجَةِ أَخِيهِ كَانَ اللَّهُ فِي حَاجَتِهِ وَمَنْ فَرَّجَ عَنْ
 مُسْلِمٍ كُرْبَةً فَرَّجَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبَاتٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ
 رواه البخاري

Artinya: "Bahwasanya Abdullah bin Umar r.a. mengabarkan, bahwa Rasulullah saw. bersabda: " Muslim yang satu adalah saudara muslim yang lain; oleh karena itu ia tidak boleh menganiaya dan mendiamkannya. Barang siapa memperhatikan kepentingan saudaranya, maka Allah akan memperhatikan kepentingannya. Barang siapa membantu kesulitan seorang muslim, maka Allah akan membantu kesulitannya dari beberapa kesulitannya nanti pada hari kiamat. Dan barang siapa menutupi (aib) seorang muslim, maka Allah akan menutupi (aib)nya pada hari kiamat " . (HR. Bukhari).

¹⁷Departemen Agama Republik Indonesia, (2012) *Al-Quran dan Terjemahnya*, Bandung: Sygma, hal. 106.

Maksud dari hadist tersebut ialah Rasulullah Saw. mengajarkan kepada kita agar saling tolong-menolong. Tolong menolong atau ta'awun merupakan kebutuhan hidup manusia yang tidak dapat dipungkiri. Kenyataan telah membuktikan, bahwa suatu pekerjaan atau apa saja yang membutuhkan pihak lain, pasti tidak akan dapat dilakukan secara sendirian meskipun dia seorang yang memiliki kemampuan dan pengetahuan tentang hal itu. Ini menunjukkan, bahwa tolong-menolong dan saling membantu merupakan sebuah keharusan dalam hidup manusia.

Selain itu juga terdapat hadist Nabi Muhammad SAW yang juga membahas mengenai tentang sling menjaga dan menutup aib sesama muslim, yang artinya sebagai berikut:

Artinya: “Barangsiapa melapangkan seorang mukmin dari astu kesusahan dunia, Allah akan melapangkannya dari salah satu kesusahan di hari kiamat. Barangsiapa meringankan penderitaan seseorang, Allah meringankan penderitaannya di dunia dan akhirat. Barangsiapa menutupi (aib) seseorang muslim, Allah akan menutupi (aib)nya di dunia dan akhirat. Allah akan menolong seorang hamba selama hamba itu mau menolong saudaranya. (HR. Muslim dari Abu Hurairah)”

Makna dari hadist di atas adalah sebagai seorang muslim kita diminta untuk saling membantu muslim lain yang berada di dalam kesusahan dan juga diminta untuk saling menyembunyikan aib saudara kita agar tidak diketahui oleh orang lain. Allah akan meringankan beban orang yang meringankan beban orang lain dan Allah akan menutupi aib orang yang menutupi aib orang lain. Hal ini sejalan dengan asas kerahasiaan yang ada di dalam bimbingan konseling, yang mana seorang guru BK (konselor) diminta untuk merahasiakan segala masalah yang terjadi pada klien.

Untuk mencapai suatu kebaikan dan mencegah kepada hal-hal yang akan membawa kerusakan dan kehancuran sangat perlu sekali kerjasama untuk saling tolong menolong begitu juga halnya dalam penyelenggaraan berbagai kegiatan jenis layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling, bimbingan dan konseling disekolah/madrasah.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok. Masalah yang menjadi topik pembicaraan dalam layanan bimbingan kelompok, dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan kelompok (pembimbing atau konselor).¹⁸

Sesuai dengan defenisi diatas, penulis menyimpulkan layanan bimbingan kelompok adalah salah satu jenis layanan BK yang ditujukan kepada beberapa orang yang berbentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang membahas suatu permasalahan umum dengan suatu topik, baik itu topik tugas maupun topik bebas.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi

¹⁸Tohirin, (2014), *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, hal. 164

peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.¹⁹

Penyelenggaraan bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan agar siswa dapat menemukan pribadi, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan:

- a. Menemukan pribadi, maksudnya adalah agar siswa mengenal kekuatan dan kelemahan diri sendiri, serta menerima secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan lebih lanjut.
- b. Mengetahui lingkungan, maksudnya adalah agar siswa mengetahui secara objektif lingkungan sosial dan ekonomi lingkungan budaya dengan nilai-nilai dan norma, maupun lingkungan fisik dan menerima semua kondisi lingkungan itu (lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat) secara positif dan dinamis pula.
- c. Merencanakan masa depan, maksudnya adalah agar siswa mampu mempertimbangkan dan mengambil keputusan tentang masa depannya sendiri, hal yang menyangkut pendidikan karir dan keluarga.²⁰

3. Isi Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok membahas materi atau topik-topik umum baik topik tugas maupun topik bebas. Yang dimaksud topik tugas adalah topik atau pokok bahasan yang diberikan oleh pembimbing (pimpinan kelompok) kepada kelompok untuk dibahas. Sedangkan topik bebas adalah suatu topik atau

¹⁹*Ibid*, hal. 165-166

²⁰ Deni Febriani, (2011), *Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Teras, hal. 13

pokok bahasan yang ditentukan secara bebas oleh anggota kelompok, secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, selanjutnya dipilih mana yang akan dibahas terlebih dahulu dan seterusnya.

D. Penelitian Yang Relevan

Kegunaan dari penelitian di dalam penelitian ini sebagai bahan penguat penelitian tentang upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa, peneliti mengutip penelitian yang relevan yaitu pada skripsi-skripsi terdahulu yang dilakukan oleh:

1. WIRATNA ABDUL GHOFUR. Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2010/ 2011. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah penyesuaian diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa. Tujuan penelitian: untuk mengetahui Apakah penyesuaian diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa XI SMA Negeri 1 Semarang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah penyesuaian diri siswa sebelum diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok berada pada kategori rendah baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol yaitu berada pada interval $36\% < \text{skor} \leq 52\%$, sesudah diberikan bimbingan kelompok kemampuan penyesuaian diri siswa pada kelompok eksperimen menjadi tinggi yaitu rata-rata *post test* sebesar 78,07% yang berada pada interval tinggi yaitu $68\% < \text{skor} \leq 84\%$ yang berarti terjadi peningkatan dari kategori rendah menjadi tinggi, sedangkan perhitungan pada kelompok kontrol diperoleh rata-rata hasil *post test* sebesar 53,4%

yang berada pada interval sedang yaitu $52% < \text{skor} \leq 68$ yang berarti terjadi peningkatan dari rendah menjadi sedang. Dengan demikian terjadi peningkatan sebesar 26,50% pada kelompok eksperimen dan 1,77% pada kelompok kontrol, hal ini terjadi karena pada kelompok eksperimen diberi perlakuan layanan bimbingan kelompok sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi layanan bimbingan kelompok sehingga terjadi perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.²¹

2. ACHLIS NURFUAD. Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII B Smp N 2 Juwana Tahun 2012/2013. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII di SMP N 2 Juwana sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok, Bagaimana tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII di SMP N 2 Juwana setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, dan Adakah peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah sesudah mengikuti layanan Bimbingan Kelompok. Tujuan Penelitian: untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII di SMP N 2 Juwana sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok, untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII di SMP N 2 Juwana setelah

²¹Wiratna Abdul Ghofur, Skripsi: *“Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011”* (Semarang: UNS,2010)

mengikuti layanan bimbingan kelompok, dan menguji adanya peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah sesudah mengikuti layanan Bimbingan Kelompok. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Penyesuaian diri siswa sebelum responden memperoleh perlakuan berupa bimbingan kelompok, diperoleh kriteria sedang (61,03%). Setelah mendapatkan bimbingan kelompok, kriteria meningkat menjadi tinggi (71,57%) dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 10,54%. Peningkatan tersebut meliputi aspek penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah.²²

3. Asri Awaliyah, meningkatkan penyesuaian diri dalam pilihan karier melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Semarang tahun ajaran 2009/2010, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah penyesuaian diri siswa dalam pemilihan karier dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Semarang. Tujuan penelitian: untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dalam pemilihan karier melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Semarang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah berdasarkan hasil bimbingan kelompok, siswa mengalami peningkatan penyesuaian diri dalam pemilihan karier. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil *pre test* dan

²²Achlis Nurfuad, “*Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII B Smp N 2 Juwana Tahun 2012/2013*” (Semarang: UNS, 2013)

post test, sebelum siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok diperoleh prosentase rata-rata siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok 54,00% dengan kategori sedang dan setelah diberi layanan bimbingan kelompok meningkat 31,06% menjadi 85,06% dengan kategori tinggi, yang meliputi indikator penyesuaian minat, penyesuaian kepribadian, penyesuaian keterampilan vokasional, penyesuaian konsep diri, penyesuaian sifat kepribadian, penyesuaian sosial ekonomi keluarga dan penyesuaian lingkungan dan kebudayaan. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* dengan taraf signifikan 5% meningkatkan $Z_{hitung} = -3.059 > Z_{tabel} = 0.005$. Dengan demikian. H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat dikatakan bahwa ada peningkatan penyesuaian diri dalam pemilihan karier sebelum diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dan setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok, sehingga hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri dalam pemilihan karier.²³

Berdasarkan dari ketiga penelitian diatas peneliti menyimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa sebelum diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok terdapat kategori yang rendah. Maka dari itu guru BK memberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok terhadap siswa sehingga terjadi peningkatan penyesuaian diri siswa tersebut. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan judul “upaya guru BK dalam

²³Asri Amaliyah, “*Meningkatkan Penyesuaian Diri Dalam Pemilihan Karier Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 14 Semarang Tahun Ajaran 2009/2010*” (Semarang: UNS,2010)

meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok kelas VII di SMP Swasta Al-Ulum Medan”

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, namun penelitian ini juga dilakukan secara *online* mengingat kondisi Indonesia yang sedang dilanda wabah virus Covid-19 sehingga tidak memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data secara langsung di tempat objek penelitian. Peneliti memilih pendekatan deskripsi dikarenakan ingin mendeskripsikan dan menggambarkan bagaimana sebelumnya upaya guru BK di SMP Swasta Al-Ulum Medan.

