KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 11 SEMARANG

Skripsi

Disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling

Oleh
Annisa Dini Sabila
1301412052

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2016

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi yang berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang" benar-benar merupakan hasil karya sendiri bukan jiplakan karya orang lain. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang,

Annisa Dini Sabila

1301412052

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang"

disusun oleh :

Nama : Annisa Dini Sabila

NIM : 1301412052

telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 29 Desember 2016

Panitia:

Ketua

Dr. Hardjono, Edy Mulyono S.Pd., M.Si.
NIP. 196802042005011001

Sekretaris

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons.
NIP.196002051998021001

Penguji Utama

Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.
NIP. 19521120 197703 1 002

Penguji/Pembimbing I

Dra. Ninik Setyowani, M.Pd
NIP. 19521030 197903 2 001

Penguji/Pembimbing II

Prof. Dr. DYP. Sugiharto, M.Pd.,Kons.
NIP. 19611201 198601 1 001

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

MOTTO

"Kebahagiaan adalah keserasian. Tidak ada keserasian yang bisa dicapai tanpa penyesuaian diri"

(Annisa Dini Sabila)

\

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Almamaterku jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PRAKATA

Dengan memanjatkan puji syukur kepada Allah SWT atar rahmat dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang".

Dalam penulisan skripsi ini penulis telah menerima berbagai pngarahan, kritik, saran dan bantuan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang Prof. Fathur Rokhman, M.Hum. yang bertanggungjawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd. yang telah memberikan ijin pelaksanaan penelitian.
3. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons. yang telah memberikan ijin penelitian untuk menyelesaikan penyusunan skripsi.
4. Dosen Pembimbing I Dra. Ninik Setyowani, M.Pd. yang telah banyak memberikan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini. Terima kasih atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama ini,
5. Dosen Pembimbing II Prof. Dr. DYP. Sugiharto, M.Pd.,Kons. yang telah banyak memberikan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini. Terima kasih atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama ini.
6. Dosen Penguji Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons. yang telah menguji skripsi dan memberikan masukan untuk kesempurnaan skripsi.
7. Kepala sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 11 Semarang yang telah memberikan ijin dan membantu selamapelaksanaan penelitian.
8. Ayah, ibu, dan adik - adikku yang tiada hentinya selalu mendoakan, mendukung dan memberikan motivasi untukku.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan baik semangat, doa dan hal lain yang dibutuhkan selama penyusunan skripsi.

Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Semarang, Desember 2016

Penulis

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

ABSTRAK

Sabila, Annisa Dini. 2016. *Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang.*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I : Dra. Ninik Setyowani, M.Pd. dan Pembimbing II : Prof. Dr. DYP. Sugiharto, M. Pd., Kons.

Kata Kunci: penyesuaian diri; layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di kelas VII SMP Negeri 11 Semarang yang menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang rendah, dengan indikator penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif. Rumusan masalah yaitu apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efeektif meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk : (1) mengetahui penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, (2) mengetahui penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, (3) mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang. Manfaat penelitian ini memperkaya kajian tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap penyesuaian diri siswa.

Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design.* Populasi penelitian adalah siswa kelas VII, dan sebagai sampelnya adalah 12 siswa kelas VII yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah. Teknik sampel yang diambil dengan teknik *purposive sampling.* Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis penyesuaian diri. Teknik analisis data yang digunakan yakni analisis deskriptif persentase dan *Uji Wilcoxon*

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan penyesuaian diri pada siswa : (1) tingkat penyesuaian diri siswa sebelum diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berada pada kriteria rendah (50,44%), (2) tingkat penyesuaian diri siswa setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama masuk dalam kategori sangat tinggi (82,75%), (3) Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai t p=0,002 (p<0,05). Artinya hipotesis diterima, hal ini menunjukkan bahwa bimbingan teknik sosiodrama efektif meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP N 11 Semarang.

Simpulan penelitian ini adalah : (1) penyesuaian diri siswa sebelum dilakukan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama menunjukkan kategori rendah, (2) penyesuaian diri siswa setelah dilakukan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama menunjukkan rmasuk kategori sangat

tinggi, (3) bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan penyesuaian diri pada siswa. Saran dari penelitian ini adalah : (1) bagi Guru Bimbingan dan Konseling, hendaknya penelitian ini dapat menjadi referensi dalam memotivasi siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik, (2) bagi sekolah, agar dapat memberikan fasilitas dan mendukung pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama begitu pula layanan bimbingan dan konseling yang lain, (3) bagi peneliti lain, agar dapat dijadikan sebagai acuan penelitian terdahulu.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ii
PENGESAHAN iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN iv
PRAKATA v
ABSTRAK vii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GRAFIK xv
DAFTAR GAMBAR xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 8
1.3 Tujuan Penelitian 8
1.4 Manfaat Penelitian 9
1.5 Sisematika Skripsi 10

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu 11
2.2 Penyesuaian Diri 14
2.2.1 Pengertian Penyesuaian Diri 14
2.2.2 Karakteristik Penyesuaian Diri 16
2.2.3 Aspek – Aspek PenyesuaianDiri 21
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri 23
2.2.5 Penyesuaian Diri yang Behasil 27
2.3 Bimbingan Kelompok 28
2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok 28

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.3.2 Tujuan Bimbigan Kelompok 29
2.3.3 Jenis Bimbingan Kelompok 31
2.3.4 Asas – Asas Bimbingan Kelompok 32
2.3.5 Komponen Bimbingan Kelompok 33
2.3.6 Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok 36
2.4 Teknik Sosiodrama 45
2.4.1 Pengertian Sosiodrama 45
2.4.2 Tujuan Sosiodrama 46
2.4.3 Manfaat Sosiodrama 47
2.4.4 Kelebihan dan Kelemahan Teknik Sosiodrama 48
2.4.5 Prosedur Pelaksanaan Sosiodrama 49
2.4.6 Prosedur Pelaksaaan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama 53
2.5 Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri 56
2.6 Hipotesis 64

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian 65
3.2 Desain Penelitian 66
3.2.1 Penilaian Awal *(pretest)* 67
3.2.2 Perlakuan *(treatment)* 67
3.2.3 Penilaian Akhir *(posttest)* 68
3.3 Variabel Penelitian 70
3.3.1 Variabel Bebas 70
3.3.2 Variabel Terikat 70
3.3.3 Definisi Operasional Variabel 71
3.4 Populasi Sampel dan Teknik Sampling 71
3.4.1 Populasi 72
3.4.2 Sampel danTeknik Sampling 72
3.5 Metode dan Alat Pegumpul Data 74

3.6 Instrumen Penelitian..... 75
3.7 Validitas dan Reliabilitas Instrumen 77
3.7.1 Validitas Instrumen 77
3.7.2 Uji Reliabilitas Instrumen 79
3.8 Teknik Analisis Data..... 80
3.8.1 Analisis Deskriptif Persentase..... 80
3.8.2 Analisis Data Kuantitatif 82

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
4.1 Hasil Penelitian 84
4.1.1 Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Sebelum Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok denagn Teknik Sosiodrama 84
4.1.2 Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama 121
4.1.3 Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang 158
4.1.3.1 Hasil Pengujian Hipotesis 161
4.1.3.2 Deskripsi Proses Keefektfan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang 162
4.2 Pembahasan 189
4.2.1 Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Sebelum Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama 189
4.2.2 Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama 194

4.2.3 Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang 196
4.3 Keterbatasan Penelitian 203

BAB 5 PENUTUP

5.1 Simpulan 205
5.2 Saran 205

DAFTAR PUSTAKA 207
LAMPIRAN

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

2.1 Operasionalisasi Layanan Bimbingan Kelompok 39
2.2 Tahapan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik sosiodrama..... 54
3.1 Rencana Pemberian Layanan bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama 68
3.2 Data Populasi Penelitian 72
3.3 Kisi-Kisi Instrumen Penyesuian Diri 76
3.4 Interval Kriteria Penilaian Tingkat Penyesuaian Diri Siswa 82
4.1 Penyesuaian Diri Hasil *Pre-test* Per Siswa 84
4.2 Hasil Pre-Tes Penyesuaian Diri Per Indikator 85
4.3 Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Menunujukkan Ketegangan Emosional..... 87
4.4 Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Menunujukkan Adanya Frustasi Pribadi..... 91
4.5 Distribusi Frekuensi Indikator Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri 94
4.6 Distribusi Frekuensi Indikator Mampu Dalam Belajar..... 98
4.7 Distribusi Frekuensi Indikator Menghargai Pengalaman..... 101
4.8 Distribusi Frekuensi Indikator Bersikap Realistik Dan Objektif..... 106
4.9 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Bertahan 110
4.10 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Menyerang 114
4.11 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Melarikan Diri..... 117
4.12 Penyesuaian Diri Hasil *Post-test* Per Siswa..... 121
4.13 Hasil *Post-test* Penyesuaian Diri Per Indikator..... 122
4.14 Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Menunujukkan Ketegangan Emosional..... 124

4.15 Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Menunujukkan Adanya Frustasi Pribadi 138
4.16 Distribusi Frekuensi Indikator Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri 131
4.17 Distribusi Frekuensi Indikator Mampu Dalam Belajar 135
4.18 Distribusi Frekuensi Indikator Menghargai Pengalaman 138
4.19 Distribusi Frekuensi Indikator Bersikap Realistik Dan Objektif 143
4.20 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Bertahan 147
4.21 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Menyerang 150
4.22 Distribusi Frekuensi Indikator Reaksi Melarikan Diri 154
4.23 Hasil Presentase Skor *Pre-test* dan *Post-test* Per Siswa 158
4.24 Perbandingan *Pre-test* Dengan *Post-test* 160
4.25 Hasil Uji *Wilcoxon* 162

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GRAFIK

Grafik Halaman

4.1 Hasil *Pre-tes*t Penyesuaian Diri Per Indkator 86

4.2 Hasil *Post-tes*t Penyesuaian Diri Per Indkator 123

4.3 Perbandingan *Pre-test* dengan *Post-test* 161

4.4 Pertemuan 1 – 6 Proses Bimbingsn Kelompok Tekik Sosiodrama 189

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

2.1 Kerangka Berpikir 63

3.1 One-Group Pretest-Posttest Design 67

3.2 Hubungan Antar Variabel X dan Y 70

3.3 Prosedur Penyusunan Instrumen 76

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Pedoman Wawancara dan Hasil Wawancara Guru BK 213
2. Observasi Penyesuaian Diri Siswa 216
3. Rancangan Pelaksanaan Eksperimen 217
4. Kisi – Kisi Skala Penyesuaian Diri (*Try Out)* 219
5. Skala Penyesuaian Diri (*Try Out)* 220
6. Hasil Validitas dan Reliabilitas Uji Coba Instrumen 224
7. Kisi – Kisi Skala Penyesuaian Diri 231
8. Skala Penyesuaian Diri 232
9. Daftar Anggota Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama 236
10. Operasional BKp Teknik Sosiodrama 237
11. Satlan dan Materi Layanan 243
12. Sinopsis dan Skenario 285
13. Laperprog 303
14. Penilaian Laiseg (UCA) 326
15. Pedoman Observasi Penelitian 340
16. Hasil Analisis *Pre-Test* Penyesuaian Diri Siswa 348
17. Hasil Analisis *Post-Test* Penyesuaian Diri Siswa 347
18. Daftar Hadir Anggota Bimbingan Kelompok 348
19. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian 356
20. Dokumentasi Penelitian 357

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Manusia sebagai makhluk sosial adalah manusia yang senantiasa hidup dengan manusia lain (masyarakat). Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat terlepas dari kehidupan atau campur tangan orang lain. Rasa ingin hidup berdampingan dan saling membutuhkan adalah kebutuhan manusia sebagai makhluk sosial. Saling berinteraksi antara satu dengan yang lainnya merupakan wujud kehidupan sosial manusia sebagai makhluk sosial. Interaksi sosial merupakan hubungan-hubungan sosial yang menyangkut hubungan antar individu, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok. Tanpa adanya interaksi sosial maka tidak akan mungkin ada kehidupan bersama. Interaksi ini termasuk dalam proses sosial. Kemampuan individu untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya ini memerlukan penyesuaian diri yang baik, karena dengan penyesuaian diri ini individu dapat menempatkan diri dengan baik di lingkungan sosialnya.

Penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia. Bentuk penyesuaian diri ini berbeda-beda antara individu yang satu dengan yang lain. Ada sebagian orang yang dapat dengan mudah menyesuaian diri dengan tempat lingkungannya tinggal, namun ada pula sebagian yang merasa kesulitan untuk menyesuaikan dirinya. “Penyesuaian diri adaah suatu proses dinaik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dengan lingkungannya” (Sobur, 2003: 526).

Penyesuaian diri dalam prosesnya dapat muncul konflik, tekanan dan frustasi, dengan keadaan seperti itu individu didorong untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku yang tepat untuk membebaskan diri dari konflik agar individu dapat meningkatkan penyesuaian diri.

Masa remaja merupakan masa yang sangat kompleks karena pada masa tersebut remaja mengalami berbagai perubahan baik dari perubahan fisik maupun psikis, keadaan itu menuntut remaja menggali kemampuan yang dimiki untuk kemudian dikembangkan seoptimal mungkin, dalam mengembangkan kemampuan tersebut remaja sering mengalami keadaan yang tidak baik seperti apa yang diharapkan sehingga remaja perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan keadaan atau mengubah lingkungan sesuai dengan yang dikehendakinya dengan demikian remaja akan merasakan keserasian dalam dirinya.

Lingkungan hidup remaja tidak hanya keluarga namun juga masyarakat dan sekolah mengingat remaja sedang dalam tahap perkembangan menjadikan remaja mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri baik di keluarga, masyarakat dan sekolah. Remaja yang mengalami kesulitan penyesuaian diri mengakibatkan remaja menjadi pribadi yang kurang percaya diri, bahkan menarik diri dari lingkungan sosialnya atau melakukan tindakan – tindakan yang merugikan diri sendiri dan lingkungan. Penyesuaian diri yang baik akan menjadikan remaja mampu untuk mengatasi masalah dengan baik, mampu menempatkan dirinya pada suatu hal yang berguna bagi dirinya dan orang lain dikalangan masyarakat, mampu menempatkan dirinya pada lingkungannya dan kaya akan pengalaman dan ketrampilan sehingga menjadi pribadi yang sehat dan mandiri. Menurut Kartono

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

(2000 : 269-270) Pribadi yang sehat mentalnya ditandai dengan : (1) memiliki perasaan atau afeksi yang kuat, harmonis, dan seimbang, (2) memiliki kepercayaan , baik terhadap diri sendiri maupun terhadap pribadi lain, (3) punya kemampuan untuk memahami dan mengontrol diri sendiri, dan (4) punya relasi sosial yang memuaskan.

Permasalahan lain yang mungkin timbul dalam penyesuaian diri berkaitan dengan kebiasaan belajar, bagi siswa kelas VII yang baru masuk sekolah lanjutan tingkat pertama sering mengalami kesulitan dalam membagi waktu belajar. Ketidakmampuan siswa menyesuaikan diri di lingkungan sekolah akan menghambat kegiatan belajar siswa. Lingkungan yang berada di sekolah menengah pertama sangatlah berbeda waktu di sekolah dasar, mulai dari teman yang baru, guru yang baru, dan bahkan sampai aturan-aturan yang ada di sekolah menengah pertama.

Berdasarkan pengalaman dalam mengikuti kegiatan PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) di SMP N 11 Semarang, mendapati beberapa siswa menyalin pekerjaan rumah temannya di sekolah sebelum pelajaran dimulai, hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut belum dapat menyesuaikan diri dengan kegiatan belajar. Selain masalah tugas sekolah, anggapan – anggapan kesulitan mata pelajaran juga menjadi permasalahan dalam terhadap keberhasilan proses belajar. Siswa cenderung menganggap mata pelajaran tertentu sebagai mata pelajaran yang sulit dipelajari, padahal sebagai siswa yang memiliki minat belajar yang tinggi , semua mata pelajaran harus dapat diikuti dengan baik tenpa harus membedakan mata pelajaran tertentu dengan mata pelajaran yang lain.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa mereka merasa bosan dengan guru pelajaran di kelas. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut tidak dapat menyesuaikan diri dengan guru mata pelajaran di sekolah. Kegiatan belajar akan efektif ketika diikuti dengan seksama dan atas dasar kesdaran diri siswa.

Masalah yang sering terjadi juga berkaitan dengan pemilihan teman bermain di sekolah dan harapan memiliki banyak teman terkadang mengalami hambatan dikarenakan alasan gengsi untuk menjalin hubungan pertemanan secara wajar, tidak mamandang status sosial maupun yang lain, siswa semacam ini cenderung kelihatan menarik diri dari pergaulan antar teman di sekolah karena merasa minder, malu dan kurang bebas mengekspresikan apa yang dimiliki pada dirinya di bawah teman yang lain, atau justru cenderung lebih memilih dalam berteman.

Beberapa gejala tersebut juga dibenarkan oleh konselor sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor di SMP N 11 Semarang masih ada beberapa siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah. Siswa yang penyesuaian dirinya rendah tersebut ditunjukkan dengan: (1) sulit bergaul dengan teman, (2) beberapa siswa yang cenderung *introvet*, (3) siswa mengalami kesulitan untuk membuka diri terhadap keberadaan orang lain disekitarnya, (4) masih ada beberapa siswa yang terisolir dikelas karena terlalu pendiam, (5) beberapa siswa juga terlihat individualis, (6) tidak melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru, (7) adanya siswa yang membuat suasana gaduh dikelas, (8) masih ada siswa yang

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

melanggar tata tertib sekolah, (9) beberapa siswa terlihat malu untuk bertanya ketika diskusi.

Melihat fenomena yang terjadi pada siswa kelas VII SMP N 11 Semarang diatas mengenai rendahnya tingkat penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah, apabila hal tersebut tidak segera ditangani kebutuhan siswa dalam bidang pribadi, belajar, sosial dan karir akan terhambat dan mengakibatkan kurang optimalnya hasil belajar, dikarenakan lingkungan sekolah juga sangat mempengaruhi proses belajar mengajar. Apabila seorang siswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru, maka siswa tersebut kemungkinan besar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan, dan juga sebaliknya apabila seorang siswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah.

Guna meningkatkan penyesuaian diri tersebut dapat digunakan beberapa cara yang efektif, salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa. Asumsinya melalui kegiatan bimbingan kelompok, siswa dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap, perilaku normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri dan dapat menyesuaiakan diri dengan baik melalui dinamika kelompok.

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 ketrampilan berpikir yang dimunculkan dari rasa empati masing-masing anggota kelompok, serta dari munculnya gagasan atau ide-ide baru yang nantinya diharapkan dapat memberikan peningkatan siswa mengenai penyesuaian diri.

Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat teknik sosiodrama yang dipandang tepat dalam membantu siswa untuk memahami hubungan interpersonal. Hal ini sesuai dengan manfaat sosiadrama sendiri yaitu : 1) siswa tidak saja mengerti persoala-persoalan psikologis, tetapi mereka juga ikut merasakan perasaan dan pikiran orang lain bila berhubungan dengan sesama manusia. Ikut menangis bila sedih,rasa marah,emosi dan gembira. 2) siswa dapat menempatkan diri pada tempat orang lain dan memperdalam pengertian mereka tentang orang lain. Winkel (2004: 470) "Sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain, tingkat konflik- konflik yang dialami dalam pergaulan sosial." Jadi dalam sosiodrama membahas tentang masalah sosial yang disesuaikan dengan masalah yang dihadapi termasuk juga masalah penyesuaian diri di siswa.

Teknik sosiodrama dapat digolongkan dalam model pembelajaran sosial. Individu yang perilakunya ditiru menjadi model pembelajar yang meniru.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Sedangkan Mulyasa (2009: 39) yang mengemukakan dalam teknik sosiodrama siswa mempunyai kesempatan untuk menggali potensi belajar yang dimiliki melalui sebuah pemeranan tokoh tertentu kaitannya dengan permasalahan sosial. Teknik sosiodrama juga mempunyai implikasi terhadap penggunaan metode dan penyajian materi. indikasi kemampuan dan keterampilan siswa yang dapat dikembangkan dalam penerapan metode sosiodrama antara lain : siswa dapat melatih dan memiliki kemampuan kerjasama, Komunikatif, dan menginterpretasikan suatu kejadian.

Melalui kegiatan sosiodrama akan terjadi interaksi antar anggota kelompok dan akan timbul rasa saling percaya untuk mengungkapkan masalah. Melalui metode ini para siswa diajak untuk belajar memecahkan dilema-dilema pribadi yang mendukungnya dengan bantuan kelompok sosial yang anggota-anggotanya adalah teman-teman sendiri.

Dalam teknik sosiodrama digambarkan cara bersosialisasi yang baik dengan orang lain sehingga dapat memunculkan pemikiran rasional individu (pemeran) dapat meyakini bahwa setiap individu mampu melakukan cara bersoisalisasi yang baik dengan orang lain asalkan adanya keinginan untuk melatihnya. Dengan keyakinan diri tersebut , maka dasar perilaku yang percaya diri telah tertanam dalam diri individu. Dalam sosiodrama individu (pemeran) didorong untuk berbicara dan memberikan usul dalam permainan perannya. Jadi permaianan ini bukan saja meningkatkan kosa kata indvidu tetapi juga menimbulkan rasa percaya diri atas kemampuannya bekomunikasi dengan teman sebayanya , dimana komunikasi adalah salah satu syarat terjadinya interaksi sosial

dan termasuk didalamnya penyesuaian diri, hal tersebut merupakan ketrampilan yang diperlukan dalam masyarakat (sekolah) .

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrma untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, karena di SMP N 11 Semarang pernah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok namun belum efektif. Atas dasar pemikiran di atas, maka penulis mengajukan judul skripsi "Keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP N 11 Semarang".

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan utama dalam penelitian ini adalah bagaimana keefektifan layanan bimbigan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang. Dari rumusan masalah tersebut dapat dijabarkan menjadi:

1) Bagaimana penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ?
2) Bagaimana penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ?
3) Apakah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah mengetahui keefektifan layanan bimbigan kelompok menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan

penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang. Tujuan khusus peneltian ini adalah sebagai berikut:

1) Mengetahui penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.
2) Mengetahui penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.
3) Mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII SMPN 11 Semarang

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang meliputi :

1.4.1 Manfaat Teoretis

Sebagai bahan masukan dalam mengembangkan kajian keilmuan di bidang bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk mengadakan penelitian-penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat praktis

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai manfaat praktis bagi (1) guru Bimbingan dan Konseling, (2) bagi kepala sekolah, dan (3) bagi peneliti lain. Adapun penjelasan lengkap untuk masing-masing bagian sebagai berikut:

1.4.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan pertimbangan dalam meningkatkan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok

menggunakan teknik sosiodrama.

1.4.2.2 Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan agar sekolah dapat memberikan fasilitas dan mendukung program pemberian layanan bimbingan kelompok dan layanan bimbingan dan konseling yang lain.

1.4.3.3 Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan agar peneliti lain dapat mengembangkan penelitian dan dapat pula digunakan sebagai acuan penelitian terdahulu.

1.5 Sistematika Skripsi

Untuk memberi gambaran yang menyeluruh dalam skripsi ini, maka perlu disusun sistematika skripsi. Skripsi ini terdiri atas lima bab, yaitu:

Bab 1 Pendahuluan. Pada bab ini dijelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika skripsi.

