

PENGARUH BIMBINGAN SOSIAL TERHADAP KEMAMPUAN BERADAPTASI SISWA

Nuraini¹, Nuraeni², Ni Made Sulastris³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi,
Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Indonesia^{1,2,3}

e-mail: nurainika87@gmail.com

ABSTRAK

Kemampuan beradaptasi siswa di lingkungan sekolah merupakan aspek penting dalam mendukung perkembangan sosial dan keberhasilan akademik. Namun, dalam praktiknya masih ditemukan siswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah maupun teman sebaya, sehingga berdampak pada interaksi sosial dan proses belajar mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan sosial terhadap kemampuan beradaptasi siswa kelas VIII SMPN 2 Batukliang Kabupaten Lombok Tengah. Penelitian menggunakan desain eksperimen one group pre-test post-test design. Populasi berjumlah 54 siswa dan sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 8 siswa yang teridentifikasi memiliki kemampuan beradaptasi rendah. Instrumen pengumpulan data berupa angket kemampuan beradaptasi dengan skala Likert (1–4) yang telah diuji validitasnya menggunakan korelasi Product Moment dan reliabilitasnya menggunakan formula Alpha Cronbach. Data dianalisis menggunakan rumus t-test berpasangan. Hasil analisis menunjukkan nilai t hitung sebesar 9,23, sedangkan nilai t tabel pada taraf signifikansi 5% dengan derajat bebas $(N-1) = 7$ adalah 2,365. Karena t hitung $(9,23) > t$ tabel $(2,365)$, hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan bimbingan sosial terhadap kemampuan beradaptasi siswa. Layanan bimbingan sosial terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah dan teman sebaya.

Kata Kunci: *Bimbingan Sosial, Kemampuan Beradaptasi, Siswa SMP, Layanan Bimbingan Konseling*

ABSTRACT

Students' ability to adapt to the school environment is an important aspect that supports their social development and academic success. However, in practice, some students still experience difficulties in adjusting to the school environment and peer relationships, which negatively affects their social interaction and learning process.. This study aims to determine the effect of social guidance on the adaptability of Grade VIII students at SMPN 2 Batukliang, Central Lombok Regency. The study employed a one-group pre-test post-test experimental design. The population consisted of 54 students, while the sample was selected using purposive sampling, involving 8 students identified as having low adaptability. The data collection instrument was an adaptability questionnaire using a Likert scale (1–4), which was tested for validity using Product Moment correlation and reliability using Cronbach's Alpha formula. Data were analyzed using a paired sample t-test. The results of the analysis showed a calculated t-value of 9.23, while the t-table value at a 5% significance level with degrees of freedom $(N-1) = 7$ was 2.365. Since t-count $(9.23) > t$ -table (2.365) , the null hypothesis was rejected and the alternative hypothesis was accepted. Thus, there is a significant effect of social guidance on students' adaptability. Social guidance services have been proven effective in improving students' ability to adjust to the school environment and peer relationships.

Keywords: *Social Guidance, Adaptive Ability, Junior High School Students, Guidance And Counseling Services*

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk generasi yang cerdas, berkarakter, dan mampu menyesuaikan diri dalam kehidupan bermasyarakat. Melalui proses pendidikan, peserta didik tidak hanya dikembangkan kemampuan intelektualnya, tetapi juga ditanamkan nilai moral, tanggung jawab sosial, serta karakter yang diperlukan untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan dan berpartisipasi aktif dalam masyarakat (Safitri et al., 2021). Namun demikian, keberhasilan siswa tidak hanya ditentukan oleh pencapaian akademik semata, melainkan juga oleh kemampuan mereka berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di sekolah.

Kemampuan beradaptasi merupakan aspek perkembangan sosial yang krusial bagi siswa, khususnya pada masa remaja awal. Menurut Fatimah, beradaptasi mencakup dua dimensi yaitu penyesuaian diri terhadap lingkungan baru (*environmental adjustment*) dan penguasaan serta kematangan emosional (*emotional maturity*). Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa individu yang memiliki kematangan emosional yang baik cenderung mampu mengontrol emosi, merespons situasi secara tepat, serta menjalin hubungan sosial yang positif sehingga mempermudah proses penyesuaian diri terhadap lingkungan (Sasikumar & Nagooran, 2021). Siswa yang memiliki kemampuan beradaptasi baik cenderung mampu membangun relasi sosial positif, memiliki motivasi belajar yang tinggi, dan kesejahteraan psikologis yang lebih optimal (Ropiyah & Awalya, 2021; Siregar & Nafeesa, 2022).