Dalam proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti secara *online* hal itu membuat peneliti sedikit mengalami kendala dalam mengumpulkan data-data. Salah satunya adalah peneliti tidak dapat melihat langsung proses belajar mengajar di sekolah, tidak bisa melakukan observasi secara langsung, tidak mendapatkan informasi maksimal mengenai data siswa dan juga tidak bisa melihat secara langsung bagaimana upaya guru BK di sekolah. Tentunya hal itu sangat berpengaruh pada hasil yang akan peneliti dapatkan nantinya.

Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok dalam bentuk kata-kata.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP swasta Al-ulum Medan, Jl. Amaliun Gg. Johar, Kota Medan pada Januari sampai Februari 2021.

C. Subjek Penelitian

Peneliti memilih 10 orang siswa dari kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, dan 1 guru bimbingan konseling sebagai subjek penelitian. Selain itu peneliti wawancarai kepala sekolah dan wali kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan yang dapat memberikan keterangan berupa data atau informasi yang dibutuhkan. Alasan peneliti memilih kelas VII SMP Swasta Al-Ulum adalah karena peneliti mendapatkan informasi berdasarkan hasil wawancara pada studi pendahuluan yang peneliti lakukan bahwa siswa kelas VII sering ditemukan kurang akrab dengan teman dan lingkungan dan menyebabkan penyesuaian diri yang rendah.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.²⁴

Dalam pengumpulan data penulis menggunakan teknik sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi ini dilakukan secara *online* dengan cara *video call group* dengan siswa dan guru BK yang sedang melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Peneliti mengamati proses layanan hingga selesai dan memperhatikan respon dari subjek (siswa) namun peneliti tidak ikut menjadi peserta di dalam layanan bimbingan kelompok tersebut. Hal itu dilakukan karena segala kegiatan belajar

²⁴Sugiyono, (2018), *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*, Bandung: Alfabeta, hal. 308

mengajar dilakukan secara *online*. Selain itu peneliti juga melakukan observasi mengenai upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok kelas VII di SMP Swasta Al-Ulum Medan.

2. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan diantara dua orang untuk bertukar informasi dan pendapat melalui Tanya jawab, sehingga menghasilkan konstruksi makna tentang topik tertentu. Peneliti menggunakan jenis wawancara terstruktur dan semiterstruktur, yang mana hal itu akan memungkinkan peneliti dalam menemukan informasi yang lebih spesifik. Peneliti melakukan wawancara secara online yaitu melakukan *video call* dengan siswa yang menjadi subjek penelitian dikarenakan penelitian tidak dapat bertemu secara langsung dengan siswa yang sedang melaksanakan sekolah berbasis daring.

Aspek	Karakteristik	Pertanyaan
Penyesuaian diri siswa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa kurang menjalin keakraban dengan temannya 2. Kurangnya penguasaan siswa terhadap lingkungannya 3. Faktor yang menyebabkan diri siswa pada saat menurun pada saat kegiatan belajar mengajar 4. Proses belajar mengajar terhambat dan prestasi belajar menurun 5. Menurunnya 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bapak/Ibu/Kamu apa alasannya seseorang kurang akrab dengan temannya? 2. Menurut bapak/ibu bagaimana usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya ? 3. Menurut bapak/ibu faktor apa saja yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa? 4. Apa yang menyebabkan

	penyesuaian diri siswa	terhambatnya proses belajar dan menurunnya prestasi siswa/kamu? 5. Menurut Bapak/Ibu/Kamu apa yang menyebabkan penyesuaian siswa menjadi menurun?
Layanan bimbingan kelompok	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan layanan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan permasalahan siswa disekolah tersebut 2. Dinamikakelompok yang dilaksanakan dan berguna dalam menyelesaikan permasalahan suatu hari nanti 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa? 2. Bisa Bapak/Ibu jelaskan bagaimana proses bimbingan kelompok yang biasanya dilakukan di sekolah. 3. Sejauh mana efek bimbingan kelompok ini dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa?

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan-catatan peristiwa yang telah lalu, yang bisa berbentuk tulisan atau gambar. Dokumentasi yang berkenaan dengan dengan kegiatan yang telah lalu, yang akan menghasilkan sebuah informasi, fakta dan data

yang diinginkan dalam penelitian.²⁵ Dalam hal ini peneliti mengumpulkan data atau dokumen sesuai dengan keperluan penelitian dan dapat menambah informasi bagi peneliti. Seperti dokumen profil SMP Swasta Al-Ulum Medan, dokumen tentang kinerja atau kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan konseling oleh guru BK dokumen siswa disekolah dan juga foto atau gambar yang dapat mendukung studi dokumen peneliti.

E. Teknik Analisis Data

Setelah data dan informasi yang dibutuhkan sudah terkumpul, maka tahap yang akan dilakukan adalah analisis data. Menurut Bogdan dalam Sugiyono, analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.

Terdapat 3 (tiga) tahap dalam analisis data, antara lain:

1. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian, data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam peneliti kualitatif, penyajian data biasa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dengan

²⁵Ibrahim, (2018), *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, hal. 81-93

menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

3. Kesimpulan

Menurut Miles dan Huberman dalam sugiyono, langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten pada saat peneliti kembali kelapangan menyimpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.²⁶

F. Pemeriksaan Atau Pengecekan Keabsahan Data

Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengecekan keabsahan dengan menggunakan triangulasi. Teknik triangulasi adalah teknik pengecekan yang menggunakan berbagai cara dan waktu dengan sumber yang berbeda-beda. Triangulasi berusaha mencari dan membandingkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan tujuan mencari informasi yang sama dengan teknik yang berbeda seperti wawancara, observasi, dan studi dokumentasi dengan memeriksa ulang data yang diperoleh.

Teknik triangulasi melakukan perbandingan dan pengecekan kembali keabsahan data yang didapat dengan beberapa cara antara lain sebagai berikut:²⁷

1. Membandingkan hasil pengamatan dengan hasil wawancara

²⁶*Ibid*, hal. 338-345

²⁷Lexy J. Moleong, (2000), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosda Karya, hal.330-331

2. Membandingkan keterangan yang diucapkan narasumber saat berada di tempat umum dengan yang diucapkan ketika sendiri.
3. Membandingkan pernyataan orang lain ketika penelitian dengan yang dikatakannya di luar penelitian.
4. Membandingkan hasil wawancara dengan dengan hasil studi dokumen,
5. Membandingkan suatu keadaan dengan perspektif orang yang berbeda-beda seperti rakyat biasa, menengah, orang berada, berpendidikan, atau orang yang berada di administrasi pemerintah.

Jadi teknik triangulasi bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data yang valid dan mendapatkan hasil penelitian yang terjamin keabsahannya. Hasil yang didapat selanjutnya dijelaskan pada bab selanjutnya.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum

1. Dsekripsi Wilayah

SMP Swasta Al-Ulum Medan merupakan sekolah menengah pertama yang ada di kecamatan Medan Area. Sekolah ini beralamat di Jl.Amaliun Gg. Johar No.21, Kelurahan Kotamatum II, Kecamatan Medan Area, Kota Medan, provinsi Sumatera Utara, Kode Pos 20211. Sekolah ini berada di bawah naungan dinas pendidikan kota Medan yang didirikan pada tahun 1971.

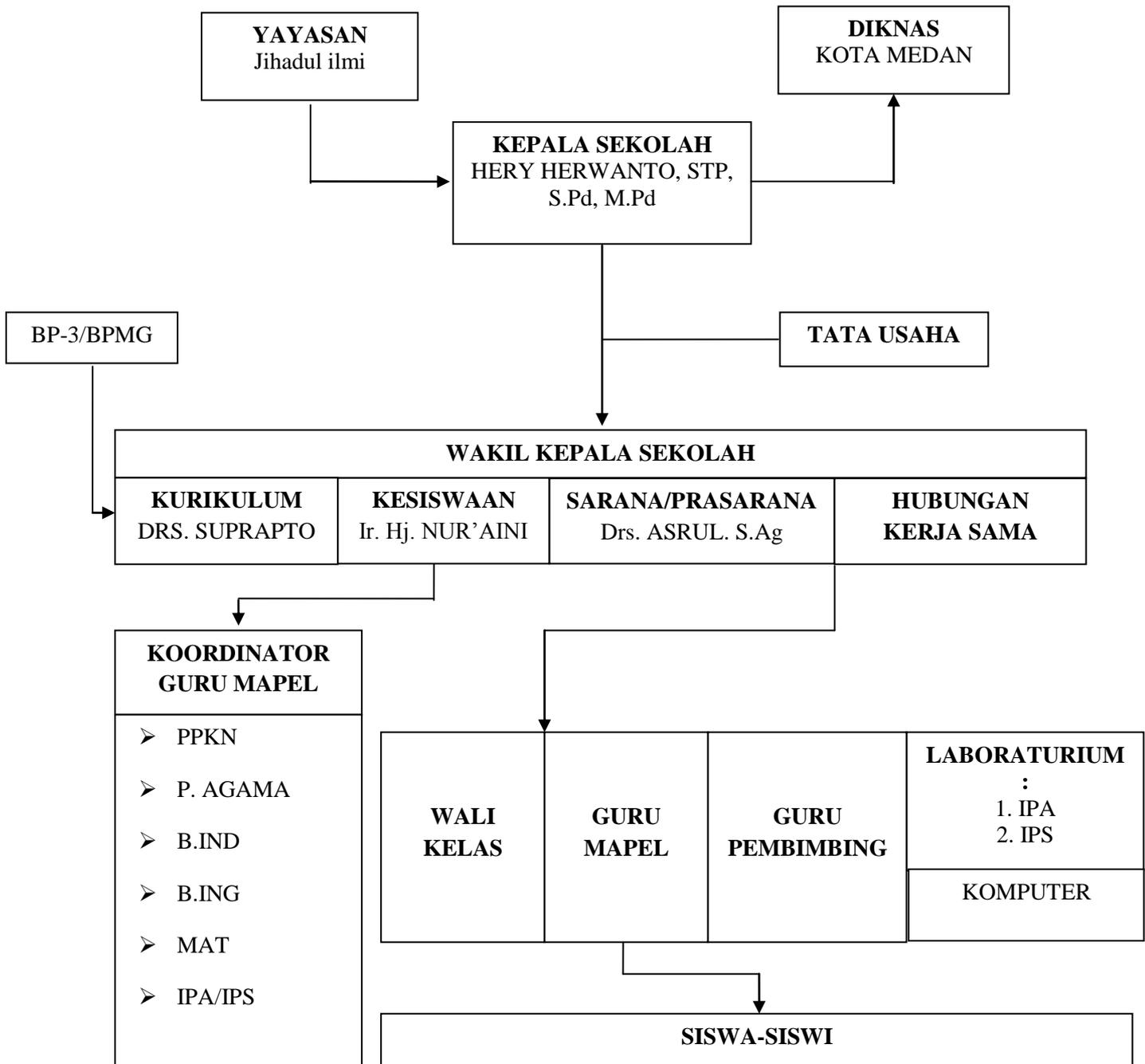
2. Identitas Sekolah

- a. Nama Sekolah : SMP Swasta Al-Ulum Medan
- b. NSS : 204076001065
- c. NPSN : 10220889
- d. NDS : G. 17182007
- e. Akreditasi Sekolah : A (Amat Baik)
- f. Mulai Operasional : 1971
- g. Alamat
 - 1) Jalan : Jl. Amaliun Gg. Johar No.21
 - 2) Kode Pos : 20211
 - 3) Kelurahan : Kotamatum II
 - 4) Kecamatan : Medan Area
 - 5) Provinsi : Sumatera Utara
- h. Telepon Operator : 7364083
- i. Luas Tanah : 2000 m²