Bab 2 Tinjauan Pustaka. Pada bab ini berisi mengenai kajian pustaka dan teori yang relevan dengan tema dalam skripsi ini.

Bab 3 Metode Penelitian. Pada bab ini menguraikan tentang jenis penelitian, desain penelitian, identifikasi subyek penelitian, definisi operasional, metode dan alat pengumpulan data, keabsahan data, dan teknik analisis data.

Bab 4 Hasil Penelitian dan Pembahasan. Pada bab ini dijelaskan mengenai hasil penelitian dan pembahasannya.

Bab 5 Penutup. Pada bab ini dijelaskan mengenai simpulan dan saran yang diakhiri dengan daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini disajikan tinjauan pustaka yang melandasi penelitian ini, meliputi: (1) penelitian terdahulu, (2) penyesuaian diri, (3) bimbingan kelompok, (4) teknik sosiodrama, (5) keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap penyesuaian diri siswa, (6) kerangka berfikir, dan (7) hipotesis.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti dan untuk membandingkan antara penelitian yang satu dengan yang lain.

Muhammad Syahrul (2015 : 46) penelitian yang dilakukan menyimpulkan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada semua siswa sangat besar setelah pemberian treatment. Keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria tinggi dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan kriteria sedang.

Iva Puji Ardayani (2013) hasil penelitiannya menyimpulkan meningkatnya penyesuaian diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK Assa'diyyah Kudus. Berdasarkan hasil observasi sebelum tindakan, pra siklus diperoleh rata-rata 28,4%. Dan pada siklus Imemperoleh rata-rata 57,5%.

Sedangkan pada siklus II memperoleh rata-rata 84% yang semula memperoleh 57,5% pada siklus I, meningkat menjadi 26,5%. Hal ini ditandai seperti : mengenal penyesuaian diri, meghargai orang lain, tanggung jawab dan kerjasama, etika bergaul dengan teman, dan bergaul dengan teman yang baik. Kesimpulan dijelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri kelas X SMK Assa'idiyyah Kudus Tahun Pelajaran 2012/2013. Hal ini terbukti berdasarkan hasil observasi pra tindakan menunjukkan ada 2 siswa dengan kategori cukup dan 6 siswa yang kategori kurang tingkat penyesuaian diri dalam hal memahami diri sendiri maupun orang lain,tanggung jawab dan kerjasama, etika bergaul dnegan teman, dan bergaul dengan teman yang baik.Pada siklus I menunjukkan peningkatan dari 6 siswa dengan kategori kurang menjadi kategori cukup dari 8 siswa.pada siklus II menunjukkan peningkatan menjadi 8 siswa dengan kategori baik.

Imam Subagyo (2013) dengan hasil penelitiannya menyimpulkan bimbingan kelompok dengan teknik outbound efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini dilakukan terhadap siswa SMP Negeri 7 Pemalang. Metode penelitian yang digunakan R & D (Reseach and Development), disain penelitiannya One Group Pretest and Posttest. Berdasarkan hasil uji lapangan dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik outbound efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Edy Irawan (2015) meneliti tentang pengembangan teknik permainan dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini dilakukan di SMP N 2 Pringsewu yang terletak di daerah Pringsewu

Timur. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP N 2 Pringsewu Tahun Ajaran 2013-2014 yang memiliki 9 kelas dengan jumlah 315 siswa. Hasil penelitian menemukan bahwa pengembangan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, ini terbukti bahwa kelima aspek penyesuain diri mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan treatment berupa teknik permainan dalam bimbingan kelompok.

Tri Yunita (2013) penelitian yang dilakukan menyimpulkan teknik sosiodrama dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri di sekolah siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Matesih thun pelajaran 2013/2014. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII dengan jumlah 36 siswa. Hasil penelitian menemukan ada perbedaan antara skor pre test dan skor post test melalui uji Wilcoxon dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang artinya bahwa terjadi peningkatan kemampuan penyesuaian diri pada siswa setelah mendapatkan bimbingan menggunakan teknik sosiodrama.

Wardatul Djannah dan Drajat Edy K (2012) yang meneliti bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya pada siswa kelas VII SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012. Hasil penelitian menemukan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dinyatakan efektif untuk meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan interaksi sosial dengan teman sebaya.

Dian Novita Safitri (2015) dengan penelitian yang dilakukan menyimpulkan bimbingan kelompok teknik sosiodrama berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa kelas X SMKN 2 Kediri . Hasil Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *Pre experimental design* dengan jenis *Pre test-post test one group design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan antara layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa kelas X SMKN 2 Kediri. Ditunjukkan dengan koefisien korelasi t hitung sebesar 10,78 > t tabel 5% sebesar 1,699.

2.2 Penyesuaian Diri

2.2.1 Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Pada dasarnya *maladjustment* terjadi pada semua individu, namun pada beberapa orang *maladjustment* itu demikia keras dan menetap sehingga menhancurkan atau mengganggu kehidupan yang efektif. Macam penyesuian diri mungkin saja berbeda-beda dalam sifat dan caranya. Ada sebagian orang menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial tempat dirinya bisa hidup dengan sukses, sebagian lainnya tidak sanggup melakukannya, boleh jadi mereka mempunyai kebiasaan yang tidak serasi untuk berperilaku sedemikian rupa, sehingga menghambat penyesuaian diri sosial baginya dan kurang menolongnya (Sobur, 2003: 524).

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjusment* atau *personal adjusment*. Penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, (Schneiders dalam Ali, 2005: 173-175) yaitu:

1) Penyesuaian diri sebagai adaptasi (adaptation), pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi, padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mngarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis.
2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (conformity), penyeuaian diri juga diartikan sama dengan penyesuaian yang mencakup konformitas terhadap suatu norma. Pemaknaan penyesuaian diri sebagai suatu usaha konformitas, menyiratkan bahwa disana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional.
3) Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (mastery), penyesuaian diri diartikan sebagai usaha penguasaan, yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan frustasi tidak terjadi.

Penyesuaian diri juga dapat diartikan mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga: mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri. Penyesuaian diri dalam artinya yang pertama disebut juga penyesuaian diri yang autoplastis (dibentuk sendiri), sedangkan penyesuaian diri yang kedua juga disebut penyesuaian diri yang aloplastis (alo = yang lain). Jadi, penyesuaian diri ada artinya yang "pasif", dimana kegiatan kita ditentukan oleh lingkungan, dan ada artinya yang "aktif", dimana kita pengaruhi lingkungan (Gerungan, 2009: 59-60).

Penyesuaian diri merupakan "perbaikan perilaku yang dibangun oleh seseorang". Seseorang yang merasa kalau selama ini perilakunya menyebabkan dirinya sulit untuk menyatu dan diterima dalam kelompok, maka orang tersebut

akan berusaha untuk memperbaiki perilakunya, sehingga dapat diterima oleh kelompok (Sobur, 2003: 525).

Penyesuaian diri adalah "kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungan" (Willis, 2006 : 55). "Penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya" (Fatimah, 2006: 194).

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruksi atau bangunan psikologi dalam diri seseorang yang luas dan komplek, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya sehingga memiliki kemampuan untuk bisa berada dalam lingkungannya (Desmita, 2009: 191)

Jadi penyesuaian diri menurut peneliti adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana individu tersebut tinggal. Penyesuaian diri di dalam penelitian ini lebih difokuskan pada lingkungan sekolah, yang dimana individu yang baru

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

dalam subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII yang baru masuk di dalam lingkungan sekolah yang baru yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP).

2.2.2 Karakteristik Penyesuaian Diri

Kategori penyesuaian diri ada dua yaitu penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif (Sunarto, 2002: 224-230):

1) Penyesuaian Diri secara Positif

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

a) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yaitu apabila ketika individu mampu menghadapisuatu masalah yang dihadapi mampu menghadapi dengan tenang dan tidak menunjukkan ketegangan, misalnya tenang, ramah, senang, dan tidak mudah tersinggung

b) Tidak menunujukkan adanya frustasi pribadi yaitu individu tidak menunjukkan perasaan cemas dan tegang pada situasi tertentu atau situasi yang baru, misalnya percaya diri dan tidak mudah putus asa

c) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri yaitu individu mampu menunjukkan atau memiliki pilihan yang tepat dan logis, individu mampu menempatkan dan memposisikan diri sesuai dengan norma yang berlaku, misalnya mempertimbangkan dahulu apa yang akan dilakukan dan berhati-hati dalam memutuskan sesuatu

d) Mampu dalam belajar yaitu individu dapat mengikuti pelajaran yang ada di sekolah, dan dapat memahami apa yang diperoleh dari hasil belajar,

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

misalnya senang terhadap pelajaran dan berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru

e) Menghargai pengalaman yaitu individu mampu belajar dari pengalaman sebelumnya, dan individu dapat selektif dalam bersikap apabila menerima pengalaman yang baik atau yang buruk, misalnya belajar dari pengalaman dan tidak melakukan kesalahan yang sama

f) Bersikap realistik dan objektif yaitu individu dapat bersikap sesuai dengankenyataan yang ada di lingkungan sekitarnya, tidak membedak-bedakan antara satu dengan yang lainnya, dan bertindak sesuai aturan yang berlaku.

2) Penyesuaian Diri secara Negatif

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah, yaitu:

a) Reaksi Bertahan (*defence reaction*)

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak mengahdapi kegagalan.Ia selalu berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk reaksi bertahan antara lain: a) rasionalisasi yaitu suatu usaha bertahan dengan mencari alasan yang masuk akal; b) represi yaitu suatu usaha menekan atau melupakan hal yang tidak menyenangkan; c) proyeksi yaitu suatu usaha memantulkan ke pihak lain dengan alasan yang dapat diterima.

b) Reaksi Menyerang (*aggressive reaction*)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya, ia tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain: a) senang membantu orang lain; b) menggertak dengan ucapan atau perbuatan menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka; c) menunjukkan sikap merusak; d) keras kepala; e) balas dendam; f) marah secara sadis.

Menurut Yusuf LN (2004 : 35) Reaksi Menyerang terefleksi dalambentuk – bentuk tingkah laku verbal dan non-verbal. Contoh yang verbal : berkata kasar, bertengkar, panggilan nama yang jelek, jawaban yang kasar, perkataan yang menyakiti hati, dan kritikan yang tajam. Sementara contoh yang non-verbal, diantaranya : menolak atau melanggar aturan, memberotak, berkelahi, mendominasi orang lain, dan membunuh.

c) Reaksi Melarikan Diri (*escape reaction*)

Reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain: a) banyak tidur; b) minum-minuman keras; c) pecandu ganja, narkotika; d) regresi/kembali pada tingkat perkembangan yang lalu.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penyesuaian ada dua macam, yaitu penyesuaian baik dan penyesuaian buruk. Karakteristik penyesuaian yang baik (Hurlock, 2007: 258) adalah :

a) Mampu dan bersedia menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia
b) Berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tiap tingkat usia
c) Bersedia menerima tanggung jawab yang berhubungan dengan peran mereka dalam hidup
d) Segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian

e) Senang memecahkan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan
f) Mengambil keputusan dengan senang, tanpa konflik dan tanpa banyak menerima nasihat
g) Tetap pada pilihannya sampai diyakinkan bahwa pilihan itu salah
h) Lebih banyak memperoleh kepuasan dari prestasi yang nyata ketimbang dari prestasi yang imajiner
i) Dapat menggunakan pikiran sebagai alat untuk merencanakan catak biru tindakan, bukan sebagai akal untuk menunda atau menghindari suatu tindakan
j) Belajar dari kegagalan dan tidak mencari-cari alasan untuk menjelaskan kegagalan
k) Tidak membesar-besarkan keberhasilan atau menerapkannya pada bidang yang tidak berkaitan
l) Mengatahui bagaimana bekerja bila saatnya bekerja dan bermain bila saatnya bermain
m) Dapat mengatakan "tidak" dalam situasi yang membahayakan kepentingan sendiri
n) Dapat mengatakan "ya" dalam situasi yang pada akhirnya akan menguntungkan
o) Dapat menunjukkan amarah secara langsung bila tersinggung atau bila hak-haknya dilanggar
p) Dapat menunjukkan kasih sayang secara langsung dengan cara takaran yang sesuai
q) Dapat menahan sakit dan frustasi emosional bila perlu
r) Dapat berkompromi bila menghadapi kesulitan
s) Dapat memusatkan energi pada tujuan yang penting
t) Menerima kenyataan bahwa hidup adalah perjuangan yang tak kunjung akhir