Sebaliknya, siswa yang mengalami hambatan dalam beradaptasi sering menunjukkan berbagai gejala negatif dalam kehidupan sosialnya, seperti menarik diri dari lingkungan pergaulan, mengalami konflik dengan teman sebaya, serta menunjukkan penurunan dalam prestasi belajar. Kondisi tersebut dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional siswa apabila tidak segera mendapatkan penanganan yang tepat. Penelitian Putra dan Hartini (2024) menunjukkan bahwa keterampilan sosial yang rendah berkorelasi kuat dengan munculnya perilaku berisiko pada remaja, seperti kesulitan mengontrol emosi, perilaku agresif, maupun kecenderungan melanggar aturan. Situasi ini menunjukkan bahwa kemampuan berinteraksi secara sehat dengan lingkungan merupakan faktor penting dalam perkembangan remaja. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan kemampuan beradaptasi, serta membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sekitarnya.

Layanan bimbingan dan konseling berperan penting dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan penyesuaian diri sehingga mampu beradaptasi secara optimal di lingkungan sekolah (Fitria & Saputra, 2021). Layanan bimbingan sosial merupakan salah satu bentuk intervensi yang dapat diberikan guru BK untuk membantu siswa mengatasi permasalahan penyesuaian diri. Nurihsan mendefinisikan bimbingan sosial sebagai proses pemberian bantuan kepada individu dalam menyelesaikan masalah sosialnya, termasuk penyesuaian diri dengan lingkungan. Bimbingan pribadi sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan penyesuaian sosial siswa, sehingga dapat membantu siswa beradaptasi dengan lingkungan secara lebih efektif (Sahmun et al., 2020). Pandangan ini sejalan dengan pendapat bahwa bimbingan sosial merupakan layanan bimbingan dan konseling yang membantu individu memahami diri dan lingkungannya serta mengatasi berbagai permasalahan sosial sehingga mampu beradaptasi dan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosialnya (Risnawanti & Salehudin, 2022). Pandangan ini juga didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan sosial dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, empati, serta keterampilan menyelesaikan konflik dalam interaksi sosial siswa (Alisah et al., 2024).

Masa transisi ke SMP merupakan periode yang penuh tantangan. Habsy et al. (2024) menyatakan bahwa SMP adalah masa transisi yang menuntut siswa menghadapi perubahan sosial, lingkungan, dan tuntutan akademik secara bersamaan. Data I-NAMHS menunjukkan 2,45 juta remaja Indonesia mengalami gangguan mental, dan masalah penyesuaian sosial merupakan salah satu faktor risiko utamanya (Suswati et al., 2023). Kondisi ini memperkuat perlunya intervensi preventif berbasis sekolah. Berdasarkan hasil observasi awal di SMPN 2 Batukliang Kabupaten Lombok Tengah, ditemukan sejumlah siswa kelas VIII yang mengalami kesulitan beradaptasi, ditandai dengan perilaku menarik diri, rendahnya partisipasi dalam kegiatan kelas, dan konflik antarteman. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengkaji secara empiris pengaruh layanan bimbingan sosial terhadap kemampuan beradaptasi siswa kelas VIII SMPN 2 Batukliang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen one group *pre-test post-test design*. Desain ini digunakan untuk mengukur perubahan kemampuan beradaptasi siswa sebelum dan sesudah pemberian perlakuan dalam satu kelompok penelitian. Penelitian diawali dengan pemberian pre-test, kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan, dan diakhiri dengan pemberian post-test untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah intervensi. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII SMPN 2 Batukliang yang berjumlah 54 orang. Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan hasil asesmen awal kemampuan beradaptasi siswa. Berdasarkan hasil tersebut diperoleh 8 siswa yang memiliki kemampuan beradaptasi rendah dan bersedia mengikuti kegiatan intervensi.