- j. Status Kepemilikan : Pemerintah
- k. Email : smpalulum@gmail.com

3. Struktur Organisasi

Struktur organisasi SMP Swasta Al-Ulum Medan TP: 2020-2021



Berdasarkan bagan di atas dapat kita simpulkan bahwa kepemimpinan tertinggi di SMP Swasta Al-Ulum Medan adalah kepala sekolah, yang berada di didalam koordinasi yayasan. Lalu wakil kepala sekolah dibagi menjadi 4 bagian, yaitu kurikulum, kesiswaan, sarana dan prasarana, dan hubungan kerja sama. Di bagian yang berbeda terdapat tata usaha yang bertugas memenuhi administrasi sekolah dan juga membantu kepala sekolah dalam manajemen keperluan sekolah.

4. Visi dan Misi

a. Visi

Mewujudkan SMP Swasta Al-Ulum harapan dan kebanggaan umat
(Berakhlak Al-Karimah, Berilmu, dan Mandiri)

b. Misi

- Intaq
 - Gemar dan terampil dalam baca tulis Al-qur'an dan Thafiz Qur'an
 - Mengerjakan ibadah dengan tertib
 - Menghayati dan mengamalkan syariat islam
 - Berakhlak, sopan dalam pergaulan, santun berbahasa dan berwibawa
 - Berpenampilan dan berbusana Islami
- Iptek
 - Profesional dan berkualitas dalam mendidik siswa
 - Memiliki kemampuan berbahasa Inggris dan Arab
 - Memiliki kemampuan mengoperasikan computer
 - Memiliki kemampuan *life skill* sesuai dengan bakat yang dimiliki
 - Memiliki kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual

5. Jumlah Tenaga Kerja Di SMP Swasta Al-Ulum Medan

Guru merupakan komponen penting di dalam pendidikan, dimana siswa memperoleh pengetahuan yang diinginkan melalui guru. Sampai saat ini terdapat 48 guru yang mengajar di SMP Swasta Al-Ulum Medan, yang terdiri 25 perempuan dan 23 laki-laki. Secara lebih jelas akan dipaparkan melalui tabel berikut ini:

Tabel 1.

Jumlah Tenaga Kerja Di SMP Swasta Al-Ulum Medan

No	Nama	Jabatan	Status
1	Hery Hermanto, STP, S.Pd, M.Pd	Guru Mapel/ Kepala Sekolah	Guru Tetap
2	Drs. Suprpto	Guru Mapel/Wakil Kepala Sekolah	Guru Tetap
3	Ir. Hj. Nuriani	Guru Mapel/Wakil Kepala Sekolah	Guru Tetap
4	Drs. Asrul	Guru Mapel/Wakil Kepala Sekolah	Guru Tetap
5	Drs. P. Pandjaitan	Guru Mapel	Guru Tetap
6	Mhd. Alwi Batubara, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
7	Drs. Munifan Asdi	Guru Mapel	Guru Tetap
8	Sahnurin, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
9	Drs. Ilham Lubis	Guru Mapel	Guru Tetap
10	Dra. Sri Rahayu	Guru Mapel	Guru Tetap
11	Dra. Hj. Ida Hayati, M.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap

12	Murlian Hsb, S.Psi	Guru BK	Guru Tetap
13	Lisnawati Hrp, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
14	Syahrul Effendi, S.Ag	Guru BK	Guru Tetap
15	Sudarmini, SS	Guru Mapel	Guru Tetap
16	Eka Syahputra, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
17	Drs. Irwan	Guru Mapel	Guru Tetap
18	Dewi Sartika, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
19	Refliani, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
20	Drs. Abdul Kadir, MA	Guru Mapel	Guru Tetap
21	Setiawati, SE	Guru Mapel	Guru Tetap
22	Anita, S.Pdi	Guru Mapel	Guru Tetap
23	Ruslan, S.Ag	Guru Mapel	Guru Tetap
24	Prisni Yanti, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
25	Muammar, S.Pdi	Guru Mapel	Guru Tetap
26	Neneng Hariati, SS	Guru Mapel	Guru Tetap
27	Rosa Oktaviani, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
28	Homsirawati Srg, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
29	Drs. Ibnu Hajar	Guru Mapel	Guru Tetap
30	Fadilah Kumalasari, SS	Guru Mapel	Guru Tetap
31	Drs. Dermina Sitompul	Guru Mapel	Guru Tetap
32	Aidi Fitri, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
33	Farida Hanum, S.Pdi	Guru Mapel	Guru Tetap
34	Ririn Adrian, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap

35	Dewi Haryati, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
36	Putra Al-Gofahri, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
37	Ade Haris Hermana, M.Si	Guru Mapel	Guru Tetap
38	Erlina Dewi Gita, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
39	Wanhar Apriyadi, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
40	Novita Anggraeni Srg, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
41	Masriawan Herlambang	Guru Mapel	Guru Tetap
42	Siti Hasanah Simanungkalit, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
43	Saputra, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
44	Ulfa Nadira, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
45	Nurlia Utami, S.Pd	Guru BK	Guru Tetap
46	Oppie Febiola, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
47	Bima Anugrah Putra Saing, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap
48	M Irfan Muazzul, S.Pd	Guru Mapel	Guru Tetap

Sumber: papan daftar guru dan pegawai SMP Swasta Al-Ulum Medan

Dari tabel di atas, semua pendidik yang menjadi guru di sekolah tersebut sudah bergelar sarjana atau S1. Hal itu sudah memenuhi syarat untuk menjadi guru di dalam sebuah pendidikan. Walaupun hampir semua guru yang mengajar di SMP Swasta Al-Ulum Medan adalah pegawai negeri sipil (PNS) ternyata sekolah tersebut masih mengalami kekurangan tenaga pendidik untuk mengajar. Oleh

karena itu pihak sekolah menambah beberapa guru honorer untuk melengkapi kekurangan tenaga pendidik disekolah tersebut.

6. Sarana dan Prasarana

a. Jumlah Gedung

- 1) Luas tanah : 2000 m²
- 2) Ruang kelas : 24
- 3) Ruang laboratorium : 3
- 4) Mushollah : 1
- 5) Aula : 1
- 6) Ruang UKS : 1
- 7) Ruang tata usaha : 1
- 8) Ruang kepala sekolah : 1
- 9) Ruang BK : 1
- 10) WC : 4
- 11) Lapangan olahraga : 1
- 12) Koperasi/toko : 1
- 13) Ruang perpustakaan : 1
- 14) Ruang osis : 1
- 15) Ruang guru : 1
- 16) Gudang : 1

b. Media dan Alat Bantu

- 1) Papan tulis : 1/kelas
- 2) Meja : 16/kelas
- 3) Kursi : 16/kelas

7. Jumlah siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan

Tabel 2.
Jumlah Siswa Kelas VII

KELAS	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
VII-1	17	15	32
VII-2	16	16	32
VII-3	18	15	33
VII-4	16	16	32
VII-5	17	15	32
VII-6	16	16	32
VII-7	17	15	32
VII-8	17	15	32
Jumlah	257		

Tabel 3.
Jumlah Siswa Kelas VIII

KELAS	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
VIII-1	14	17	31
VIII-2	15	16	31
VIII-3	20	14	34
VIII-4	21	13	34
VIII-5	17	16	33
VIII-6	16	18	34
VIII-7	17	16	33
VIII-8	17	16	33
Jumlah	263		

Tabel 4.
Jumlah Siswa Kelas IX

KELAS	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
IX-1	16	18	34
IX-2	15	19	34
IX-3	19	18	37
IX-4	19	18	37
IX-5	18	18	36
IX-6	18	16	34
IX-7	17	19	36
IX-8	21	15	36
Jumlah	284		

Tabel 5.
Jumlah Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Perempuan	390
2	Laki-laki	414
Total Keseluruhan	804	

8. Data Bimbingan Konseling

a. Ruang BK

Berdasarkan hasil penelitian, ruang BK terletak di sebelah ruang kelas VIII-1. Ruang BK berukuran 6 x 3 m² dengan terdapat 6 buah bangku dan 3 meja sebagai tempat untuk guru bk. Dan terdapat juga ruangan konseling/asesmen yang berukuran 3 x 4 m². Namun hal itu masih sangat kurang sesuai dengan syarat ruangan BK yang seharusnya, dimana ruang BK seharusnya terdiri dari 1 buah ruang konseling bimbingan kelompok sehingga berbagai macam permasalahan atau kesulitan yang terjadi pada siswa tidak

diketahui oleh orang lain dan kerahasiaannya pun bisa dipertanggungjawabkan.

b. Biodata Guru BK

1) Nama : Murlan Hsb. S.Psi

Tanggal lahir : 05 Juni 1979

Agama : Islam

Alamat :

2) Nama : Syahrul Effendi Hrp, S.Ag

Tanggal lahir : 12 Mei 1970

Agama : Islam

Alamat :

3) Nama : Ulfa Nadira, S.Pd

Tanggal lahir : 24 Januari 1993

Agama : Islam

Alamat :

c. Siswa Asuh Guru BK

Tabel 6.
Data Siswa Asuh Guru BK

No	Nama Guru BK	Daftar kelas
1	Ulfa nadira, S.Pd	Semua siswa kelas VII
2	Syahrul Effendi Hrp, S.Ag	Semua siswa kelas VIII
3	Murlan Hsb, S.Psi	Semua siswa kelas IX

Berdasarkan tabel di atas, dilihat bahwa SMP Swasta Al-Ulum Medan mempunyai tiga orang guru BK. Dari ketiga guru BK adalah PNS dan guru tetap di SMP Swasta Al-Ulum Medan. Latar belakang guru BK di SMP Swasta Al-Ulum tidak semua BK, yang mana satu orang guru BK bersarjana agama yaitu bapak Syahrul Effendi Hrp, S.Ag dan dua orang guru BK berlatar belakang BK.