Sedangkan menurut Hurlock (2007: 269) tanda bahaya yang umum dari ketidakmampuan penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

1) Mengamuk akibat provokasi kecil
2) Menunjukkan tanda-tanda khawatir dan cemas secara berlebihan
3) Sering tampak depresif dan jarang tersenyum atau bergurau
4) Berulangkali mencuri barang-barang kecil, meskipun dihukum berat
5) Sering tampak terhanyut dalam lamunan
6) Menunjukkan kepekaan besar terhadap sindiran, yang nyata maupun yang dibayangkan
7) Sangat kasar terhadap anak kecil atau hewan
8) Kecemasan abnormal dalam keinginan mencapai kesempurnaan
9) Sering menyatakan lebih sering dihukum dari orang lain

10) Ketidakmampuan menghindari perilaku salah meskipun berulang kali diperingatkan dan dihukum
11) Perhatian berlebihan pada penampilan fisik
12) Kebiasaan berbohong untuk memenuhi suatu tujuan
13) Keragu-raguan yang berlebihan dalam menentukan pilihan yang relatif kecil
14) Permusuhan terhadap setiap jenis kekuasaan
15) Cenderung mudah mendapat kecelakaan
16) Nafsu makan tidak menentu dan rewel dalam pilihan makanan
17) Enuresis
18) Lari dari rumah
19) Hiperkritis dan merasa dirinya selalu benar
20) Membicarakan atau berusaha melakukan bunuh diri
21) Tindakan merusak yang berulang-ulang
22) Menganggu dan menggertak orang lain bila merasa ditolak
23) Merasa rindu bila jauh dari keluarga atau tempat yang dikenal
24) Membadut untuk menarik perhatian
25) Memproyeksikan kesalahan pada orang lain dan mencari-cari alasan bila dikritik
26) Mengadukan orang lain untuk mendapatkan perhatian dan persetujuan orang dewasa
27) Sikap iri hati, menutupi kekecewaan dengan mengecilkan nilai dan hal- hal yang tidak dapat dicapai

Dari beberapa teori diatas mengenai karakteristik penyesuaian diri, maka dalam penelitian ini seorang individu dalam hal ini siswa yang mempunyai tingkat penyesuaian diri yang positif ataupun yang negatif mudah untuk diketahui, sehingga membantu peneliti untuk mengkategorikan siswa dalam tingkat penyesuaian yang tinggi atau rendah.Karakteristik penyesuaian diri tersebut juga dapat menjadi bagian utama dari bahan acuan sebagai penyusunan instrumen penelitian ini.

2.2.3 Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Pada dasarnya, penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial (Fatimah, 2006: 207-208):

1) Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya.

2) Penyesuaian sosial, dalam kehidupan di masyarakat terjadi proses saling mempengaruhi satu sama lain yang terus-menerus dan silih berganti. Dari proses tersebut, timbul suatu pola kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai, dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Proses ini dikenal dengan istilah proses penyesuaian sosial.

Penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu: (1) kematangan emosional; (2) kematangan intelektual; (3) kematangan sosial; dan (4) tanggung jawab (Desmita, 2009: 195-196).

1) Kematangan emosional mencakup aspek-aspek:
   a) Kemantapan suasana kehidupan emosional.
   b) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain.
   c) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan.
   d) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.
2) Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek:
   a) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri.
   b) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya.
   c) Kemampuan mengambil keputusan.
   d) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan.
3) Kematangan sosial mencakup aspek-aspek:

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

a) Keterlibatan dalam partisipasi sosial.

b) Kesediaan kerja sama.

c) Kemampuan kepemimpinan.

d) Sikap dan toleransi.

e) Keakraban dalam pergaulan.

4) Tanggung jawab mencakup aspek-aspek:

a) Sikap produktif dalam mengembangkan diri.

b) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel.

c) Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal.

d) Kesadaran akan etika dan hidup jujur.

e) Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai.

f) Kemampuan bertindak independen.

Aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat meliputi empat aspek yaitu: kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab. Aspek-aspek tersebut kaitannya dalam penelitian ini yaitu dapatdigunakan peneliti sebagai bahan atau materi untuk pelayanan bimbingan kelompok tentang penyesuaian diri.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dari dilihat dari konsep psikogenik dan sosiopsikogenik. Psikogenik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis (Desmita, 2009 : 196-197). Pengalaman khusus ini lebih banyak berkaitan dengan latar belakang

kehidupan keluarga, terutama menyangkut aspek-aspek:

1) Hubungan orangtua-anak, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam keluarga, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter yang mencakup : a) penerimaan-penolakan orangtua terhadap anak, b) perlindungan dan kebebasan yang diberikan kepada anak, c) sikap dominatif-integratif (permisif atau sharing, d) pengembangan sikap mandiri-ketergantungan.

2) Iklim intelektual keluarga, yang merujuk pada sejauhmana iklim keluarga memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual anak, pengembangan berpikir logis atau irrasional, yang mencakup: a) kesempatan untuk berdialog logis, tukar pendapat dan gagasan, b) kegemaran membaca dan minta kultural c) pengembangan kemampuan memecahkan masalah, d) pengembangan hobi, e) perhatian orangtua terhadap kegiatan belajar anak.

3) Iklim emosional keluarga, yang merujuk pada sejauh mana stabilitas hubungan dan komunikasi di dalam keluarga terjadi, yang mencakup: a)intensitas kehadiran orangtua dalam keluarga, b) hubungan persaudaraan dalam keluarga, c) kehangatan hubungan ayah-ibu.

Sementara itu dilihat dari konsep sosiopsikogenik, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial di mana individu terlibat di dalamnya.

Bagi peserta didik, faktor sosiopsikogenik yang dominan mempengaruhi penyesuaian dirinya adalah sekolah, yang mencakup:

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

1) Hubungan guru-siswa, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam sekolah, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter, yang mencakup: a) penerimaan-penolakan guru terhadap siswa, b) sikap dominatif (otoriter, kaku, banyak tuntutan) atau integratif (permisif, menghargai dan mengenal perbedaan individu), c) hubungan yang bebas ketegangan atau penuh ketegangan.
2) Iklim intelektual sekolah, yang merujuk pada sejauh mana perlakuan guru terhadap siswa dalam memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual siswa sehingga tumbuh perasaan kompeten, yang mencakup: a) perhatian terhadap perbedaan individual siswa, b) intensitas tugas-tugas belajar, c) kecenderungan untuk mandiri atau berkonformitas pada siswa, d) Sistem penilaian, e) kegiatan ekstrakurikuler, f) pengembangan inisiatif siswa.

Proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal (Fatimah, 2006: 199-203). Faktor-faktor itu dapat dikelompokkan sebagai berikut:

1) Faktor fisiologis yaitu kesehatan dan penyakit jasmaniah berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Kualitas penyesuaian diri yang baik hanya dapat dicapai dalam kondisi kesehatan jasmaniah yang baik pula. Gangguan penyakit yang kronis dapat menimbulkan kurangnya kepercayaan diri, perasaan rendah diri,rasa ketergantungan, perasaan ingin dikasihi dan sebagainya.
2) Faktor psikologis, banyak faktor psikologis yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri seperti pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

kebutuhan, aktualisasi diri, frustasi, depresi dan sebagainya.

3) Faktor perkembangan dan kematangan, dalam proses perkembangan, respons berkembang dari respons yang bersifat instinktif menjadi respon yang bersifat hasil belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia, perubahan dan perkembangan respons, tidak hanya diperoleh melalui proses belajar, tetapi juga perbuatan individu telah matang untuk melakukan respons dan ini menentukan pola penyesuaian dirinya.

4) Faktor lingkungan, beberapa faktor lingkungan yang dianggap dapat menciptakan penyesuaian diri yang cukup sehat bagi remaja adalah sebagai berikut: (a) lingkungan keluarga yang harmonis yaitu lingkungan keluarga yang di dalamnya terdapat cinta kasih, respek, toleransi, rasa aman, dan kehangatan, seorang anak akan dapat melakukan penyesuaian diri secara sehat dan baik. Di lingkungan keluarga juga merupakan lahan untuk mengembangkan berbagai kemampuan, yang dipelajarinya melalui permainan, senda gurau, pengalaman sehari-hari dalam keluarga. Di dalam keluarga, seorang anak belajar untuk tidak menjadi egois, ia diharapkan dapat berbagi rasa dengan anggota keluarga dan belajar menghargai hak orang lain. Di dalam keluarga seorang anak mempelajari dasar-dasar dari cara bergaul dengan orang lain, (b) lingkungan teman sebaya yaitu menjalin hubungan erat dan harmonis dengan teman sebaya sangatlah penting pada masa remaja. Suatu hal yang sulit bagi remaja adalah menjauh dari dan dijauhi oleh temannya. Pengertian dan saran-saran dari teman akan membantu dirinya dalam menerima keadaan dirinya serta memahami hal-hal yang menjadikan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

dirinya berbeda dari orang lain dan keluarga orang lain. Semakin mengerti ia akan dirinya, semakin meningkat keadaannya untuk menerima dirinya, mengetahui kekuatan dan kelemahannya. Ia akan menemukan cara penyesuaian diri yang tepat sesuai dengan potensi yang dimilikinya, (c) lingkungan sekolah yaitu sekolah tidak hanya terbatas pada masalah pengetahuan dan informasi saja, tetapi juga mencakup tanggung jawab moral dan sosial secara luas dan kompleks. Dengan demikian, proses pendidika merupakan penciptaan penyesuaian antara individu dengan nilai-nilai yang diharuskan oleh lingkungan menurut kepentingan perkembangan individu.

5) Faktor budaya dan agama, proses penyesuaian diri anak, mulai lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat secara bertahap dipengaruhi oleh faktor-faktor kultur dan agama. Lingkungan kultural tempat individu berada dan berinterakasi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya.

Faktor-faktor penyesuaian diri diatas terbagi menjadi dua konsep yaitu konsep psikogenik dan sosiopsikogenik. Penelitian ini sangat berkaitan dengan salah satu diantara konsep tersebut, yaitu konsep sosiopsikogenik, dimana dalam penelitian ini untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan lingkungan , termasuk lingkungan sekolah. Konsep psikogenik dalam penelitian ini juga bermanfaat karena seorang individu atau siswa juga tidak akan pernah lepas dari keluarga.

2.2.5 Penyesuian Diri yang Berhasil

Penyesuaian diri yang berhasil menurut Winarna Surachmad (dalam

Sundari, 2005: 40) :

1) Bilamana dengan sempurna memenuhi kebutuhan, tanpa melebihkan yang satu dan mengurangi yang lain.
2) Bilamana tidak mengganggu manusia lain dalam memenuhi kebutuhan sejenisnya.
3) Bilamana bertanggung jawab terhadap masyarakat dimana ia berada (saling menolong secara positif).

Penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada dirinya dan lingkungannya. Memenuhi kebutuhan yang tidak berlebihan tidak merugikan orang lain dan wajib menolong orang lain yang memerlukan.

2.3 Bimbingan Kelompok

2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Istilah bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.Isinya dapat meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi, sosial, bertujuan menyediakan bagi anggota-anggota kelompok informasi akurat yang membantu mereka membuat perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat (Gibson, 2011:275).