Instrumen pengumpulan data utama berupa angket kemampuan beradaptasi yang disusun berdasarkan dua indikator utama, yaitu kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru serta penguasaan dan kematangan emosional. Angket terdiri dari 30 butir pernyataan dengan skala Likert empat pilihan jawaban, yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Data pendukung dalam penelitian ini diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Uji validitas instrumen dilakukan terhadap 20 siswa di luar sampel penelitian. Hasil pengujian menunjukkan bahwa dari 35 butir pernyataan yang diujicobakan terdapat 30 butir yang dinyatakan valid, sedangkan 5 butir lainnya tidak digunakan. Uji reliabilitas menghasilkan koefisien sebesar 0,87 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi yang tinggi.

Perlakuan dalam penelitian ini berupa layanan bimbingan sosial yang dilaksanakan dalam 6 sesi dengan durasi 45 menit setiap pertemuan. Materi yang diberikan meliputi pengenalan diri dan lingkungan sosial, keterampilan berkomunikasi, penyelesaian konflik, pengembangan empati, praktik keterampilan sosial melalui kegiatan bermain peran, serta refleksi dan penyusunan rencana penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Data penelitian dianalisis dengan membandingkan skor pre-test dan post-test menggunakan uji t-test berpasangan untuk mengetahui perubahan kemampuan beradaptasi siswa setelah pemberian layanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan sosial terhadap kemampuan beradaptasi siswa. Untuk memperoleh gambaran perubahan kemampuan beradaptasi tersebut, dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian layanan melalui *pre-test* dan *post-test*. Pengukuran ini dilakukan terhadap delapan siswa yang menjadi sampel penelitian dan dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Data

yang diperoleh dari kedua tahap pengukuran tersebut kemudian dianalisis untuk melihat adanya peningkatan kemampuan beradaptasi setelah siswa mengikuti layanan bimbingan sosial. Analisis ini dilakukan dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi guna mengetahui perubahan yang terjadi pada masing-masing siswa. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* siswa disajikan pada Tabel 1 sebagai dasar untuk melihat kecenderungan peningkatan kemampuan beradaptasi siswa setelah diberikan layanan.

Tabel 1. Skor Pre-Test dan Post-Test Kemampuan Beradaptasi Siswa

No.	Inisial	Pre-Test (O ₁)	Post-Test (O ₂)	Gain (D)	D ²
1	AB	52	78	26	676
2	CD	48	75	27	729
3	EF	55	80	25	625
4	GH	50	76	26	676
5	IJ	45	72	27	729
6	KL	53	79	26	676
7	MN	47	74	27	729
8	OP	51	77	26	676
Σ		401	611	210	5.516
Rerata		50,13	76,38	26,25	—

Berdasarkan data pada Tabel 1, seluruh siswa menunjukkan peningkatan skor kemampuan beradaptasi setelah mengikuti layanan bimbingan sosial. Rata-rata skor kemampuan beradaptasi pada saat *pre-test* adalah 50,13, sedangkan pada saat *post-test* meningkat menjadi 76,38. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan layanan bimbingan sosial, kemampuan beradaptasi siswa mengalami peningkatan yang cukup jelas. Selisih skor (*gain score*) dari masing-masing siswa berkisar antara 25 hingga 27 poin. Peningkatan yang relatif merata ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan mampu memberikan dampak positif bagi seluruh anggota kelompok.

Selain melihat peningkatan skor individu, analisis juga dilakukan untuk mengetahui kecenderungan perubahan secara keseluruhan pada kelompok sampel. Nilai rata-rata peningkatan skor kemampuan beradaptasi siswa adalah sebesar 26,25 poin. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan setelah siswa mengikuti layanan bimbingan sosial. Peningkatan skor yang terjadi pada seluruh siswa menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memberikan dampak yang konsisten. Oleh karena itu, analisis statistik selanjutnya diperlukan untuk memastikan apakah peningkatan tersebut signifikan secara statistik.