B. Temuan Khusus

1. Upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui bimbingan kelompok

Dalam hal ini guru BK sangatlah penting untuk dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui bimbingan kelompok. Diharapkan layanan ini mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut. Dengan diberikan layanan bimbingan kelompok, siswa mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar dan teman disekolah. Di dalam layanan bimbingan kelompok guru BK akan menjelaskan penyesuaian diri terhadap lingkungan dan teman sekitar disekolah yang seharusnya.

Sesuai dengan tujuan dari layanan bimbingan kelompok itu sendiri yaitu untuk pengembangan kemampuan bersosialisai, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa) dan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal pada siswa. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok itu sendiri dilakukan sesuai dengan prosedur yang seharusnya, dan juga melibatkan beberapa komponen yaitu siswa yang ditemukan kurang penyesuaian diri ketika belajar, guru BK atau konselor yang melaksanakan bimbingan

kelompok dan juga materi yang berisi tentang meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut.

Berdasarkan rumusan masalah, dalam hal ini peneliti mencari jawaban dari pertanyaan yang berhubungan dengan upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMP Swasta Al-Ulum Medan melalui wawancara dengan beberapa narasumber, diantaranya adalah kepala sekolah, wali kelas, guru BK, dan siswa-siswi yang menjadi subjek yang akan diuraikan sebagai berikut.

a. Wawancara dengan kepala sekolah

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah, pada hari rabu 30 Januari 2021 jam 08.45 WIB di ruangan kepala sekolah dapat diuraikan sebagai berikut: menurut bapak apa alasannya seseorang kurang akrab dengan temannya?

“menurut saya siswa yang dikatan kurang akrab di sekolah ialah yang mana siswa dikelas sudah sering kita jumpain ya, yang cekatan dengan cekatan itu bersama jadi dapat saya simpulkan bahwa siswa kurang akrab karna ada perbedaan itu”

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah tanggal 30 Januari 2021 di atas bahwa dipahami siswa kurang akrab dengan temannya yaitu adanya perbedaan, yang mana siswa yang pintar dengan yang pintar jadi siswa tersebut menjadi kesulitan untuk akrab dengan teman yang lain. Selanjutnya peneliti menanyakan tentang bagaimana menurut bapak usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya?

“pada siswa baru atau kelas VII yang mana guru akan memberikan tugas untuk mendata yang ada disekolah tersebut seperti ruangan laboratorium itu ada berapa dan mendata nama nama guru dan pegawai yang ada di SMP Swasta Al-Ulum Medan. Selanjutnya guru memberikan nama guru-guru dan pegawai yang ada disekolah tetapi siswa dimintak untuk

mencari yang mana wajah guru tersebut yang ditulis anak siswa tersebut supaya dia mengenalinya”

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah tanggal 30 Januari 2021 di atas bahwa setiap siswa baru masuk tahun ajaran baru, guru memberikan tugas mendata sarana dan prasarana yang ada di sekolah dan juga mendata nama-nama guru dan pegawai di SMP Swasta Al-Ulum Medan sehingga siswa tersebut mengenalinya baik guru dan pegawai maupun lingkungan sekolahnya. Selanjutnya peneliti menanyakan menurut bapak apa saja yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa?

“menurut saya menurunnya motivasi diri siswa menurun sejak daring dilakukan yaitu keterbatasan paket internet walaupun dari pemerintah setiap siswa diberikan paket internet secera gratis tapi tetap masih kurang juga sehingga kurang kondusifnya belajar siswa tersebut selanjutnya pada masa pandemic ini kita agak kesulitan dalam hal pengawasan yang mana kita hanya melalui media sosial walaupun guru atau wali kelas ada kunjungan rumah untuk siswa-siswa yang sangat bermasalah tetapi siswa yang tidak bermasalah pun butuh perhatian juga dari guru BK. Pada waktu tatap muka atau belajar secara langsung, motivasi siswa menjadi menurun tersebut ialah metode guru mengajar yang mana guru tersebut monoton menggunakan metode ceramah pada saat mengajar padahal siswa lebih suka guru itu menggunakan media sehingga siswa itu lebih menarik untuk belajar”

Peneliti juga menanyakan mengenai apa yang menyebabkan terhambatnya proses belajar dan menurunnya prestasi siswa?

“salah satunya ialah masalah keluarga seperti broken home diantara kedua orang tuanya. Menurut saya siswa yang berprestasi itu tidak ada masalah dengan keluarga dirumah sedangkan siswa yang bermasalah di sekolah itu ada masalah keluarga dirumah dan itu sangat berpengaruh kepada siswa. Orang tua siswa datang ke ruangan saya, saya bilang kalau ada permasalahan antara ayah dan ibu kalau bisa tidak ditampilkan di depan anaknya. Misalnya pun orang tua harus berpisah (cerai) tetapi kasih sayang ke anak itu tidak pisah juga atau tidak putuslah sama anak supaya prestasi anak tersebut tidak menurun atau tidak terganggu”

Peneliti menanyakan kembali mengenai bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa?

“bimbingan kelompok dilaksanakan oleh guru BK, yang mana masalah tersebut tentang penyesuaian diri siswa yang menurun. Guru BK mendata siswa yang menurunnya penyesuaian diri, selanjutnya guru BK memberikan informasi tentang penyesuaian diri yang baik itu gimana”

Peneliti menanyakan pertanyaan terakhir mengenai sejauh mana efek bimbingan kelompok ini dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa?

“efeknya baik dan sangat membantu. Guru BK yang menyelesaikan masalah siswa tersebut dengan baik. pihak sekolah juga turun tangan atau membantu menyelesaikan masalah siswa tersebut. Orang tua siswa kita hadapkan dengan pihak sekolah yaitu kepala sekolah, wali kelas, dan guru BK artinya itu orang tua menyesal karena anaknya bermasalah di sekolah. Setau orang tua anaknya baik-baik saja disekolah padahal siswa tersebut bermasalah”

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah pada tanggal 30 Januari 2021, peneliti menyimpulkan bahwa guru BK sudah sangat baik dalam melaksanakan bimbingan kelompok terhadap siswa yang penyesuaian dirinya menurun sehingga siswa tersebut mulai beradaptasi dengan lingkungan dan teman sekitarnya dengan baik.

b. Wawancara Dengan Guru BK

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan salah satu guru BK disekolah tersebut pada hari Rabu 27 Januari 2021 di ruang BK. Hasil wawancara dapat diuraikan sebagai berikut: Menurut ibu apa alasannya seseorang kurang akrab dengan temannya?

“biasanya siswa itu sulit untuk bersosialisasi dengan temannya, yang kedua latar belakang keluarganya kemudian dia merasa minder dengan teman-temannya. Contoh kecil aja dari segi uang jajan, temannya uang jajan Rp.10.000 dan dia dikasih uang jajan Rp.3.000 dari situkan anak-anak menjadi minder. Selanjutnya kemampuan intelektualnya, sebenarnya

kita bisa di dongkrak kemampuan anak tetapi kan itu dari diri sendiri anak tersebut mau tidak dia ikut dengan temannya. Dan yang terakhir itu kurang percaya diri dari siswa tersebut”

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 27 Januari 2021 pada jam 09.30 WIB dijelaskan bahwa guru BK sering menjumpai anak yang penyesuaian dirinya menurun seperti dia kurang akrab dengan teman atau kurang beradaptasi dengan teman dan lingkungan sekitarnya. Selanjutnya peneliti menanyakan bagaimana usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya?

“yang pertama itu dalam menguasai lingkungan adalah dalam layanan bimbingan konseling itu ada namanya layanan orientasi. Saya khususnya untuk siswa kelas VII, dilayanan orientasi itu kita kenalkan sama siswa lingkungan sekolah itu seperti apa, guru-guru nya disekolah ini siapa-siapa aja, kondisi teman-temannya setidaknya siswa mengenal nama-nama teman yang lain. Yang kedua kepribadian anak itu bisa dibentuk dengan lingkungan yang bagus otomatis pribadi siswa tersebut bagus juga”

Dari hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 27 Januari 2021 diruang BK dapat dijelaskan bahwa usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya yaitu penguasaan lingkungan, artinya guru BK melakukan orientasi terlebih dahulu mana lingkungan sekolah, guru-gurunya disekolah, dan mana ruangan-ruangan kelas atau ruang kepala sekolah biar supaya siswa mengenal lingkungan sekolah tersebut. Selanjutnya peneliti menanyakan mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa?

“sebenarnya motivasi anak itu bisa naik turun. Contoh kecil saja misalkan anak-anak yang baru memasuki sekolah, disitu mereka lagi menggebu-gebu kemampuan belajarnya dan motivasinya, kita aja bisa jenuh apalagi anak-anak jadi kalau kita porsirkan kepada anak-anak untuk terus-menerus belajar bisa menyebabkan motivasi anak itu menurun. Dan yang kedua saya ambil contoh anak tersebut sudah mengerjakan tugas sampai tengah malam tapi pada saat mengumpulkan tugas terdapat sedikit

kesalahan dan guru memarahi anak itu dan anak langsung down, kenapa? Karena guru tidak mengapresiasi anak tersebut. Sebenarnya bukan nilai yang harus guru kasih ke siswa tetapi motivasi anak lah supaya dia terus mau mengikuti belajar, kalau guru kasih nilai 90 saat mengumpulkan tugas yang pertama begitu mengumpulkan tugas berikutnya guru kasih nilai 60 jadi siswa turun lah motivasi anak tersebut dan timbullah rasa malas itu terhadap anak”

Hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 27 Januari 2021 di ruang BK menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa itu ialah terlalu di paksakan atau di porsirkan belajar terus-menerus sehingga mencapai titik jenuhnya dan menyebabkan motivasi diri anak itu menjadi turun. Dan yang terakhir guru kurang mengapresiasi anak dalam mengerjakan tugas. Selanjutnya peneliti menanyakan tentang apa yang menyebabkan terhambatnya proses belajar dan menurunnya prestasi siswa?