Selain unsur terpenting yaitu anggota kelompok, bimbingan kelompok juga perlu adanya unsur penting lainnya yaitu dinamika kelompok, seperti yang dikatakan oleh Prayitno (1995:178) bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Selanjutnya dijelaskan oleh Prayitno dan Amti (2004:309) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok. Sukardi dan Kusmawati (2008:78) juga menyatakan bahwa bimbingan

kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupan sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama (Wibowo ,2005:17).

Menurut Sukardi (2010: 48) bimbingan kelompok adalah:

> Layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah pemberian layanan kepada sejumlah peserta didik secara bersama-sama dalam memperoleh bahan dari nara sumber untuk dibahas secara bersama-sama dengan cara mengembangkan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Berkaitan dengan penelitian ini maka bimbingan kelompok diberikan kepada siswa kelas VII (SMP) untuk secara bersama-sama

membahas suatu permasalahan dari narasumber sebagai upaya untuk mengenbangkan kemampuan siswa.

2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Ada beberapa tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh beberapa ahli, adalah sebagai berikut:

Menurut Wibowo (2005: 39), tujuan bimbingan kelompok yaitu memberikan informasi seluas-luasnya kepada anggota kelompok supaya mereka dapat membuat rencana yang tepat serta membuat keputusan yang memadai mengenai hal-hal yang berkaitan dengan masa depan serta cenderung bersifat pencegahan.

Tujuan bimbingan kelompok seperti yang dikemukakan oleh (Prayitno, 1995:178) adalah:

1) Mampu berbicara di depan orang banyak
2) Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak.
3) Belajar menghargai pendapat orang lain,
4) Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya.
5) Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).
6) Dapat bertenggang rasa
7) Menjadi akrab satu sama lainnya,
8) Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Pendapat lain mengenai tujuan bimbingan kelompok dikemukakan oleh Winkel dan Hastuti (2004:564) yaitu supaya orang yang dilayani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangannya sendiri dan tidak sekedar meniru pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah siswa dapat mengungkapkan pendapat serta menerima pendapat oranglain, dapat bersosialisasi dengan baik, dapat memahami dirinya dan mampu membuat keputusan sendiri sehingga dapat mencapai perkembangan diri yang optimal dan terlaksananya kehidupan efektif sehari-hari.Kaitan tujuan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalahselain tujuan umum dan khusus yang dipaparkan diatas, tujuan utama yang ingin dicapai adalah adanya peningkatan penyesuaian diri siswa.

2.3.3 Jenis-Jenis Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1995:25), pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dikembangkan menjadi dua jenis kelompok, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Berikut ini adalah penjelasannya:

1) Bimbingan Kelompok Tugas

Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok tugas, arti dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh para anggota kelompok melainkan diartikan kepada penyelesaian tugas.Tugas yang dikerjakan kelompok itu berasal dari pemimpin kelompok.Pemimpin kelompok mengemukakan suatu tugas untuk dibahas dan diselenggarakan oleh anggota kelompok.

2) Bimbingan Kelompok Bebas

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Dalam kegiatannya, anggota bisa mengemukakan segala pikirandan perasaannya dalam kelompok.Topik yang dibahas berasal dari anggota kelompok. Selanjutnya, apa yang disampaikan anggota dalam kelompok itulah yang menjadi pokok bahasan kelompok.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok mempunyai dua jenis, yaitu kelompok tugas dan kelompok bebas. Dalam kelompok tugas, topik yang dibahas sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok, sedangkan kelompok bebas membahas topik yang berasal dari anngota kelompok yang ada di dalam bimbingan kelompok tersebut.

Dalam penelitian ini digunakan topik tugas, dimana permasalahan yang dibahas dalam kelompok nanti ditentukan oleh pemimpin kelompok. Bimbingan kelompok dengan jenis kelompok tugas sangat berguna bagi organisasi yang berusaha meningkatkan fungsi dari anggota kelompok (Gibson, 2011:277). Kelompok tugas mengacu pada kelompok yang diorganisasikan untuk memenuhi kebutuhan keorganisasian atau aktivitas-aktivitas sosial.

2.3.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 13-15) dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa asas, diantaranya asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan dan keterbukaan, kekinian, dan kenormatifan juga asas keahlian.

1) Asas kerahasiaan

   Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan ke luar kelompok.

2) Asas kesukarelaan

Semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok

3) Asas keahlian

Yaitu diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.

4) Asas kegiatan dan keterbukaan

Para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, sara, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.

5) Asas kekinian

Yaitu memberikan topik atau materi yang dibahas bersifat aktual dan hal-hal yang terjadi sekarang, hal-hal yang direncanakan sesuai dengan kondisi sekarang

6) Asas kenormatifan

Semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok harus menerapkan enam asas di atas. Berbeda dengan asas bimbingan konseling secara umum yang memiliki sebelas asas dalam penyelenggaraannya. Bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan dalam penelitian akan menggunakan asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan dan keterbukaan, kekinian, kenormatifan serta keahlian. Anggota kelompok diharapkan tidak merasa terpaksa mengikuti kegiatan

bimbingan kelompok sehingga kegiatan dapat dilaksanakan dengan adanya penyampaian ide dan gagasan secara terbuka dari anggota kelompok tanpa melanggar norma yang berlaku.

2.3.5 Komponen-Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Komponen-komponen yang harus diperhatikan sehingga bimbingan kelompok dapat berjalan menurut Prayitno (2004: 4-13) adalah:

1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling professional.Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok.PK diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok antara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dalam bimbingan kelompok.

PK agar dapat menjalankan tugas dan kewajibannya secara professional, hendaknya memiliki karaktristik sebagai seorang yang mampu membentuk dan mengarahkan kelompok sehingga terjadi dinamika kelompok, berwawasan luas dan tajam, serta memiliki kemampuan hubungan antar-personal yang hangat dan nyaman.

Sehubungan dengan keterampilan dan sikap yang menyangkut hal-hal tersebut di atas, peranan PK menurut Prayitno (2004: 7) yaitu dalam mengarahkan suasana kelompok mempunyai peranan: 1) pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri dari 8-10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok,

2) penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok, apa, mengapa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan, 3) pertahapan kegiatan bimbingan kelompok, 4) penilaian segera (laiseg) hasil layanan bimbingan kelompok, 5) tindak lanjut layanan.

Secara umum hal yang perlu dikuasai oleh pemimpin kelompok adalah kemampuan dalam mengelola kelompok.Tugas pemimpin kelompok dikatakan berhasil apabila dinamika kelompok dapat terwujud. Apabila dinamika kelompok berjalan dengan baik maka akan dicapai tujuan umum maupun tujuan khusus bimbingan kelompok dapat tercapai. Dapat disimpulkan pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan professional dengan mempunyai keterampilan khusus, pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok.

2) Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok.Untuk terselenggarnya bimbingan kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok sesuai dengan persyaratan yang ada.Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat memengaruhi kinerja kelompok.Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar and tidak terlal kecil.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Menurut Wibowo (2005 : 18), peranan anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu aktif membahas permasalahan atau topic umum tertentu yang hasil pembahasannya itu berguna bagi para anggota kelompok : 1) berpartisipasi aktif dalam dinamika interaksi sosial, 2) menyumbang bagi pembahasan masalah, 3) mrnyerap beragai informasi untuk diri sendiri.

3) Dinamika Kelompok

Gladding (1995:27) mendefinisikan dinamika kelompok sebagai kekuatan dalam kelompok yang memiliki manfaat tersendiri, untuk memanfaatkan kekuatan tersebut adalah dengan melalui interaksi diantara para anggota dan pemimpin kelompok. Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuhkembangkan karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, asling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa dalam kehidupan kelompok yang menentukan gerak dan arah untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dinamika kelompok merupakan suatu kekuatan operasional yang dapat memicu adanya proses kelompok melakukan pertukaran informasi, komunikasi, dan semangat yang tinggi di antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok. Apabila dinamika kelompok dapat terjadi, maka ketercapaian tujuan kelompok juga memiliki kemungkinan yang besar.

2.3.6 Tahap Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam beberapa tahap (Prayitno, 1995 : 40-60) mengemukakan empat tahap yang perlu dilalui dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tahap-tahap itu dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Tahap pembentukan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tahap ini adalah tahap pengenalan dan perlibatan dari anggota ke dalam kelompok dengan tujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok.Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya.Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok; menjelaskan cara-cara dan asas-kegiatan kelompok; anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri; dan melakukan permainan penagkraban.

2) Tahap peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keragu-raguan atau belumsiapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

Tujuan dari tahap ini adalah terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya; makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan; makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

3) Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasan untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangankemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemipin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok; kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk bimbingan kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan; menetapkan topik yang akan dibahas dahulu; kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.

4) Tahap pengakhiran

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (follow up).Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut.Dalam kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui layanan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-

hari.Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (reinforcement) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri; pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan; membahas kegiatan lanjutan; kemudian mengemukakan pesan dan harapan

Berdasarkan asas dan tahapan di atas maka melalui bimbingan kelompok sesama anggota kelompok dapat saling membantu memecahkan masalah yang sedang dihadapi, selain itu dapat mengurangi ketergantungan pemecahan masalah kepada guru pembimbing.Bimbingan kelompok memiliki empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Dalam penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok, agar dapat berjalan dengan baik, maka perlu dilaksanakan tahap-tahap layanan secara sistematis, tahap-tahap tersebut dapat dioperasionalisasikan dalam tabel berikut:

Tabel 2.1 Operasionalisasi Layanan Bimbingan Kelompok

No.	Komponen	Kegiatan	Uraian Tugas
1.	Perencana-An	Mengidentifikasi topik yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok (topik tugas)	a. Mencari informasi dari berbagai sumber: buku, surat kabar, dan internet. b. Menentukan topik yang akan dibahas yaitu berkaitan dengan kemampuan penyesuaian diri siswa.
		Membentuk	a. Mengkoordinir anggota untuk

		kelompok	mengikuti kegiatan BKp. b. Mengkomunikasikan secara langsung mengenai penyelenggaraan BKp kepada calon anggota kelompok
		Menyusun jadwal kegiatan	Jadwal dibuat dengan menyesuaikan jadwal dan kesepakatan bersama anggota kelompok.
		Menetapkan prosedur layanan	a. Perencanaan kegiatan BKp b. Pelaksanaan kegiatan BKp c. Kegiatan evaluasi d. Analisis hasil evaluasi BKp e. Tindak lanjut dari hasil analisis evaluasi BKp f. Membuat laporan kegiatan
		Menetapkan fasilitas layanan	a. Menyiapkan alat tulis yang akan digunakan. b. Menyiapkan tempat yang nyaman. c. Menyiapkan media yang digunakan untuk layanan.
		Menyiapkan kelengkapan administrasi	a. Menyusun daftar hadir b. Menyusun laiseg c. Menyusun form laporan hasil kegiatan d. Menyediakan lembar resume kegiatan. e. Menyiapkan format hasil evaluasi, analisis dan tindak lanjut f. Menyiapkan materi layanan.
2.	Pelaksanaan	Mengkomunikasikan rencana layanan	Menyampaikan kepada anggota kelompok mengenai waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan sesuai kesepakatan yang telah disepakati.

		bimbingan kelompok	
		Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok	Mengkondisikan dan memastikan kesiapan anggota kelompok, tempat, waktu, fasilitas, serta kelengkapan administrasi.
		Menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok melalui tahap-tahap pelaksanaannya. a. Pembentukan b. Peralihan c. Kegiatan d. Pengakhiran	1. Tahap pembentukan a. Mempresensi anggota kelompok yang mengikuti layanan. b. Mengucapkan salam untuk membuka kegiatan. c. Mengucapkan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok. d. Memimpin doa sebelum kegiatan dimulai. e. Perkenalan untuk mengakrabkan. f. Menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilaksanakan. g. Menjelaskan tujuan yang akan dicapai melalui layanan yang diberikan. h. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok. i. Menjelaskan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok. j. Menjelaskan peran masing-masing, anggota kelompok dan pemimpin