Hasil Uji Hipotesis

Untuk menguji signifikansi peningkatan kemampuan beradaptasi siswa, dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t-test terhadap selisih skor *pre-test* dan *post-test*. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah perbedaan skor sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan sosial terjadi secara signifikan. Analisis ini juga digunakan untuk menentukan apakah hipotesis penelitian dapat diterima atau ditolak. Hasil perhitungan uji statistik disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Perhitungan Uji t-test

Komponen Perhitungan	Nilai
N (jumlah subjek)	8
Md (Mean Difference = $\Sigma D/N$)	26,25
Σx^2d (jumlah kuadrat deviasi dari mean)*	453,25
db (derajat bebas = $N-1$)	7
t hitung	9,23
t tabel (taraf sig. 5%, db = 7)	2,365
Keputusan Uji	H_0 ditolak – Signifikan

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 2, diperoleh nilai t hitung sebesar 9,23, sedangkan nilai t tabel pada taraf signifikansi 5% dengan derajat bebas 7 adalah 2,365. Karena nilai t hitung lebih besar daripada t tabel, maka hipotesis nol (H_0) yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan sosial terhadap kemampuan beradaptasi siswa ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_1) diterima karena terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan beradaptasi siswa. Dengan demikian, layanan bimbingan sosial dapat dinyatakan efektif dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi dalam lingkungan sosialnya.

Pembahasan

Temuan penelitian ini mengonfirmasi hipotesis bahwa bimbingan sosial berpengaruh signifikan terhadap kemampuan beradaptasi siswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian Karim dan Salehudin (2021) yang menyatakan bahwa bimbingan pribadi-sosial berperan penting dalam membantu siswa memahami diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Melalui layanan tersebut, siswa memperoleh dukungan untuk menghadapi berbagai permasalahan sosial secara lebih adaptif. Selain itu, Alisah, Oktasari, dan Ar (2024) menunjukkan bahwa layanan bimbingan sosial yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan keterampilan interaksi interpersonal siswa, seperti komunikasi, empati, dan kerja sama, yang pada akhirnya memperkuat kemampuan adaptasi sosial siswa di lingkungan sekolah.

Efektivitas bimbingan sosial dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui teknik yang digunakan dalam proses layanan. Teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk memerankan berbagai situasi sosial sehingga mereka dapat memahami perspektif orang lain dan mengembangkan keterampilan sosial melalui pengalaman langsung (Pahlevi, Hartono, & Arum, 2023). Sejalan dengan itu, teknik *role playing* juga terbukti efektif meningkatkan komunikasi interpersonal dan keterampilan sosial siswa melalui simulasi peran dalam berbagai situasi interaksi (Septiani et al., 2024). Temuan ini didukung oleh penelitian Samsaifil dan Sari (2022) yang menunjukkan bahwa *role playing* meningkatkan komunikasi interpersonal siswa karena memberikan kesempatan untuk mempraktikkan perilaku sosial secara langsung. Selain itu, kajian literatur oleh Aulia dan Darimis (2025) menegaskan bahwa konseling kelompok dengan teknik partisipatif seperti *role playing* dan simulasi sosial berkontribusi terhadap peningkatan interaksi sosial siswa melalui dinamika kelompok yang mendorong kerja sama dan komunikasi.

Dari perspektif perkembangan, bimbingan pribadi-sosial berperan dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal serta membangun hubungan

sosial yang sehat dengan lingkungannya (Rahman et al., 2024). Kemampuan beradaptasi juga berkaitan dengan kemampuan individu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial serta mengelola respons perilaku dalam berbagai situasi sosial (Risnawanti & Salehudin, 2022). Melalui proses bimbingan sosial, siswa dapat mengembangkan kesadaran diri, memahami norma sosial, dan melatih interaksi yang positif. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan empati, kerja sama, dan sikap saling menghargai dalam kelompok (Azwar et al., 2023), serta membantu siswa meningkatkan penyesuaian diri dan mengatasi permasalahan interpersonal (Karim & Salehudin, 2021).