“faktor dari dalam (internal) yang menyebabkan terhambatnya proses belajar siswa saya ambil contoh banyak dilingkungan kita lihat anak-anak yang broken home. Anak-anak yang meilihat kedua orang tuanya berantam otomatis anak tersebut merasa tertekan dan terpukul dan pada saat itu anak sedang mengerjakan PR. Jadi anak tesebut bertanya-tanya, kenapa orang tuaku berantam? Apa masalah ayah ibuku berantam? Anak-anak selalu ingat kejadian orang tuanya dan terus-menerus menghantui pikirannya dari situlah penyebab anak menjadi malas dan prestasi belajarnya menjadi menurun. Pendidikan pertama itu dari keluarga dan orang tua memasukkan ke sekaah disitu lah guru-guru memberikan ilmu pengetahuan. Dan faktor dari luar (eksternal) yaitu dari teman-teman sekolah tersebut”

Peneliti menanyakan pertanyaan mengenai apa yang menyebabkan penyesuaian diri siswa menjadi menurun?

“kembali ke poin pertama yaitu minder, tidak percaya diri dan yang terakhir faktor keluarga.”

Dari hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 27 Januari 2021, pukul 09.30 WIB dapat dijelaskan bahwa untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa ialah berilah anak reward atau apresiasi karena sudah mengerjakan

tugas dari guru, penguasaan lingkungan sekolah itu harus lebih baik lagi supaya siswa tersebut tidak ada merasa minder dengan teman, tidak bersosialisasi dengan teman yang lain atau lingkungan sekitarnya. Selanjutnya peneliti menanyakan pertanyaan mengenai bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa?

“ibu mengumpulkan anak-anak yang sulit untuk menyesuaikan diri, disitulah saya jelaskan apa saja sisi positif kalau siswa beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan lingkungannya kemudian kelebihan dari siswa dapat beradaptasi dengan lingkungannya secara baik, sebenarnya itu bentuk dari motivasi siswa itu sendiri. Kalau siswa mampu beradaptasi atau menyesuaikan dirinya dengan teman nya otomatis diri siswa itu bisa dibawak kemana aja, jadi jelas disitu bahwasanya kita bimbing siswa itu supaya beradaptasi yang baik itu bagaimana?”

Peneliti menanyakan pertanyaan mengenai bagaimana proses bimbingan kelompok yang biasanya dilakukan di sekolah?

“menurut saya, saya melakukan bimbingan kelompok itu tidak terlalu formal, karena guru BK itu kan tempat siswa curhat, berkeluh kesah dan ada masalah keluarga dirumah. Ada beberapa siswa sudah datang ke ruang BK tetapi siswa tersebut masih juga tidak mau cerita apa yang sedang dialaminya tetapi saya tidak kehabisan cara, cara itu ialah saya kasih buku tulis dan pulpen baru saya bilang tulislah masalah kamu yang sedang dialami ibu enggak akan cerita sama siapa-siapa.setelah itu anak itu menulis di kertas dan bercerita dengan saya. Jadi prosesnya bimbingan kelompok itu dilaksanakan di ruang BK dengan kondusif.”

Pertanyaan terakhir mengenai sejauh mana efek bimbingan kelompok ini dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa?

“pelaksanaan bimbingan kelompok secara rutin dilakukan berefek ke arah yang positif dan sesuai yang kita harapkan”

Dari hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 27 Januari 2021, pukul 09.30 WIB dapat dijelaskan bahwa efek bimbingan kelompok dalam membantu masalah yang dihadapi siswa adalah berefek ke arah yang

positif. Efek buat siswa tersebut menjadi lebih baik lagi beradaptasi atau menyesuaikan diri di lingkungan dan teman sekitarnya.

c. Wawancara dengan wali kelas VII

Selain dengan kepala sekolah dan guru BK, peneliti juga melakukan wawancara dengan wali kelas pada tanggal 01 Februari 2021, pukul 08.30 WIB di SMP Swasta Al-Ulum Medan. Peneliti menanyakan tentang apa yang melatarbelakangi siswa tersebut menurun beradaptasi/penyesuaian dirinya?

“menurut saya pada masa pandemic ini yang melatarbelakangi siswa menjadi menurun penyesuaian diri atau beradaptasinya yaitu interaksi dengan temannya kurang efektif karena setiap hari anak selalu berhadapan dengan gadgetnya. Contohnya ialah saat mengumpulkan tugas atau mendata daftar hadir siswa dan guru tersebut menggunakan whatsapp atau aplikasi lainnya. Sedangkan menurut saya kalau pembelajaran tatap muka atau secara langsung, penyesuaian diri siswa itu tidak terlalu terkendala, mungkin siswa yang pemalu lah yang kurang menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungannya”

Berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas pada tanggal 01 Februari 2021, pukul 08.30 WIB dapat dijelaskan bahwa wali kelas mendapati anak yang kurang menyesuaikan dirinya, seperti anak yang pemalu. Peneliti selanjutnya menanyakan tentang apakah sering ibu jumpai siswa dikelas VII yang kurang beradaptasi/menyesuaikan dirinya?

“ada , tetapi tidak terlampau banyak. Saya lihat dikelas yang mana ada siswa membentuk kelompok-kelompok dan ada satu siswa yang menyendiri di kelas. Setelah itu saya tanya kepada siswa tersebut kenapa kamu tidak keluar atau ke kantin bareng dengan teman-teman dan dia hanya merespon senyum saja. itulah yang dikatakan kurang beradaptasi atau penyesuaian diri yang kurang baik”

Berdasarkan hasil wawancara 01 Februari 2021, pukul 08.30 WIB dapat dijelaskan bahwasanya wali kelas ada menjumpai anak yang kurang menyesuaikan diri dengan teman walaupun tidak terlampau banyak di kelas

tersebut. Selanjutnya peneliti menanyakan apa saja faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa tersebut?

“faktor yang pertama ialah faktor dari pola asuh dari keluarga karena itu dasar. Mungkin anak itu dirumah tertekan dan tidak leluasa mengeluarkan pendapat menurut saya itu berpengaruh bagi penyesuaian anak tersebut. Dan faktor yang kedua ialah lingkungan yang benar-benar baru buat dia, misalnya anak-anak dari sekolah yang sama dan ada seorang anak yang dari sekolah yang berbeda, jadi anak itu akan terlambat menyesuaikan dirinya”

Pertanyaan selanjutnya yang peneliti tanyakan adalah bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa yang kurang menyesuaikan diri dengan temannya?

“pelaksanaan bimbingan kelompok yang digunakan guru BK itu untuk menyelesaikan masalah anak tersebut menurut saya bagus, meltaih diri siswa yang mana bisa didiskusikan dengan guru BK. Anak tersebut mulai bisa berpendapat padahal kita tau sebelumnya anak tersebut tidak berani mengemukakan pendapatnya”

Pertanyaan terakhir yang peneliti tanyakan mengenai tentang apakah tersepat perubahan pada diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok?

“perubahan pada diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok adalah siswa sudah mulai berpendapat otomatis dia sudah bisa membuka dirinya dengan orang lain, nah disitulah dia sudah bisa menyesuaikan dirinya dengan teman nya”

2. Penyesuaian Diri Siswa

Peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa siswa yang menjadi subjek, yaitu 10 orang siswa kelas VII yang terdiri dari 5 orang perempuan dan 5 laki-laki. Dikarenakan sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan sedang melaksanakan pembelajaran daring, maka wawancara yang peneliti lakukan pun secara *online* melalui video call satu persatu dengan siswa yang bersangkutan.

Berikut pertanyaan yang diberikan kepada siswa-siswi kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan:

a. Sarah Nabila Balqis, 05 Februari 2021 pukul 10.00 WIB melalui video call

1) Menurut kamu, apa sih penyesuain diri?

“penyesuaian diri itu seperti beradaptasi dengan lingkungan atau beradaptasi dengan teman-teman sekitar”

2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, untuk saat ini belum sepenuhnya menguasai lingkungan sekolah karena masih pandemic ini. Dan kami datang ke sekolah dijadwalkan sama guru bahwasanya 1 minggu itu hanya 1 hari datang untuk mengantar tugas yang sudah diberikan guru tersebut. Tapi untuk ke depannya saya harap saya bisa menguasai lingkungan sekolah”

3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, untuk saat ini saya sebagian sudah akrab kak karena kami kan jarang jumpa karena pandemic ini. Jadi saya berharap saya bisa lebih akrab lagi dengan teman-teman”

4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah mendekatkan diri kepada siswa, misalnya siswa tersebut ada masalah guru BK itu lah yang membantu menyelesaikan masalahnya”

5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah lingkungan sekitar atau lingkungan rumahnya”

6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok secara baik kak. Itu saja sih menurut saya kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, caranya itu dengan mendekati diri ke siswa dan juga sering berkomunikasi dengan siswa tersebut”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah saya lebih berani untuk beradaptasi dengan teman sekitar karena guru BK sudah memberitahu cara yang baik untuk beradaptasi dengan lingkungan dan teman sekolah”

- b. Fazel Maula, 05 Februari 2021 pukul 10.30 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri itu adalah beradaptasi dengan suatu hal yang baru seperti lingkungan, teman dll”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“untuk saat ini belum kak, karena kami jarang datang ke sekolah karena adanya sekolah online atau daring ”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“tidak terlalu akrab kak, karena masa pandemic ini jadi kami jarang jumpa dan jarang juga datang ke sekolah”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada murid”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah kebiasaan murid dirumah”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok secara baik kak. Itu saja sih menurut saya kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, caranya itu dengan mengajak muridnya beradaptasi dengan lingkungan disekolah”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya saya layanan bimbingan kelompok itu bagus sehingga murid tidak takut berkomunikasi dengan teman di sekolah”

- c. Jusyifa Nazwa, 05 Februari 2021 pukul 11.00 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuain diri?