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

			kelompok dalam kegiatan k. Penstrukturan waktu yang diperlukan untuk kegiatan bimbingan kelompok. 2. Tahap Peralihan a. Menjelaskan kembali kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya b. Memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan. c. Menjelaskan kembali tentang bimbingan kelompok. d. Jika anggota belum siap, diberikan permainan untuk mengakrabkan anggota sehingga dinamika kelompok dapat terjadi. 3. Tahap Kegiatan a. Mengemukakan topik bahasan yang telah disiapkan kepada anggota kelompok. b. Menjelaskan tentang tata cara dan prosedur bahasan yang akan dibahas. c. Bersama-sama mendiskusikan tentang topik yang akan dibahas. d. Merumuskan bahasan, apa saja yang akan dibahas dalam kegiatan ini. e. Mendiskusikan topik bahasan. f. Jika perlu melakukan selingan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

			permainan untuk mencairkan suasana. 4. Tahap Pengakhiran a. Menjelaskan pada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri. b. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan. c. UCA d. Membahas kegiatan lanjutan/tindak lanjut. e. Menutup kegiatan dengan doa. f. Mengucapkan terima kasih. g. Mengucapkan salam.
3.	Evaluasi	Menetapkan materi evaluasi	a. Dengan melihat pengetahuan dan penguasaan anggota kelompok. b. Mengamati aktivitas anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok sehingga tercapai tujuan dari kegiatan.
		Menetapkan prosedur evaluasi	a. Dengan proses tanya jawab. b. Diskusi. c. Menggunakan lembar laiseg.
		Menyususn instrumen evaluasi	Membuat laiseg.
		Mengoptimalkan	Membuat resume dari hasil Kegiatan

		instrumen evaluasi	
		Mengolah hasil aplikasi instrument	Membandingkan hasil laiseg dengan hasil diskusi terhadap kegiatan.
4.	Analisis hasil evaluasi	Menetapkan norma/standar analisis	Membuat batasan-batasan norma yang dilihat dari partisipasi dan keefektifan anggota.
		Melakukan analisis	Melihat hasil pemahaman anggota terhadap topik terkait dengan lembar laiseg.
		Menafsirkan hasil analisis	Memperkirakan apa yang diharapkan anggota kelompok setelah diselenggarakan kegiatan ini.
5.	Tindak lanjut	Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut	a. Mengadakan kegiatan BKp lanjutan b. Mengungkapkan jenis dan arah tindak lanjut pada anggota dengan kesepakatan bersama
		Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait.	a. Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait b. Mengkomunikasikan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan tindak lanjut kepada pihak terkait
		Melaksanakan rencana tindak lanjut.	Melaksanana kegiatan tindak lanjut yang telah direncanakan.
6.	Laporan	Menyusun	Membuat laporan dari hasil kegiatan

		laporan layanan bimbingan kelompok	yang telah dilakukan dari awal sampai akhir.
		Menyampaikan laporan kepada pihak terkait	Melaporkan hasil laporan kepada pembimbing.
		Mendokumentasi laporan layanan	a. Menggandakan hasil laporan layanan. b. Menyimpan laporan

2.4 Teknik Sosiodrama

2.4.1 Pengertian Sosiodrama

Sosiodrama merupakan salah satu jenis dari permainan peran. Menurut Djamarah (2002:115) sosiodrama merupakan sandiwara tanpa naskah yang dilakukan secara spontan atau tanpa latihan terlebih dahulu. Masalah yang didramatisasikan adalah mengenai situasi sosial.

Sosiodrama adalah metode pembelajaran bermain peran untuk memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan fenomena sosial, permasalahan yang menyangkut hubungan antara manusia seperti masalah kenakalan remaja, narkoba, gambaran keluarga yang otoriter,dan lain sebagainya. Sosiodrama digunakan untuk memberikan pemahaman dan penghayatan akan masalah-masalah sosial serta mengembangkan kemampuan siswa untuk memecahkannya (Sanjaya, 2012:160-161).

Sosiodrama merupakan salah suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Masalah – masalah yang di dramakan adalah masalah – masalah sosial. Sosiodrama dilakukan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama, individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatu situasi masalah sosi al. (Tohirin,2007 : 293).

Menurut Romlah (2001 : 104) sosiodrama adalah permaianan peranan yang ditunjukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik – konfik sosial yang disosiodramakan adalah konflik – konflik yang tidak mendalam yang tidak menyangkut gangguan kepribadian. Seperti pertengtangan antar kelompok sebaya, perbedaan nilai individu dengan nilai lingkungan, perbedaan nilai antara individu dangan orang tua, dan sebagainya. Sedangkan menurut Ahmadi dan Supriyono (2004:123) ,

> Teknik sosiodrama merupakan suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan kepada murid-murid untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-sehari di masyarakat. Maka dari itu, sosiodrama dipergunakan dalam pemecahan masalah – masalah sosial yang mengganggu belajar dengan kegiatan drama sosial.

Dengan demikian dapat dipahami bahwa sosiodrama merupakan teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan perilaku yang memiliki fungsi untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubugan interpersonal yang dilakukan dalam kelompok. Konflik – konflik sosial yang disosiodramakan adalah persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain, tingkat konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial. Teknik sosiodrama dalam penelitian ini diterapkan untuk siswa kelas VII dengan membahas permasalahan-

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

permasalahan yang dihadapi seperti pergaulan dan konflik-konflik yang dihadapi seperti kemampuan penyesuaian diri dengan teman baru.

2.4.2 Tujuan Sosiodrama

Menurut Hendrarno, dkk (2003:73) menyatakan bahwa tujuan sosiodrama yaitu mengidentifikasi masalah, memahami masalah, dan mencari jalan keluar pemecahanmya sehingga terjadi perubahan dan perkembangan pada diri anak. Sedangkan menurut Ahmadi dan Supriyono (2004:123) , tujuan dari pelaksanaan sosiodrama adalah :

1) Menggambarkan seseorang atau beberapa orang dalam menghadapi situasi sosial
2) Bagaimana menggambarkan cara memecahkan suatu masalah sosial
3) Menumbuhkan dan mengembangkan sikap kritis terhadap tingkah laku yang harus atau jangan sampai diambil dalam situasi sosial tertentu saja.

Menurut Djamarah (2010 : 88) Tujuan yang diharapkan dalam kegiatan teknik sosiodrama adalah :

1) Agar siswa dapat mengkhayati dan menghargai perasaan orang lain.
2) Dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab.
3) Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan.
4) Merangsang anggota kelompok untuk dapat berfikir dan memecahkan masalah.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat diperinci, bahwa tujuan dari sosiodrama adalah :

1) Individu berani mengungkapkan pendapat secara lisan
2) Memupuk kerjasama antar pemeran
3) Dapat menjiwai tokoh yang diperankan

4) Melatih cara berinteraksi dengan orang lain

5) Menunjukkan sikap berani dalam memerankan tokoh

6) Terpecahnya suatu masalah yang dihadapi seorang individu atau lebih

Tujuan teknik sosiodrama dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII.

2.4.3 Manfaat Sosiodrama

Sebagai salah satu teknik yang digunakan di dalam layanan bimbingan dan konseling, sosiodrama memiliki beberapa manfaat. Menurut Hendrarno, dkk (2003:73) sosiodrama berfungsi mengadaptasi dan menyesuaikan. Sedangkan Djumhur (2001:109) menyatakan bahwa "Sosiodrama dipergunakan sebagai suatu teknik di dalam memecahkan masalah-masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran."

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapat dimengerti bahwa fungsi sosiodrama adalah sebagai suatu teknik di dalam memecahkan masalah sosial, mengadaptasi dan menyesuaikan dengan permasalahan yang dialami individu melalui bermain peran

2.4.3 Kelebihan dan Kelemahan teknik sosiodrama

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Meskipun teknik sosiodrama ini sesuai dan efektif untuk meneliti permasalahan-permasalahan social sekaligus pribadi, namun demikian teknik sosiodrama ini tentunya memiliki beberapa kelebihan dan kelemahan (Djamarah, 2010 : 89-90)

1) Kelebihan Teknik Sosiodrama

Kelebihan teknik sosiodrama diantaranya :

a) Siswa melatih dirinya untuk dapat melatih, memahami, dan mengingat isi bahan yang akan didramakan sehigga siswa dapat menghayati isi cerita secara keseluruhan dan daya ingat siswa akan lebih tajam.

b) Siswa akan terlatih untuk berinisiatif dan berkreatif pada waktu memainkan peran / drama dan para pemain dituntut untuk mengemukakan pendapatnya sesuai dengan waktu yang tersedia.

c) Siswa dapat memupuk bakat yang ada dalam dirinya berkaitan dengan seni drama, sehingga kelak mereka akan menjadi pemain yang lebih baik..

d) Siswa dapat bekerjasama dengan antar pemain.

e) Siswa dapat terbiasa menerima dan membagi tanggungjawab dengan teman sesamanya.

f) Bahasa lisan akan terbina sehingga lebih mudah dipahami oleh orang lain.

2) Kelemahan Teknik Sosiodrama

Sedangkan kelebihan teknik sosiodrama diantaranya :

a) Sebagian anak yang tidak ikut bermain drama akan menjadi kurang kreatifkarena mereka hanya menjadi penonton.

b) Banyak memakan waktu dalam mempersiapkan siswa agar dapat memahami isi bahan pelajaran maupun pelaksanaan sosiodrama.

c) Memerlukan tempat yang cukup luas, sehingga perlu mengatur strategi jika dalam pelaksaan tempat yang digunakan terlalu sempit.

d) Mengganggu ketenangan kelas lain ketika yang di dramakan adalah

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

suasana kelas yang rame dan suara dari tepuk tangan penonton.

2.4.5 Prosedur Pelaksanaan Sosiodrama

Dalam melaksanakan teknik sosiodrama agar berhasil dengan efektif, maka perlu mempertimbangkan langkah-langkah yang akan ditempuh. Menurut Roestiyah (2001:91) prosedur sosiodrama adalah sebagai berikut:

1) Guru harus menerangkan kepada siswa tentang teknik sosiodrama dan kegunaannya dalam menyelesaikan masalah hubungan sosial. Kemudian, guru akan menunjuk beberapa siswa yang akan berperan dan yang menjadi penonton
2) Guru memilih masalah yang urgen, sehingga menarik minat anak.
3) Agar siswa memahami peristiwanya, maka guru harus bisa menceritakan sambil untuk mengatur adegan yang pertama
4) Bila ada siswa yang bersedia atau sukarela untuk berperan, guru harus menghargai tetapi juga harus mempertimbangkan apakah dia tepat untuk peranannya itu. Jika tidak, guru menunjuk saja siswa yang lebih memiliki kemampuan dalam berperan seperti yang diperankan
5) Jelaskan tugas masing-masing pemeran
6) Siswa yang tidak ikut berperan menjadi penonton yang aktif, selain melihat dan mendengarkan, mereka juga harus bisa memberi saran dan kritik pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama
7) Jika siswa belum terbiasa, perlu dibantu guru dalam menimbulkan kalimat pertama dalam dialog
8) Setelah sosiodrama dalam situasi klimaks, maka harus dihentikan, agar

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

kemungkinan- kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum.

9) Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi, walau mungkin masalahnya belum terpecahkan, maka perlu dibuka tanya jawab, diskusi atau membuat karangan yang berbentuk sandiwara.

