

PENGARUH BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL TERHADAP KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA KELAS X DI SMAN 1 PRAYA TIMUR TAHUN PELAJARAN 2020/2021

¹SAHMUN, ²MUJIBURRAHMAN, & ³M. SAMSUL HADI.

¹Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIPP, UNDIKMA, Mataram.

²Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIPP, UNDIKMA, Mataram.

³Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIPP, UNDIKMA, Mataram.

Email: Sahnun711@gmail.com

ABSTRACT

The Influence of Social Personal Guidance on the Social Adjustment Ability in X The problem in this study is that there is poor social adjustment showing destructive attitudes, disturbing others, and excessive shame so that they do not want to hang out with other people. The formulation of the problem in this study is whether there is an Influence of Social Personal Guidance on the Social Adjustment Ability in X grade Students of SMAN 1 East Praya in the Academic Year 2020/2021. The purpose of this study was to determine Influence of Social Personal Guidance on the Social Adjustment Ability in X grade Students of SMAN 1 East Praya in the Academic Year 2020/2021. The sample used in this study were 18 people. The instrument used in collecting data is the questionnaire method as the main method, while the interview, observation and documentation methods are complementary methods. In this case the questionnaire was developed in terms of social adjustment. Data analysis using t-test. In accordance with the results of the analysis with a significant level of 5%, it turns out that the calculated "t" value is greater than the "t" table or ($10.687 > 2.110$). So, the null hypothesis (H_0) reads "There is Influence of Social Personal Guidance on the Social Adjustment Ability in X grade Students of SMAN 1 East Praya in the Academic Year 2020/2021." stated "rejected" while the alternative hypothesis (H_a) which reads "There is an Influence of Social Personal Guidance on the Social Adjustment Ability in X grade Students of SMAN 1 East Praya in the Academic Year 2020/2021." declared "accepted". So it can be concluded that this research is "significant".

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah terdapatnya penyesuaian sosial yang kurang baik menunjukkan sikap merusak, mengganggu orang lain, dan malu yang berlebihan sehingga tidak mau bergaul dengan orang lain. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur tahun pelajaran 2020/2021. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 18 orang. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah metode angket sebagai metode pokok, sedangkan metode wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai metode pelengkap. Dalam hal ini angket dikembangkan dalam aspek-aspek penyesuaian sosial. Analisis data menggunakan uji t-tes. Sesuai dengan hasil hasil analisis dengan taraf signifikan 5% ternyata nilai "t" hitung lebih besar dari pada "t" tabel atau ($10,687 > 2.110$). Maka, hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi "Tidak Ada Pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur tahun pelajaran 2020/2021." dinyatakan "ditolak" sedangkan hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi "Ada Pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur tahun pelajaran 2020/2021." dinyatakan "diterima". Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini "signifikan".

Kata Kunci : Kemampuan Penyesuaian Sosial, Bimbingan Pribadi, dan Analisis t-Test

PENDAHULUAN

Masa remaja pada dasarnya merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa, biasanya ditandai dengan adanya berbagai perubahan dalam diri, baik dari dalam maupun dari luar. Perubahan ini mempengaruhi remaja dalam menyesuaikan diri terhadap orang-orang di sekitarnya juga di lingkungan remaja itu hidup dan berkembang. Masa remaja awal yang merupakan masa transisi keluar dari masa anak-anak, menawarkan siswa peluang untuk tumbuh bukan hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga dalam kompetensi kognitif dan sosial.

Remaja sebagai makhluk sosial berarti tidak dapat hidup tanpa orang lain, dirinya membutuhkan orang-orang di sekitarnya. Remaja harus menyesuaikan diri dengan teman sebaya dan harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di lingkungan keluarga dan sekolah. Oleh karena itu sebagai makhluk sosial, siswa dituntut untuk dapat mengatasi permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dirinya dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan norma yang berlaku.