“penyesuaian diri adalah proses pengenalan diri kita terhadap lingkungan disekolah kak”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum sepenuhnya menguasai kak karena kami masih pembelajaran secara online atau daring”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, belum semua saya kenal kak. Kita tau karena ini masa pandemic juga kak, yang sudah akrab dengan saya ya teman sekolah sd dulu kak”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk membantu permasalahan murid disekolah, naik itu absen, kedisiplinan dan tingkah laku siswa”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah yang pertama apabila ada murid yang dibully oleh temannya jadi anak tersebut merasa minder, yang kedua adalah karena tidak percaya diri terhadap diri sendiri, dan yang ketiga

situasi yang ada di sekitarnya. Contoh lingkungan sekolah yang tidak sehat ”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok secara baik kak. Tetapi kurang efektif kak karena masa pandemic gini kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurutsaya ya kak, caranya itu ajak manusia melihat lingkungan sekolah nya ”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah saya lebih percaya diri lagi kak, kerana berkat guru BK sudah memberi tahu cara penyesuaian diri yang baik seperti apa”

- d. Haidar Hafiz Matondang, 05 Februari 2021 pukul 11.00 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuain diri?

“penyesuaian diri adalah beradaptasi dengan lingkungan atau teman sekitar”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak,karena masa pandemic ini saya belum terlalu menguasai sekolah kak”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, saya sudah akrab dengan beberapa orang saja kak dan saya mau berkenalan dengan teman yang lain”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk menyelesaikan masalah siswa-siswi disekolah”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah bisa jadi kak masalah keluarga dirumah ”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok itu dengan bagus kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, caranya dengan mendekati siswa ke siswa yang lain dan guru BK mengajak siswa berkeliling sekolah memberi tahu dimana letak ruangan kelas, ruangan Bk dan yang lainnya”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah cukup membantu kak, karena bisa adanya jalin kerja sama dengan teman lain kak karena saya orangnya pemalu kak”

- e. Naila Talita Sakhi, 05 Februari 2021 pukul 11.30 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku disekolah”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum sepenuhnya ya karena dimasa pandemic ini kita tidak bisa melakukan aktivitas sosialisasi dan berinteraksi”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, belum sepenuhnya juga kak. Alasannya sama seperti nomor 2”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk merubah kebiasaan buruk kita menjadi kebiasaan baik dalam diri kita dan memotivasi diri kita menjadi lebih baik”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah factor dari dalam diri sendiri, factor lingkungan keluarga dan lingkungan sekitar kak ”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok itu dengan bagus kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, caranya dengan memberikan arahan dan bimbingan itu kepada siswa ”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah saya jadi optimis bahwasanya kita bisa meningkatkan penyesuaian diri secara bersama-sama”

- f. Risky Aufaraihan Arifin, 05 Februari 2021 pukul 12.00 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri adalah tindakan yang dilakukan untuk membiasakan diri dengan lingkungan yang baru”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum sepenuhnya ya karena dimasa pandemic ini kita tidak bisa melakukan aktivitas sosialisasi dan berinteraksi”

3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, belum sepenuhnya juga kak. Alasannya sama seperti nomor 2”

4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk membantu dan membimbing muridnya agar mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya”

5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah dari dalam diri sendiri, lingkungan keluarga dan lingkungan sekitar kak ”

6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok itu dengan bagus kak”

7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, caranya dengan memberikan arahan kepada siswa agar siswa tersebut dapat menyesuaikan dirinya ”

8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah bagi saya bagus kak, krena saya tidak ada lagi rasa minder untuk akrab dengan teman”

g. M. Hafiz Azman Manurung, 05 Februari 2021 pukul 13.00 WIB melalui video call

1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri itu menempatkan diri kemana aja”

2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum kak, tetapi saya tetap ingin menguasai lingkungan sekolah”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, belum kak karena dimasa pandemic ini kami jarang jumpa ”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk menyelesaikan masalah anak murid ketika ada keributan dan masalah di sekolah”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah factor keluarga ”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok itu dengan bagus kak dan terkordinir”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, harus sabar dan memahami anak muridnya lagi ”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah lebih baik lagi beradaptasi dengan teman kelas dan lingkungan sekolah”

h. Aizza Zramanda, 05 Februari 2021 pukul 13.30 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri adalah proses atau cara kita membiasakan diri baik secara mental dan dan tingkah laku dalam berhubungan dengan orang lain maupun lingkungan”

2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum kak, karena masa pandemic ini kak”

3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, belum sepenuhnya kak. Karena kami jarang jumpa dan tidak ke sekolah ”

4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk memberi pemahaman dan pengembangan diri”

5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah kurang percaya diri”

6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok dengan bagus karena membuat siswa lebih terbuka dan siswa bisa menyesuaikan dirinya disekolah”

7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, guru BK harus memberi pemahaman kepada siswa yang mana penyesuaian diri yang baik itu”

8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah kita bisa lebih terbuka dan lebih nyaman lagi beradaptasinya kak”

i. Yasmin, 05 Februari 2021 pukul 14.00 WIB melalui video call

1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk mengenal dan beradaptasi dengan lingkungannya”

2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum kak, karena ada factor yang membuat saya susah menguasai lingkungan sekolah, di antaranya adalah adanya sekolah online atau daring yang membuat saya tidak bisa langsung menguasai lingkungan sekolah, dan kemampuan saya yang sulit untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah tersebut”

3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, untuk saat ini hanya beberapa teman yang akrab karena ada beberapa yang sulit untuk diajak berkomunikasi agar menjadi dekat”

4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya membantu siswa menyelesaikan masalahnya, bisa dari masalah sekolah atau keluarganya, serta menjadi tempat cerita atau saran yang ingin menceritakan tentang kesusahannya dalam suatu hal”

5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah factor dari anggota keluarga atau teman, dan factor lingkungan masyarakat yang buruk”

6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“cukup baik, guru BK telah tegas dalam mengatur siswa yang bermasalah”

7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurut saya ya kak, salah satunya ialah membuat kelompok tugas agar siswa satu sama lain bisa berkomunikasi”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah layanan yang diberikan itu bagus karena menjadi lebih mudah dalam menyesuaikan diri lagi dengan lingkungan”

- j. Fairuz, 05 Februari 2021 pukul 14.30 WIB melalui video call

- 1) Menurut kamu, apa sih penyesuaian diri?

“penyesuaian diri adalah proses atau cara kita membiasakan diri baik secara mental dan tingkah laku dalam berhubungan dengan orang lain maupun lingkungan”

- 2) Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?

“menurut saya ya kak, belum kak, karena masa pandemic ini kak dan masih terbatas ”

- 3) Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?

“menurut saya, untuk saat ini belum akrab kak karena jarang ketemu”

- 4) Menurut anda, apa sih fungsi guru BK di sekolah?

“fungsi guru BK menurut saya adalah untuk menyelesaikan masalah siswa tersebut”

- 5) Faktor apa aja sih yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?

“menurut saya kak, faktornya yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun ialah kurang percaya diri”

- 6) Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK di sekolah?

“guru BK melaksanakan bimbingan kelompok dengan bagus kak”

- 7) Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?

“menurutsaya ya kak, memberi pemahaman kepada siswa bagaimana penyesuaian diri yang baik itu”

- 8) Bagaimana tanggapan anda setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

“tanggapannya ialah dilakukan dengan sangat baik, siswa menjadi terbuka dan penyesuaian diri secara baik”

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan 10 orang siswa kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan, dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa penyesuaian dirinya sudah baik melainkan dimasa pandemik ini jadi terbatas untuk beradaptasi dengan teman dan lingkungan sekolah. Layanan bimbingan kelompok yang guru BK laksanakan pun sangat membantu siswa untuk lebih terbuka lagi dengan masalah yang dihadapinya yaitu penyesuaian diri yang menurun.

Dalam hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah, guru BK, wali kelas VII, dan siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan, dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan sering dilakukan oleh guru BK. Namun setelah guru BK tidak lagi memiliki jam pelajaran khusus, guru BK merasa kesulitan untuk mencari waktu yang tepat untuk memberikan layanan bimbingan konseling.

Selanjutnya peneliti melihat terdapat upaya dari guru BK melalui pemberian layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun dan memberi pemahaman kepada siswa tentang bagaimana meningkatkan penyesuaian diri siswa yang baik.

C. Pembahasan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK SMP Swasta Al-Ulum Medan melalui *video call group* dengan beberapa orang siswa kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan berlangsung dengan baik dan efisien, hanya saja terbatas pada sistem jaringan internet yang kurang baik membuat guru BK harus sesekali mengulang materi agar siswa benar-benar bisa memahami apa yang disampaikan oleh guru BK, yang mana materinya yaitu:

1. Pengertian penyesuaian diri
2. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri
3. Bagaimana meningkatkan penyesuaian diri siswa

Melalui tujuan dari pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan dalam bekerja sama dengan kepala sekolah, guru BK dan wali kelas VII maka tercipta pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

1. Berlangsung secara efektif dan efisien

Walaupun melalui *video call group*, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan yang diharapkan.

2. Menambah wawasan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK kepada siswa mengenai meningkatkan penyesuaian diri siswa menambah wawasan dan pengetahuan baru bagi siswa sehingga siswa menjadi percaya diri untuk menyesuaikan dirinya dengan teman dan lingkungan sekolah.

3. Bermanfaat

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mengenai meningkatkan penyesuaian diri siswa sangat bermanfaat bagi sekolah, guru, dan siswa yang mengikuti kegiatan layanan tersebut, peneliti dapat melakukan evaluasi terhadap hasil dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK SMP Swasta Al-Ulum Medan antara lain:

- a. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara terstruktur dan terencana serta berkelanjutan
- b. Di dalam pelaksanaannya guru BK menggunakan metode yang efektif
- c. Terdapat kerja sama antara guru BK, kepala sekolah dan wali kelas sehingga kegiatan layanan bimbingan kelompok bisa berjalan dengan baik.
- d. Bertambahnya pengetahuan siswa mengenai penyesuaian diri siswa sehingga diharapkan siswa mampu meningkatkan penyesuaian dirinya dengan lingkungan sekolah dan teman dengan baik.