Sedangkan menurut Sanjaya (2012:161-162) prosedur sosiodrama adalah sebagai berikut:

1) Persiapan
   a) Menentukan topik atau masalah serta tujuan yang hendak dicapai.
   b) Memberikan gambaran masalah dalam situasi yang akan diperankan.
   c) Pemilihan pemeran dapat dilakukan dengan menunjuk siswa yang kira-kira dapat mendramatisasi sesuai dengan maksud dan tujuan pelaksanaan sosiodrama. Menetapkan pemain yang akan terlibat, peranan yang harus dimainkan serta waktu yang disediakan.
   d) Mempersiapkan pemeran dan penonton, memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya khususnya pada siswa yang terlibat dalam pemeranan.
2) Pelaksanaan

Pemeran memainkan sosiodrama dan penonton mengikuti dengan penuh perhatian.

3) Tindak lanjut

Sosiodrama sebagai cara mengajar tidak berakhir pada pelaksanaan dramatisasi saja, melainkan hendaknya dilanjutkan dengan sesi tanya jawab,

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

diskusi, kritik, analisis, dan evaluasi.

Petunjuk menggunakan metode sosiodrama menurut pendapat (2010: 89) antara lain adalah sebagai berikut:

1) Menetapkan dahulu masalah-masalah sosial yang menarik perhatian siswa untuk dibahas
2) Ceritakan kepada siswa mengenai isi dari masalah-masalah dalam konteks cerita tersebut
3) Tetapkan siswa yang dapat atau yang bersedia untuk memainkan peranannya di depan kelas
4) Jelaskan kepada pendengar mengenai peranan mereka pada waktu sosiodrama sedang berlangsung
5) Beri kesempatan kepada para pelaku untuk berunding beberapa menit sebelum mereka memainkan peranannya
6) Akhiri sosiodrama pada waktu situasi pembicaraan mencapai ketegangan
7) Akhiri sosiodrama dengan diskusi kelas untuk bersama memecahkan masalah persoalan yang ada pada sosiodrama tersebut
8) Mengadakan penilaian hasil sosiodrama tersebut sebagai bahan pertimbangan lebih lanjut.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa secara garis besar langkah sosiodrama adalah persiapan, pelaksanaan dan tindak lanjut atau evaluasi. Langkah-langkah pelaksanaan sosiodrama secara lebh rinci adalah sebagai berikut:

1) Persiapan

a) Menentukan dan menceritakan situasi sosial yang akandidramatisasikan

b) Memilih pemeran

c) Mempersiapkan pemeran untuk menentukan peranan masing-masing

2) Pelaksanaan

a) Siswa melakukan sosiodrama

b) Pemimpin kelompok menghentikan pada saat situasi klimaks atau memuncak

c) Akhiri sosiodrama dengan diskusi tentang jalannya cerita, atau pemecahan masalah selanjutnya

3) Evaluasi/ tindak lanjut

a) Siswa diberi tugas untuk menilai atau memberi tanggapan terhadap pelaksanaan sosiodrama

b) Siswa diberi kesempatan untuk membuat kesimpulan hasil sosiodrama

2.4.6 Prosedur Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas topik yang bersifat umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok dalam penelitian akan digunakan sebagai perlakuan (*treatment*) dengan lebih dikhususkan pada penggunakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama merupakan teknik bermain peran yang memiliki fungsi untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal yang dilakukan dalam kelompok. Sosiodrama dapat dilakukan bila sebagian besar anggota dalam kelompok tersebut

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

menghadapi masalah sosial yang hampir sama, atau bila ingin melatih atau mengubah sikap-sikap tertentu.

Prosedur pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama mengikuti pelaksanaan bimbingan kelompok secara umum yang meliputi tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Pelaksanaan teknik sosiodrama pada saat tahap kegiatan. Pada tahap kegiatan anggota kelompok, membahas topik beserta sub topik yang sudah ditentukan pemimpin kelompok. Setelah topik selesai dibahas dan didiskusikan, pemimpin kelompok mengajak siswa melaksanakan sosiodrama dan menjelaskan tokoh-tokoh, topik yang akan di bawakan, tujuan dari topic yang dibawakan pada sosiodrama itu dan membagi tugas. Adapun pelaksanaan secara khusus dari bimbingan kelompok teknik sosiodrama adalah sebagai berikut:

Tabel 2.2 Tahapan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik sosiodrama

No.	Tahapan	Pemimpin Kelompok	Anggota Kelompok
1.	Pembentukan	1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih.	Merespon dengan membalas ucapan kembali kasih.
		2. Memimpin berdoa.	Berdoa.
		3. Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.	Memperhatikan, mendengarkan.
		4. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok diantaranya : - Format kegiatan - Peran anggota kelompok - Suasana interaksi.	Memperhatikan, mendengarkan.
		5. Menjelaskan asas-asas	Memperhatikan.

		bimbingan kelompok (kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kenormatifan, kekinian, kerahasiaan).	
		6. Menyampaikan kesepakan waktu.	Menyepakati waktu kegiatan.
		7. Perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghangatkan suasana agar saling terbuka, saling percaya, saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.	Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.
2.	Peralihan	8. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.	Memberikan respon jawaban atas kesiapan anggota kelompok.
		9. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan bimbingan kelompok.	Memperhatikan.
3.	Kegiatan	10. Menyampaikan topik yang akan dibahas	Memperhatikan.
		11. Menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas dalam kelompok.	Mendengarkan dan memperhatikan
		12. Menentukan sub topik yang akan dibahas	Mengusulkan sub topic yang akan dibahas.
		13. Pembahasan topik secara tuntas dengan anggota kelompok.	Berpartisipasi aktif mengemukakan pendapat, saran, dan solusi.
		14. Menjelaskan pelaksanaan sosiodrama dan mengkondisikan siswa untuk melaksanakan sosiodrama - persiapan a. menceritakan situasi sosial yang akan didramatisasikan dan membagikan skenario b. Memilih pemeran c. Mempersiapkan pemeran untuk	Mendengarkan dan memperhatikan serta berpartisiasi aktif untuk berperan dalam drama

		menentukan peranan masing-masing - pelaksanaan d. AK melakukan sosiodrama e. PK menghentikan pada saat situasi klimaks atau memuncak f. Diskusi jalannya cerita dan pemecahan masalah selanjutnya - Evaluasi g. Siswa diberi tugas untuk menilai atau memberi tanggapan terhadap pelaksanaan sosiodrama h. Siswa diberi kesempatan untuk membuat kesimpulan hasil sosiodrama	Mempersiapkan diri sebagai pemeran dan observer Melaksanakan drama dan mengobservasi jalannya permainan sosiodrama Memberi tanggapan terhadap pelaksanaan sosiodrama Menyimpulkan hasil soisodrama
		15. Memberi komentar/. kesimpulan atas tujuan cerita	Mendengarkan dan menyimpulkan
		16. Memberikan kegiatan selingan	Melaksanakan kegiatan selingan.
4.	Pengakhiran	17. Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera di akhiri.	Memperhatikan, mendengarkan.
		18. Menyimpulkan hasil dari topik yang telah dibahas.	Mendengarkan, menyimpulkan.
		19. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan: - Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok. - Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung. - Rencana yang akan dilakukan setelah mengikuti kegiatan. -Kesan yang diperoleh	Menjawab pertanyaan.

		selama kegiatan	
		20. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan bimbingan kelompok.	Menjawab pertanyaan.
		21. Mengucapkan terima kasih.	Menjawab.
		22. Memimpin doa.	Berdoa.
		23. Mengucapkan salam.	Menjawab salam.
		24. Perpisahan.	Saling berjabat tangan.

2.5 Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri

Pada banyak remaja, peran lingkungan dan teman sebaya sangat penting bagi kehidupan mereka. Hal tersebut sebagai upaya untuk membentuk kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Jika siswa tidak percaya pada dirinya sendiri, tidak mengenal dirinya sendiri, terlebih lagi jika siswa itu tertutup, pemalu, tidak peduli terhadap lingkungannya, selalu tidak nyaman di lingkungan yang baru, maka jalannya proses beradaptasi dengan lingkungan yang baru pun akan mengalami hambatan.

Peningkatan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok diperlukan untuk memberikan dorongan positif agar mereka mampu manghadapi hambatan dan mengatasi kesulitan terutama dalam hal belajar. Dalam hal ini peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok agar siswa juga dapat termotivasi melalui suasana kelompok sehingga dapat memperkuat motivasi internalnya. Bimbingan kelompok juga lebih efektif dalam pemberian program bantuan kepada siswa sehingga tidak perlu membantu secara individual yang lebih memerlukan banyak waktu. Melalui upaya bantuan tersebut diharapkan siswa menjadi termotivasi baik secara internal maupun eksternal sehingga mampu menghadapi hambatan dalam pencapaian prestasi. Tujuan akhirnya yaitu siswa

dapat mencapai prestasi optimal dan berpengaruh baik padakehidupan sosialnya yaitu menjadi pribadi yang berdaya juang tinggi dan meraih sukses di masa depan.

Peningkatatan penyesuaian diri diperlukan untuk semua individu baik yang tingkat penyesuaian diri yang rendah maupun tinggi. Dalam hal ini individu yaitu siswa yang mempunyai tingkat penyesuaian diri yang rendah, memerlukan peningkatan penyesuaian diri terutama untuk meningkatkan, mengembangkan, dan mempertahankan usaha belajarnya sehingga tercapai tujuan akhir yaitu mencapai prestasi optimal. Peningkatan penyesuaian diri dapat dilakukan melalui penyelenggaraan bimbingan dan konseling. Peneliti memanfaatkan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Bimbingan kelompok adalah bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu interaksi masing-masing anggota yang menghidupkan proses kegiatan bimbingan kelompok. Melalui dinamika kelompok tersebut diharapkan masing-masing anggota memperoleh informasi atau topik-topik yang dibahas bersama, serta pengetahuan dan pengalaman yang nantinya dapat dikembangkan secara optimal sesuai dengan tugas perkembangan yang seharusnya dilaksanakan.

Sosiodrama adalah salah satu bentuk permainan yang digunakan untuk menjelaskan perasaan, sikap, tingkah laku dan nilai, dengan tujuan untuk menghayati perasaan, sudut pandangan dan cara berfikir orang lain. Sosiodrama dapat mengembangkan perilaku sosial anak, sehingga perilaku anak yang negatif mampu diarahkan agar menjadi perilaku positif. Sedangkan Menurut Mulyasa (2004 : 141) terdapat empat asumsi yang mendasari pembelajaran sosiodrama untuk mengembangkan perilaku dan nilai-nilai sosial. Keempat asumsi tersebut sebagai berikut:

Pertama, Secara implisit sosiodrama mendukung situasi belajar. teknik ini percaya bahwa sekelompok peserta didik dimungkinkan untuk menciptakan analogi mengenai situasi kehidupan nyata. Terhadap analogi yang diwujudkan dalam sosiodrama, para peserta didik dapat menampilkan respons emosional sambil belajar dari respons orang lain.

Kedua, sosiodrama memungkinkan para peserta didik untuk mengungkapkan perasaannya yang tidak dapat dikenal tanpa bercermin pada orang lain. Sosiodrama memandang bahwa diskusi setelah pemeranan dan pemeranan itu sendiri merupakan kegiatan utama dan integral dari pembelajaran; sedangkan dalam psikodrama, pemeranan dan keterlibatan emosional pengamat itulah yang paling utama.

Ketiga, sosiodrama berasumsi bahwa emosi dan ide-ide dapat diangkat ke taraf sadar untuk kemudian ditingkatkan melalui proses kelompok. Pemecahan tidak selalu datang dari orang tertentu, tetapi bisa saja muncul dari reaksi pengamat terhadap masalah yang sedang diperankan. Dengan demikian, para peserta didik dapat belajar dari pengalaman orang lain tentang cara memecahkan masalah yang pada gilirannya dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan dirinya secara optimal. Dengan demikian, para peserta didik dapat belajar dari pengalaman orang lain tentang cara memecahkan masalah yang pada gilirannya dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan dirinya secara optimal.