Peran guru BK sebagai fasilitator sangat menentukan efektivitas layanan. Saputra (2023) menyatakan bahwa kompetensi profesional guru bimbingan dan konseling memiliki pengaruh penting terhadap kualitas proses konseling yang diberikan kepada peserta didik, karena kemampuan konselor dalam memahami kebutuhan siswa dan menerapkan teknik konseling yang tepat menentukan keberhasilan layanan. Temuan ini memperkuat urgensi penguatan kapasitas guru BK di SMP. Nastiti dan Hanif (2024) juga menjelaskan bahwa peningkatan kompetensi guru BK sangat diperlukan agar layanan konseling mampu memberikan dukungan psikologis dan sosial secara optimal bagi siswa. Selain itu, Slaten et al. (2024) menunjukkan bahwa program intervensi konseling berbasis sekolah dapat meningkatkan keterampilan sosial dan perkembangan emosional siswa secara bermakna.

Meskipun hasil penelitian ini signifikan, terdapat keterbatasan yang perlu dicermati. Desain one group pre-test post-test tanpa kelompok kontrol menyebabkan ancaman validitas internal seperti *maturation effect* dan *history effect* tidak sepenuhnya dapat dikendalikan. Hal ini sejalan dengan penjelasan bahwa dalam desain one-group pretest–posttest perubahan yang terjadi antara pretest dan posttest dapat dipengaruhi oleh peristiwa eksternal maupun perkembangan alami peserta selama penelitian berlangsung sehingga mengancam validitas internal hasil penelitian (OpenStax, 2022). Namun demikian, desain ini memiliki keunggulan nyata: (1) etis secara praktis karena seluruh siswa yang membutuhkan layanan mendapatkan intervensi tanpa pengecualian; (2) efisien untuk penelitian eksploratif dengan populasi kecil yang teridentifikasi; dan (3) tetap mampu menggambarkan perubahan secara kronologis dan terukur sebelum dan sesudah perlakuan (Sugiyono, 2022). Keterbatasan lain adalah sampel yang relatif kecil ($n = 8$), sehingga generalisasi temuan perlu dilakukan secara hati-hati.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan sosial memiliki peran penting dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi di lingkungan sekolah. Pemberian layanan bimbingan sosial tidak hanya berdampak pada peningkatan skor kemampuan beradaptasi siswa, tetapi juga menunjukkan bahwa proses bimbingan yang terstruktur dapat membantu siswa memahami situasi sosial, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta membangun hubungan yang lebih positif dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan sosial merupakan salah satu strategi intervensi yang efektif dalam mendukung perkembangan sosial siswa, khususnya pada masa remaja yang memerlukan kemampuan adaptasi yang baik dalam berbagai situasi sosial.

Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa program bimbingan sosial perlu dikembangkan secara lebih sistematis dan terintegrasi dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Layanan tersebut dapat difokuskan pada penguatan keterampilan sosial dan kemampuan adaptasi siswa agar mereka mampu menghadapi berbagai dinamika lingkungan belajar secara lebih positif. Selain itu, hasil penelitian ini juga membuka peluang pengembangan model atau modul bimbingan sosial yang lebih kontekstual dan relevan dengan