Dalam layanan bimbingan kelompok, guru BK harus mampu berinteraksi dengan baik kepada siswa agar siswa mampu memahami materi yang disampaikan dan siswa mampu menerapkannya sehingga tidak ada lagi ditemukan siswa yang penyesuaian dirinya menurun di sekolah.

Keberhasilan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tidak terlepas dari terpenuhinya sarana dan prasana yang mendukung dan juga kerja sama yang baik dari semua komponen di dalam pendidikan SMP Swasta Al-Ulum Medan. Oleh karena itu peneliti berpendapat bahwa layanan bimbingan kelompok

yang dilakukan oleh guru BK SMP Swasta Al-Ulum Medan kepada siswa sangat baik sehingga perlu dipertahankan dan lebih ditingkatkan lagi.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan berjalan dengan baik dan mampu memberikan informasi kepada siswa seputar penyesuaian diri yang baik.

Berdasarkan hasil pengamatan pada saat kegiatan bimbingan kelompok berlangsung yang dilaksanakan oleh guru BK kepada siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada peningkatan penyesuaian diri antara sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok yaitu terdapat beberapa siswa yang antusias terhadap kegiatan bimbingan kelompok tersebut karena merasa diperhatikan, siswa menjadi lebih terbuka dan berani mengemukakan pendapatnya, lebih percaya diri, saling menghargai teman yang lain dan tidak ada rasa minder kepada siswa lainnya. Dan di mungkinkan hasil ini akan terus meningkat apabila secara terus menerus diberi perlakuan bimbingan kelompok dengan siswa tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dipaparkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan sebelum diberi layanan bimbingan kelompok terbilang cukup rendah, terdapatnya kurang percaya diri siswa, merasa minder dengan teman sekolah dan sulit beradaptasi dengan lingkungan sekolah.
2. Penyesuaian diri siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan yang menurun sering ditemukan, seperti siswa kelas VII. Faktor yang menyebabkan penyesuaian diri siswa yang menurun sebagian besar ialah faktor dari dalam diri siswa dan faktor keluarga siswa tersebut.
3. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan sudah berjalan dengan baik namun belum bisa dikatakan sempurna mengingat keterbatasan waktu yang dimiliki oleh guru BK membuat kesulitan untuk menjalankan program yang telah dibuat. Guru BK hanya memanfaatkan jam pelajaran kosong untuk masuk ke kelas dan memberikan layananm tentu hal tidak cukup untuk melaksanakan program. Guru BK melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang berkaitan dengan pengertian penyesuaian diri, faktor yang menyebabkan penyesuaian diri itu menurun dengan beberapa orang siswa kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan dengan efektif dan efisien.

4. Upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok yaitu dengan memberikan arahan kepada siswa untuk mengenal lingkungan dan teman sekitar sekolah anak tersebut secara baik dan benar. Namun dikarenakan keterbatasan jarak sehingga tidak bisa bertatap muka dan tidak memberikan layanan secara langsung maka pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilakukan secara *online* melalui *video call*.
5. Setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok penyesuaian diri siswa SMP Swasta Al-Ulum Medan meningkat, yang mana siswa sangat antusias dan merasa diperhatikan saat melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK, siswa menjadi lebih terbuka dan lebih berani mengemukakan pendapatnya, lebih percaya diri dan yang terakhir mudah beradaptasi dengan lingkungan sekolahnya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyarankan:

1. Bagi Kepala Sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan

Sekiranya lebih memberikan perhatian atau memaksimalkan pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilaksanakan guru BK dan kiranya dapat memberikan ruang atau waktu khusus terhadap pengembangan potensi yang dimiliki peserta didik atau konseli khususnya dalam menciptakan penerus bangsa yang memiliki rasa menghargai yang tinggi terhadap orang lain.

2. Bagi Guru BK

Kepada guru BK agar tetap sabar dalam melaksanakan layanan bimbingan konseling. Guru BK untuk lebih memaksimalkan pelayanan bimbingan konseling di sekolah agar siswa bisa mendapatkan bimbingan konseling dengan baik seperti membuat jam khusus sepulang sekolah agar layanan bimbingan konseling benar-benar terlaksana dengan baik.

3. Bagi Siswa

Peneliti berharap kepada siswa-siswi untuk lebih menyesuaikan diri dengan lingkungan dan teman sekolah. Selain itu siswa harus percaya diri juga biar tidak ada lagi rasa minder dengan teman yang lain dan menjadi lebih terbuka. Kegiatan yang dilakukan seperti menyapu, mengepel, atau sekedar merapikan barang-barang dikelas bisa jadi kegiatan ini yang membuat anak lebih percaya diri. Saat anak diberi sebuah tanggung jawab dan dia berhasil melakukannya dengan baik, maka rasa percaya dirinya akan meningkat dengan baik. Sehingga siswa itu nyaman dengan teman dan lingkungan sekolah.

4. Bagi Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan judul yang sama, diharapkan peneliti ini bisa dijadikan sebagai rujukan dan referensi dalam menambah literatur peneliti. Oleh karena itu dibutuhkan pemahaman dari kajian yang lebih dalam lagi mengenai meningkatkan penyesuaian diri siswa selain itu lebih memaksimalkan persiapan sebelum melakukan penelitian.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Amaliyah, Asri. 2010. *Meningkatkan Penyesuaian Diri Dalam Pemilihan Karier Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 14 Semarang Tahun Ajaran 2009/2010*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Semarang. Diakses 19 Februari 2021
- Ali Mohammad dan Mohammad Asrori. 2011. *Psikologi Remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ali, M. 2004. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi aksara
- Departemen Agama Republik Indonesia. *Al-Quran dan Terjemahnya*. Surakarta: cv. Al-Hanan
- Eddy Wibowo, Mungin. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press
- Erman Amti dan Prayitno. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Febriani, Deni. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Teras
- Ghufron dan Rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media
- Ibrahim. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Moleong, Lexy J. 2000, *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda
- Neviyarti, 2009. *Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Berorientasi Khalifah Fil*. Bandung: Alfabeta
- Nur Ghufron Muhammad dan Rini Risnawati S. 2019. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta:Ar-Ruzz Media
- Nurfuad Achlis. 2013. *Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII B Smp N 2 Juwana Tahun 2012/2013*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Diakses 21 September 2020
- Romlah, T. 2003. *Teori dan praktek Bimbingan dan Konseling*. Malang: UNM, Media Perintis
- Tarmizi. 2018. *Professional Profesi Konselor Berwawasan Islami*. Medan: Perdana Publishing.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Walgito, Bimo. 2003. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset

Winkel. 1997. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo

Wiratna Abdul, Ghofur. 2010. *Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2010/ 2011*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, Diakses 29 September 2020

BIODATA**A. Data Diri**

Nama Lengkap : Elfira Muniroh Manurung
 No. KTP : 1208196807990001
 Tempat, Tanggal Lahir : Bah jambi, 28 Juli 1999
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Status : Mahasiswa
 Alamat : Emplasmen Bah jambi
 RT/RW : 000/000
 Kelurahan/Desa : Bah jambi I
 Kecamatan : Jawa Maraja Bah jambi
 Anak ke : 2 dari 3 bersaudara
 Agama : Islam
 Alamat E-mail : elfiramuniroh@gmail.com
 No.HP : 0822 6866 3372

**B. Riwayat Pendidikan**

SD : SD Negeri 091567 2005-2010
 SMP : MTs. Swasta Al-Ikhlas Bah jambi 2010-2013
 SMA : SMA Negeri 3 Pematangsiantar 2013-2016

C. Data Orang Tua

1. Ayah

Nama Ayah : Alm. Timan Manurung
 Tempat, Tanggal Lahir : Bah jambi, 09 Januari 1969
 Pekerjaan : Pensiunan Karyawan BUMN
 Pendidikan Terakhir : SLTA
 No.HP : -
 Gaji Bulan : Rp.300.000
 Suku : Batak

2. Ibu

Nama Ayah : Fitri Yenni Purba
 Tempat, Tanggal Lahir : Gunung Pamela, 31 Agustus 1969
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Pendidikan Terakhir : SLTP
 No.HP : 0821 6831 0973
 Gaji Bulan : -
 Suku : Batak

D. Data Perkuliahan

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
 Stambuk : 2016
 Dosen PA : Drs. Mahidin, M.Pd

Tgl. Seminal Proposal : 14 Desember 2021
Tgl. Uji Komprehensif : 25 Januari 2021
Tgl. Sidang Munaqasyah : 09 Maret 2021
IP : Sem I : 3.90
Sem II : 3.64
Sem III : 4.00
Sem IV : 3.89
Sem V : 3.50
Sem VI : 3.44
Sem VII : 4.00
IPK : 3.77
Pembimbing Skripsi I : Dr. Tarmizi, M.Pd
Pembimbing Skripsi II : Sri Wahyuni, S.Psi. M.Psi
Judul Skripsi : Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan
Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan
Bimbingan Kelompok Kelas VII Di SMP
Swasta Al-Ulum Medan

Medan, Maret 2021
Saya Yang Bertandatangan

Elfira Muniroh Manurung
NIM 33.16.3.217

LAMPIRAN

LAMPIRAN I**RPL BIMBINGAN DAN KONSELING****TAHUN PELAJARAN 2020/2021****A. IDENTITAS**

1. Sekolah : SMP Swasta Al-Ulum Medan
2. Kelas/Semester : XI/Ganjil
3. Bidang Bimbingan : Kelompok
4. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
5. Topik/Pokok Bahasan : Penyesuaian Diri
6. Sasaran Layanan : Kelas VII
7. Waktu Pelaksanaan : 45 menit, Februari 2021
Penyelenggara : Guru BK
Tempat : *Video Call*
8. Tugas Perkembangan : Untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan baik di sekolah.
9. Standar Kompetensi : Mengetahui meningkatnya penyesuaian diri siswa
 - Indikator : - memahami pengertian penyesuaian diri
 - Mengetahui factor yang menyebabkan penyesuaian diri yang menurun
 - Mampu menguasai lingkungan sekolah dan teman
 - Nilai karakter : Kematangan sikap, dan pengontrolan perilaku yang di kembangkan