Teman sebaya dapat menjadi pengaruh yang kuat dalam perkembangan siswa sebagai remaja. Hurlock (1980: 214) menegaskan bahwa kelompok sebaya dapat melakukan sosial dalam suasana di mana nilai-nilai yang berlaku bukanlah yang ditetapkan oleh orang dewasa melainkan oleh teman-teman seusianya. Dengan demikian pada masa remaja peran kelompok teman sebaya adalah besar.

Tugas perkembangan kemampuan bertanggung jawab secara sosial jika dapat dilalui oleh siswa akan dapat memperlancar hidupnya. Siswa akan merasa bahagia dan dapat meneruskan tugas perkembangan selanjutnya. Supaya dapat menjalankan tugas perkembangan membangun relasi atau hubungan yang lebih dewasa dengan baik, siswa perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru sebagai penyesuaian sosialnya. Lingkungan baru dalam lingkup ini adalah lingkungan sekolah. Sekolah akan memengaruhi kemampuan sosial siswa, karena sekolah menyediakan berbagai macam bentuk interaksi sosial sebagai tempat siswa berlatih mengasah kemampuan sosialnya. Relasi terjadi baik terhadap guru, teman sebaya, karyawan sekolah, dan lingkungan secara fisik tempat siswa belajar. Kemampuan dan kemauan siswa untuk belajar menerima otoritas guru, berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, dan bertanggung jawab terhadap tugasnya, serta bersedia bekerja sama dan menolong temannya merupakan bentuk kemampuan penyesuaian sosial siswa di sekolah. Penyesuaian sosial siswa kelas X di sekolah dapat mengarah pada penyesuaian diri yang baik dapat pula mengarah pada penyesuaian diri yang kurang baik. Penyesuaian diri yang baik misalnya saja siswa mampu dalam belajar, tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, dan mampu bersikap realistis.

Yusuf (2008: 198) yang juga menyatakan bahwa penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai "kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan relasi." Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Sedangkan Schneiders (dalam Gunarsa, 2017: 93) mengemukakan bahwa "penyesuaian sosial merupakan suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari dalam dirinya sendiri, yang dapat diterima oleh lingkungannya". Jadi penyesuaian sosial adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri maupun reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan. Sama halnya dengan belajar bahwa suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Mahsyar, at, al. 2019; Komsiyah, 2012).

Menurut Daradjat (1990: 11-12) faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian sosial tersebut antara lain: 1) faktor frustrasi (tekanan perasan), 2) faktor konflik (pertentangan batin), dan 3) kecemasan. Dalam hal ini, latihan-latihan kognitif tersebut dapat dilakukan melalui kegiatan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan bimbingan pribadi sosial.

Bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu berkembang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya secara bertahap dalam proses yang matang.

Menurut Yusuf (dalam Sulistyarini dan Mohammad Jauhar, 2014: 175), menyimpulkan bahwa “bimbingan pribadi sosial berarti upaya untuk membantu individu dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri sebagai upaya untuk mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual dan sebagainya, serta upaya membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan (pergaulan sosial)”.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh “Pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021.

METODE PENELITIAN

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun keadaan pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah di pahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan suatu penelitian ilmiah, sudah tentu melalui proses analisis data untuk mendapatkan hasil penelitian yang representatif. Dalam memproses data memerlukan beberapa langkah terutama yang berkaitan dengan masalah subyek dan obyek penelitian yang diperoleh dari hasil pengumpulan data melalui angket. Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah mengolah data atau menganalisis data tersebut secara statistik. Data yang diperoleh kemudian dimasukkan kedalam tabel kerja dan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni *one group pretest-posttest design* dimana dalam rancangan ini hanya terdapat satu kelompok subyek yaitu kelompok eksperimen sebagai kelompok yang dikenakan perlakuan. Adapun populasi dalam penelitian ini yakni siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur sebanyak 238 siswa dan sampel sebanyak 18 siswa yang terindikasi mengalami penyesuaian sosial rendah berdasarkan hasil dari *pre-test*.