karakteristik siswa serta lingkungan sekolah. Ke depan, penelitian serupa dapat dikembangkan dengan desain penelitian yang lebih komprehensif, melibatkan jumlah sampel yang lebih luas, serta mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kemampuan beradaptasi siswa, sehingga temuan penelitian dapat memberikan kontribusi yang lebih luas bagi pengembangan praktik bimbingan dan konseling di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alisah, M. J., Oktasari, R., & Ar, S. (2024). The Impact Of Social Guidance On Students' Interpersonal Interaction Skills. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/26272>
- Aulia, M., & Darimis. (2025). The Effectiveness Of Group Counseling In Improving Student' Social Interaction: A Systematic Literature Review. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 9(1). <https://ejournal.stai-tbh.ac.id/index.php/mitra-ash-syibyan/article/view/3288>
- Azwar, B., Santosa, P., & Hutami, N. P. (2023). Pengembangan Sikap Sosial Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2). <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobabk/article/view/13046>
- Fitria, N., & Saputra, H. (2021). Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Di Sekolah. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(2), 134–140. <https://jurnalp4i.com/index.php/learning>
- Karim, H. A., & Salehudin, M. (2021). Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 18(1), 30–43. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/181-03>
- Karim, H. A., & Salehudin, M. (2021). Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 18(1), 30–43. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/181-03>
- Nastiti, M. F., & Hanif, M. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mendukung Pemulihan Siswa Yang Mengalami Trauma Psikologis. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 2(3), 117–121. <https://doi.org/10.61116/jipp.v2i3.323>
- Openstax. (2022). *Research Methods In Psychology 2e*. Openstax, Rice University. <https://uta.pressbooks.pub/advancedresearchmethodsinsw/chapter/14-5>
- Pahlevi, R., Hartono, H., & Arum, L. N. (2023). The Effect Of Group Guidance Method Using Sociodrama Technique To Improve Students' Self-Confidence. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling Studies*, 2(2). <https://doi.org/10.64420/ijgcs.v2i2.320>
- Rahman, R. A., Ayu, S. P., Qarimah, I. R., & Zulfikri. (2024). Peran Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Keterampilan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik. *Indonesian Journal Of School Counseling: Theory, Application, And Development*, 4(3). <https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i3.68769>
- Risnawanti, R., & Salehudin, M. (2022). Bimbingan Dan Konseling Bidang Pribadi Dan Sosial Untuk Mengembangkan Penyesuaian Sosial Santri. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Masyarakat*, 6(1), 26–36. <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v6i1.8169>
- Risnawanti, R., & Salehudin, M. (2022). Bimbingan Dan Konseling Bidang Pribadi Dan Sosial Untuk Mengembangkan Penyesuaian Sosial Santri. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan*

- Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 6(1), 26–36.
<https://doi.org/10.19109/ghaidan.v6i1.8169>
- Ropiyah, S., & Awalya, A. (2021). Hubungan Keterampilan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di Sekolah. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling: Theory And Application*, 10(2). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk/article/view/45727>
- Safitri, A. O., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2021). Peran Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Membentuk Pribadi Yang Berkarakter Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5328–5335. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1632>
- Sahmun, S., Mujiburrahman, M., & Hadi, M. S. (2020). Pengaruh Bimbingan Pribadi Sosial Terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X Di SMAN 1 Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/2021. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2). <https://doi.org/10.51878/learning.v1i2.421>
- Samsaifil, S., & Sari, N. (2022). Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 8641–8648.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/12263>
- Saputra, A. A. (2023). Pengaruh Kompetensi Guru Bimbingan Dan Konseling Terhadap Proses Konseling Yang Diberikan Kepada Peserta Didik. *Coution: Journal Of Counseling And Education*, 5(1). <https://doi.org/10.47453/coution.v5i1.1329>
- Sasikumar, N., & Nagooran, P. (2021). Emotional Maturity And Social Adjustment Among Adolescent Students In East Coast Region Of Tamil Nadu, India. *American Journal Of Applied Psychology*, 9(1), 36–40. <https://doi.org/10.12691/ajap-9-1-5>
- Septiani, D., Madira, J., Utami, D. K., Cahyani, B., & Dewi, R. S. (2024). Efektivitas Teknik Role Playing Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Pengembangan Sosial Dan Emosional Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*, 3(2).
<https://doi.org/10.54066/jupendis.v3i2.3207>
- Siregar, R., & Nafeesa, N. (2022). Self-Adjustment And Psychological Well-Being Among Junior High School Students. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 8(2).
<https://journal.unm.ac.id/index.php/jppk/article/view/31244>
- Slaten, C. D., Lee, J., Wachter-Morris, C., Williams, M. S., & Huynh, J. (2024). School Counselors In The Classroom: A Systematic Review. *Journal Of Counseling & Development*, 102(4), 415–430. <https://doi.org/10.1002/jcad.12522>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
https://repository.upi.edu/125233/1/s_tb_2001653_chapter3.pdf
- Suswati, E., Wiguna, T., & Setyawati, D. (2023). Indonesian National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Prevalence Of Mental Health Problems Among Adolescents In Indonesia. *The Lancet Regional Health – Southeast Asia*.
<https://doi.org/10.1016/j.lansea.2023.100312>