B. Tujuan Layanan : Meningkatkan penyesuaian diri siswa yang sering terjadi di sekolah

C. Materi Kegiatan : Terlampir

D. Uraian Kegiatan :

Tahap	Uraian kegiatan	Nilai karakter
I. Pembukaan (5 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, bedoa 2. Mengecek kehadiran 3. Penghangat suasana 	Religius Kekeluargaan Setia kawan
II. Kegiatan (30 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan topik layanan 2. Menjelaskan tujuan layanan 3. Guru BK meminta satu/dua prang untuk menjelaskan pengertian penyesuaian diri 4. Peserta didik yang lain diminta untuk menjelaskan faktor-faktor apa saja yang menyebabkan penyesuaian diri itu menurun 5. Guru BK merangkum jawaban dari peserta didik, kemudian menjelaskan maksud dari penyesuaian diri, faktor-faktor yang menyebabkan penyesuaian diri. 6. Peserta didik kemudian diminta 	Saling menghargai Saling menghormati

	untuk menyampaikan kenapa penyesuaian diri dia menurun dan bagaimana cara meningkatkan penyesuaian dirinya.	
III. Penutup (5 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberi kesempatan tiap siswa untuk bertanya 2. Guru BK menyimpulkan isi materi 3. Beberapa konseli diberi kesempatan memberikan kesan setelah mengikuti kegiatan 	Keberanian Terbuka Tanggung jawab

E. Metode/Teknik : Ceramah, bermain, penugasan

F. Media/Alat : Paper dan Meteri/Guru BK

G. Evaluasi : Penilaian segera

1. Evaluasi proses

2. Evaluasi produk/hasil

H. Tindak Lanjut : Memberikan layanan bimbingan kelompok bagi mereka yang bermasalah yang berkaitan dengan topik

LAMPIRAN II

MATERI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

PENYESUAIAN DIRI SISWA

A. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia dalam hidupnya tidak pernah terlepas dari hubungannya dengan orang lain, baik manusia dengan manusia dan manusia dengan makhluk lainnya. Dalam hal ini peneliti beranggapan bahwa manusia dalam melakukan proses hubungannya dengan manusia lain membutuhkan penyesuaian diri yang baik agar terciptanya hubungan yang harmonis, seperti yang telah peneliti paparkan di atas bahwa manusia membutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik agar mempunyai hubungan interpersonal dan intersosial yang memuaskan.

Menurut Satmoko, penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai symptom yang mengganggu (seperti kecemasan kronis, kemurungan, depresi, obsesi, atau gangguan psikosomatis yang dapat menghambat tugas seseorang), frustrasi, dan konflik. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali, dan keadaan tidak memuaskan. Tinggi rendahnya penyesuaian diri dapat diamati dari banyak

sedikitnya hambatan penyesuaian diri. Banyaknya hambatan penyesuaian diri mencerminkan kesukaran seseorang dalam penyesuaian dirinya.

B. Factor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri

Menurut Schneiders, setidaknya ada lima faktor yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri remaja, yaitu

a) Kondisi fisik

Seringkali kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat memengaruhi penyesuaian diri remaja adalah hereditas dan konstitusi fisik, system utama tubuh dan kesehatan fisik.

b) Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri adalah kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri, dan intelegensi.

c) Edukasi/pendidikan

Termasuk unsure-unsur penting dalam edukasi/pendidikan yang dapat mempengaruhi diri individu adalah belajar, pengalaman, latihan dan determinasi diri.

d) Lingkungan

Berbicara faktor lingkungan sebagai variabel yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri sudah tentu meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

e) Agama dan budaya

Agama berkaitan dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, prakti-praktik yang member makan sangat mendalam, tujuan serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Agama secara konsisten dan terus-menerus kontinu mengingatkan manusia tentang nilai-nilai intrinsic dan kemuliaan manusia yang diciptakan oleh Tuhan, bukan sekedar nilai-nilai instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia. Dengan demikian, faktor agama memiliki sumbangan yang berarti terhadap perkembangan penyesuaian diri individu. Selain agama, budaya juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu. Hal ini terlihat jika dilihat dari adanya karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Selain itu, tidak sedikit konflik pribadi, kecemasan, frustasi, serta berbagai perilaku neurotic atau penyimpangan perilaku yang disebabkan, secara langsung atau tidak langsung, oleh budaya sekitarnya. Sebagaimana faktor budaya juga memiliki pengaruh yang berarti bagi perkembangan penyesuaian diri individu.

LAMPIRAN III

Draf wawancara dengan kepala sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan

1. Menurut bapak apa alasannya seseorang kurang akrab dengan temannya?
2. Bagaimana usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya?
3. Menurut bapak apa saja factor yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa?
4. Apa yang menyebabkan terhambatnya proses belajar dan menurunnya prestasi siswa?
5. Apa yang menyebabkan penyesuaian diri siswa menjadi menurun?
6. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa?
7. Jelaskan bagaimana proses bimbingan kelompok yang biasanya dilakukan di sekolah!
8. Sejauh mana efek bimbingan kelompok ini dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa?

Draf wawancara dengan Guru Bimbingan konseling SMP Swasta Al-Ulum Medan

1. Menurut ibu apa alasannya seseorang kurang akrab dengan temannya?
2. Bagaimana usaha penguasaan siswa terhadap lingkungannya?
3. Menurut bapak apa saja factor yang mempengaruhi menurunnya motivasi diri siswa?

4. Apa yang menyebabkan terhambatnya proses belajar dan menurunnya prestasi siswa?
5. Apa yang menyebabkan penyesuaian diri siswa menjadi menurun?
6. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa?
7. Jelaskan bagaimana proses bimbingan kelompok yang biasanya dilakukan di sekolah!
8. Sejauh mana efek bimbingan kelompok ini dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa?

Draf wawancara dengan Wali Kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan

1. Menurut ibu apa yang melatarbelakangi siswa tersebut menurun beradaptasi/penyesuaian dirinya?
2. Apakah sering ibu jumpai siswa dikelas VII yang kurang beradaptasi/penyesuaian dirinya?
3. Apa saja factor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa itu tersebut?
4. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dalam menyelesaikan masalah siswa yang kurang menyesuaikan dirinya dengan temannya?
5. Apakah terdapat perubahan pada diri siswa setekah diberikan layanan bimbingan kelompok?

**Draf wawancara dengan Beberapa Siswa Kelas VII SMP Swasta Al-
Ulum Medan**

1. Apa sih pengertian penyesuaian diri?
2. Apakah kamu sudah menguasai semua lingkungan sekolahmu?
3. Apakah kamu sudah akrab atau beradaptasi dengan teman secara baik?
4. Apa sih fungsi guru BK disekolah?
5. Factor apa saja yang membuat siswa itu penyesuaian dirinya menurun?
6. Bagaimana layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK di sekolah?
7. Bagaimana upaya guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa tersebut?
8. Bagaimana tanggapan kamu setelah diberikan layanan bimbingan kelompok mengenai penyesuaian diri yang menurun?

LAMPIRAN IV

PEDOMAN OBSERVASI

1. Pedoman observasi ini digunakan untuk mengamati kondisi fisik SMP Swasta Al-Ulum Medan, termasuk sarana dan prasarana yang ada.
2. Observasi dilaksanakan oleh peneliti guna melakukan triangulasi terhadap informasi dan data yang diperoleh melalui wawancara online dan pengumpulan dokumen.
3. Observasi dilakukan untuk mengamati kegiatan yang berkaitan dengan upaya guru BK yang sesuai dengan penelitian.
4. Kegiatan observasi dilakukan secara langsung di SMP Swasta Al-Ulum Medan yang bersifat non partisipatif dengan fleksibel dan dilakukan secara terus menerus dalam waktu yang telah ditentukan .
5. Kegiatan observasi juga dilakukan secara *online* dengan mengamati pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan melalui *video call*.
6. Kegiatan observasi yang peneliti lakukan guna mencocokkan data yang diperoleh dari wawancara *online* dan dokumentasi.

HASIL OBSERVASI

Tanggal : 20 Januari s/d 03 februari 2021

Tempat : SMP Swasta Al-Ulum Medan

Waktu : 08.00 WIB s/d selesai

Subjek : Guru Pembimbing

No	Kejadian	Hasil analisis
1	Keadaan lingkungan sekolah dan sarana prasarana	Saran dan prasarana di sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan sudah baik, yang mana semua runagan dan peralatan berfungsi sebagaimana mestinya.
2	Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMP Swasta Al-Ulum Medan	Kurang efektif, karena hanya dilaksanakan apabila terdapat kelas kosong pada jam belajar, lebih sering memanggil satu perstau siswa untuk dilakukan konseling individu.
3	Masalah yang dihadapi ketika pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	Layanan bimbingan kelompok yang dilakukan secara online terdapat beberapa kendala, diantaranya adalah keterbatasan sinyal yang membuat siswa tidak mendengar dengan jelas apa yang disampaikan oleh guru BK.
4	Respon siswa selama	Siswa ,endemgar dengan seksama apa

	pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	yang disampaikan oleh guru BK melalui <i>video call grup</i> dan terdapat beberapa siswa yang terlihat aktif ketika guru BK melontarkan beberapa pertanyaan.
5	Hasil dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	Siswa menjadi lebih baik lagi untuk menyesuaikan dirinya dengan teman dan lingkungan sekolah, dan siswa lebih terbuka untuk berpendapat dan percaya diri.

Lampiran V



Lapangan SMP Swasta Al-Ulum Medan



Ruang Kelas VII



Ruang Kelas VII SMP Swasta Al-Ulum
Medan



Ruang BK SMP
Swasta Al-Ulum
Medan



Ruang Kepala Sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan



Ruang TU SMP Swasta Al-Ulum Medan



Wawancara Dengan Kepala Sekolah SMP Swasta Al-Ulum Medan



Wawancara Dengan Wali Kelas VII SMP Swasta Al-Ulum Medan



Wawancara dengan siswa melalui *video call*



Video call grup dengan siswa-siswi SMP Swasta Al-Ulum Medan



Wawancara dengan siswa melalui *video call*



Wawancara dengan siswa melalui *video call*



Wawancara dengan siswa melalui *video call*



Wawancara dengan siswa melalui *video call*