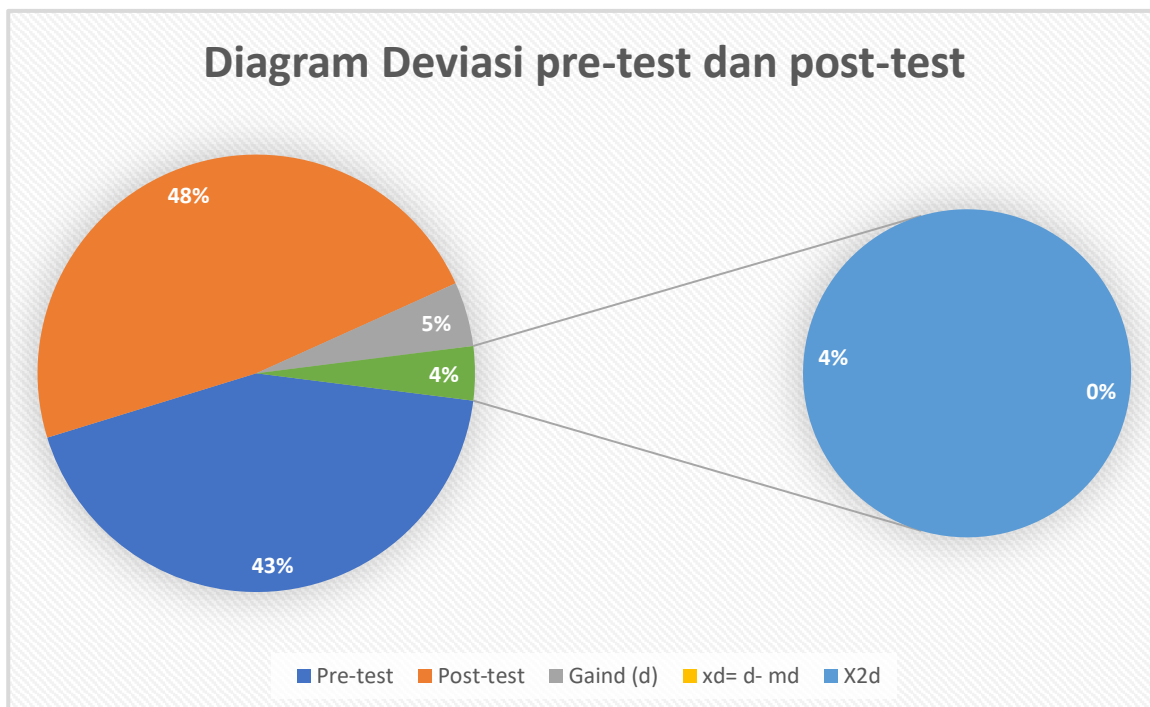
Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket penyesuaian sosial yang di susun berdasarkan aspek-aspek dari penyesuaian sosial sebagai aspek-aspeknya. Selain itu terdapat metode observasi, wawancara, serta dokumentasi yang menjadi metode pelengkap. Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan yakni analisis data *t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh melalui angket dalam penelitian ini dianalisis menggunakan rumus statistik *t-test*, sebelum data tersebut dianalisis menggunakan *t-test*, terlebih dahulu peneliti melakukan tabulasi data pada hasil skor angket yang diperoleh.

Tabel 1. Tabel Deviasi *pre-test* dan *post-test* Tentang Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021.

No	Subyek	<i>Pre- test</i>	<i>Post- test</i>	<i>Gaind</i> (d) Post test-Pretest	$xd = d \cdot md$	X^2d
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
JUMLAH		892	990	98	0	82,38
Nilai Rata-rata				Md=5,44		



Gambar 1. Diagram Deviasi *pre-test* dan *post-test* Tentang Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021.

Berdasarkan hasil perhitungan *t*-test yang diperoleh melalui analisis, nilai t_{hitung} diperoleh = 10,687 yang kemudian dikonsultasikan dengan nilai t_{tabel} dengan $d.b (N-1) = (18 - 1) = 17$ dengan taraf signifikansi 5% = 2,110. Dengan demikian nilai t_{hitung} hasil penelitian ini lebih besar dari t_{tabel} yakni $10,687 > 2,110$, maka hipotesis nihil (H_0) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (H_a) diterima pada taraf signifikansi 5% sehingga penelitian ini dinyatakan “signifikan” yang berarti ada Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dua kali yaitu sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan memberikan bimbingan pribadi sosial dan sesudah diberikan bimbingan pribadi sosial. Karena dalam penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test design*, maka digunakan satu kelompok eksperimen, hal ini berdasarkan pendapat Arikunto (2006) yaitu penelitian eksperimen semu (*quasi experimental*) merupakan penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok tanpa ada kelompok pembanding atau kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil pre total dan post total terdapat kenaikan nilai yang signifikan yang menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan menyesuaikan diri merujuk pada teori yang telah diungkapkan oleh Willis (1981) bahwa penyesuaian siswa kepada guru berarti siswa mengikuti dan menerima cara guru mengajar, sikap guru terhadap dirinya, dan sikap guru terhadap teman lain. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya berarti siswa dapat bergaul dengan teman di sekolah baik teman sejenis maupun lawan jenis dan dapat bekerjasama. Dikuatkan oleh Mappiare (1982) bahwa sikap remaja awal yang berkembang, terutama menonjol dalam sikap sosial, terlebih pada sikap sosial yang berhubungan dengan teman sebaya. Hasil tersebut jika dibandingkan dengan analisis data yang diperoleh melalui penelitian dengan menggunakan analisis statistik dengan rumus *t*-test, ternyata hipotesis nol (H_0) yang berbunyi: Tidak Ada Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X

di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021 ditolak, dan hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi: Ada pengaruh bimbingan pribadi sosial terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021 diterima. Dengan demikian, bahwa bimbingan pribadi sosial mempunyai peranan yang positif dalam membantu siswa yang mengalami masalah terkait dengan perilaku penyesuaian sosial yang nilai rendah. Tidak jauh beda dengan hasil penelitian yang diperoleh Budimisgiarni dalam penelitiannya yang berjudul “Penyesuaian Sosial Para Siswa Kelas VII SMP Taman Dewa Terhadap Lingkungan Sekolah” yakni, memiliki tingkat penyesuaian sosial kategori tinggi berjumlah 66 siswa (54,55%) dan siswa yang memiliki tingkat penyesuaian sosial kategori rendah berjumlah 55 siswa (45,45%) menunjukkan bahwa siswa dengan penyesuaian sosial kategori tinggi lebih banyak dibandingkan dengan siswa dengan penyesuaian sosial kategori rendah.

KESIMPULAN

Dari hasil uji *t-test* menunjukkan nilai “*t*” hitung sebesar 2.110 maka berdasarkan taraf signifikansi 5 % dan $db = 17$. Ternyata besarnya angka batas penolakan hipotesis nol yang dinyatakan dalam tabel distribusi adalah 2.110. Hal ini menunjukkan bahwa nilai “*t*” hitung lebih besar dari pada nilai *t* tabel ($10,687 > 2.110$) Karena “*t*” hitung lebih besar dari pada “*t*” tabel. Hal ini berarti bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: Ada Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021. dinyatakan “diterima”. Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini “*signifikan*”.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azam, Ulul. (2016). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan di Sekolah Teori dan Praktek*. Yogyakarta: Deepublish.
- Budimisgiarni, Maria (2011) *Penyesuaian sosial para siswa kelas VII SMP Taman Dewa terhadap lingkungan sekolah tahun pelajaran 2010/2011*. Skripsi thesis, Sanata Dharma University. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/19982>
- Daradjat, Zakiyah. (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Gunarsa D, Singgih Y. dan Gunarsa D, Singgih. (2017). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Penerbit Libri.
- Hurlock, B Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Jauhar dan Sulistyarini. M. (2014). *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Mahsyar, LMKT, Mujiburrahman dan Najamuddin. (2019). Pengaruh Teknik Biblioterapi Terhadap Sikap Kemandirian Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Lembar Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling*, 4 (7), 742 – 749. <https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita/article/view/2154>
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional
- Willis, S.S. (1981). *Problema Remaja dan Pemecahannya*. Bandung: Angkasa.
- Yusuf, Syamsu H. LN. (2008). *Psikologi Perkembangan anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.