Keempat, sosiodrama berasumsi bahwa proses psikologis yang tersembunyi, berupa sikap, nilai, perasaan dan sistem keyakinan, dapat diangkat ke taraf sadar melalui kombinasi pemeranan secara spontan. Dengan demikian, para peserta didik dapat menguji sikap dan nilainya yang sesuai dengan orang lain, apakah sikap dan nilai yang dimilikinya perlu dipertahankan atau diubah.

Tanpa bantuan orang lain, para peserta didik sulit untuk menilai sikap dan nilai yang dimilikinya.

Dalam sosiodrama anak di ajak untuk memerankan suatu tokoh tertentu, dan setelah permainan selesai, akan dilakukan suatu evaluasi. Evaluasi itu sendiri salah satu bentuknya adalah dengan menanyakan terhadap anak tentang hal apa yang dapat dijadikan pelajaran dari drama yang dimainkan, hal apa yang harus ditiru dan tidak boleh ditiru oleh anak. Sehingga, diharapkan sikap anak yang awalnya kurang baik dapat dirubah.

Sosiodrama merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam bimbingan kelompok. Penggunaan sosiodrama sendiri diharapkan mampu untuk membantu siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri. Siswa diharapkan mampu memerankan peran yang telah disiapkan, siswa lain berperan sebagai *observer* dan nanti akan menanggapi tentang apa yang diperankan oleh temannya tersebut. Penggunaan sosiodrama sendiri untuk memudahkan siswa dalam menerima materi penyesuaian diri.

Penelitian ini menggunakan subjek remaja Sekolah Menengah Pertama kelas VII karena menurut Santrock (2003 : 26) transisi yang terjadi pada sekolah menengah pertama berlangsung ketika banyak perubahan di individu, keluarga, dan sekolah yang terjadi secara simultan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa transisi dari SD ke SMP dialami oleh siswa kelas VII SMP dimana masa tersebut adalah peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja.

Transisi ke Sekolah Menengah Pertama (SMP) dari Sekolah Dasar (SD) adalah transisi yang berlangsung pada suatu masa ketika banyak terjadi perubahan fisik, kognitif dan sosial pada diri individu yang berlangsung secara serempak.Perubahan–perubahan ini mencakup hal-hal yang berkaitan dengan

pubertas dan citra tubuh, munculnya pemikiran operasional formal, termasuk perubahan dalam kehidupan sosial, meningkatkan tanggung jawab dan menurunnya ketergantungan pada orang tua, memasuki struktur sekolah yang lebih besar ; perubahan dari sistem jadwal mengajar guru per mata pelajaran serta perubahan dari kelompok rekan sebaya yang kecil dan homogen menjadi kelompok rekan sebaya yang lebih besar dan heterogen.

Ketika siswa yang baru masuk ke jenjang sekolah baru dengan suasana yang baru pula, terutama siswa yang masuk SMP, tidak semua siswa merasa senang dan nyaman. Pada kenyataanya banyak berbagai hal yang membuat seorang siswa baru mengalami kendala dalam menyesuaikan diri di sekolah yang baru. Kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru terkadang siswa enggan dan butuh waktu yang cukup lama untuk memahami keadaan sekolah, guru dan teman barunya karena kondisinya jelas berbeda dari sekolah dasar. Saat memasuki kondisi sekolah baru maka siswa dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut. Menyesuaikan diri di sini bukan berarti siswa berubah "menjadi "seperti tuntutan lingkungannya, namun yang diharapkan ialah siswa dapat memadukan potensi dan kondisi internal dirinya dengan lingkungan tempat berinteraksinya.

Sekolah menengah pertama seharusnya menjadi sekolah yang efektif untuk remaja awal, sehingga dibutuhkan aktivitas-aktivitas yang dapat menampung berbagai perbedaan individual dalam hal perkembangan biologis dan psikologis pada remaja awal. Sehingga dapat tercapai tugas perkembangan yang diharapkan pada usia remaja sekolah menengah pertama. Hal ini berimbang dengan pendapat Hurlock (1980 : 206) yang menyatakan bahwa masa remaja awal dari usia 13 atau 14 tahun sampai 17 tahun dan masa remaja akhir dari usia 17

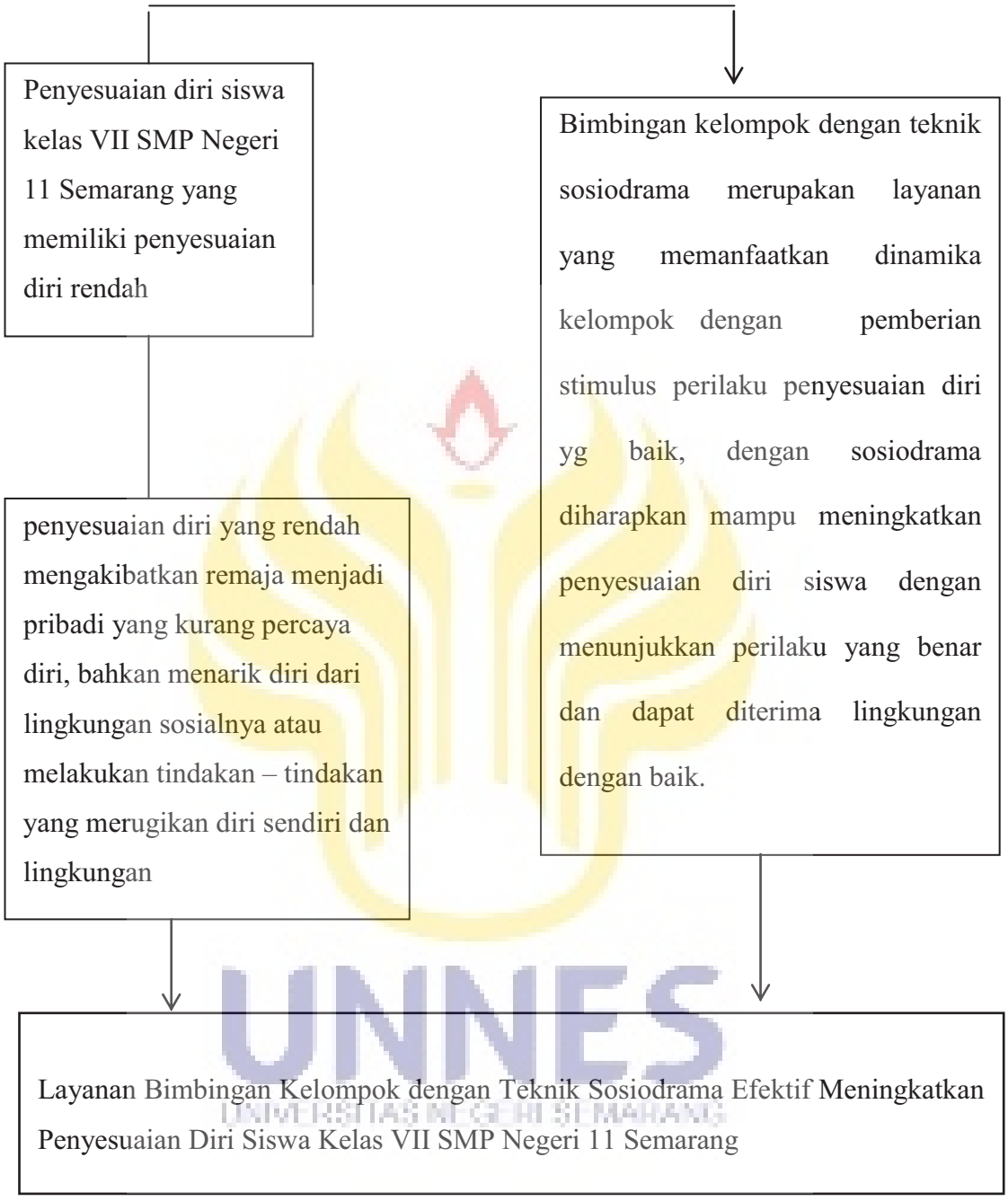
tahun sampai 21 tahun. Salah satu tugas perkembangan remaja yang sulit menurut Hurlock (1980 : 213) adalah melakukan penyesuaian diri. Pada masa itu remaja harus memperluas pergaulan sosial dan bergaul secara harmonis baik dengan teman sebaya, dewasa, maupun peraturan yang ada dalam berbagai situasi dimana remaja tersebut berada. Hal ini berarti penyesuaian diri adalah hal yang sangat penting dibutuhkan remaja.

Pemberian stimulus perilaku penyesuaian diri yg baik dengan sosiodrama diharapkan mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa yang rendah terutama memahami bagaimana mengungkapkan pendapat dan perasaan dalam bergaul disekitar mereka dengan menunjukkan perilaku yang benar dan dapat diterima lingkungan dengan baik.

Selanjutnya , hasil penelitian Tri Yunita (2013) terbukti menemukan ada perbedaan antara skor pre test dan skor post test melalui uji Wilcoxon dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang artinya bahwa terjadi peningkatan kemampuan penyesuaian diri pada siswa setelah mendapatkan bimbingan menggunakan teknik sosiodrama pada kelas VIII di SMP Negeri 2 Matesih tahun pelajaran 2013/2014.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat memberikan pemahaman tentang penyesuaian diri yang baik, manfaat dari penyesuaian diri yang baik sehingga individu atau siswa dapat mengubah sikap atau kebiasaan tertentu dalam hal ini penyesuaian diri agar dapat menjalani kehidupannya secara efektif. Oleh sebab itu, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama diasumsikan dapat meningkatkan penyesuaian diri pada siswa.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

2.6 Hipotesis

Sugiyono (2013: 96) menjelaskan bahwa "hipoteis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian". Hipotesis dalam penelitian masih bersifat sementara dan perlu diujikan kebenarannya melalui penelitian di lapangan. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

Ho: Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak efektif meningkatkan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMPN 11 Semarang.

Ha: Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMPN 11 Semarang.

Menurut Sugiyono (2013:108) penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang diguanakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam komdisi yang terkendali. Dalam penelitian ini ada perlakuan *(treatment)* terhadap subjek penelitian dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan penyesuaian diri siswa antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian " Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang" maka diperoleh simpulan sebagai berikut:

1) Penyesuaian diri siswa sebelum dilakukan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama menunjukkan kategori rendah
2) Penyesuaian diri siswa setelah dilakukan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama menunjukkan rmasuk kategori sangat tinggi
3) Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan penyesuaian diri pada siswa.

5.2 Saran

Saran merupakan upaya lanjut dan masukan yang diberikan kepada lembaga atau pihak-pihak yang dipandang berkepentingan dengan hasil penelitian. Adapun saran yang dapat diberikan difokuskan pada substansi berdasarkan hasil penelitian dan ditunjukkan pihak-pihak terkait:

1) Bagi Kepala Sekolah, agar dapat memberikan fasilitas dan mendukung program pemberian layanan bimbingan kelompok dan layanan bimbingan dan konseling yang lain.

2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, agar dapat menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai salah satu strategi alternatif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.
3) Bagi peneliti lain, agar dapat mengembangkan penelitian dan dapat pula digunakan sebagai acuan penelitian terdahulu.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu dan Supriyono, Widodo. 2004. *Psikologi Belajar.*Jakarta : PT Asdi Mahasatya

Ali, Muhammad dan Muhammad Asrori, 2005.*Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara

Ardayani, Iva Puji. 2013. *Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK Assa'idiyyah Kudus.*Skripsi. Kudus: Universitas Sunan Muria Kudus

Arikunto, S. 2010. Prosedur penelitian : Suatu pendekatan praktik. Jakarta : Asdi Mahasatya.

Azwar. 2015. *Metode Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya

Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. *Strategi Belajar Mengajar.*Jakarta : Rineka Cipta

Djannah, Wardatul dan Edy K, Drajat. 2012. *Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012.* Skripsi.

Djumhur & Moh.Surya. 2001. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah.*Bandung : CV Ilmu

Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik).* Bandung: Pustaka Setia.

Gerungan. 2009. *Psikologi Sosial.* Bandung: Refika Aditama

Gibson, R.L. 2011.*Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik Jilid II*. Yogyakarta: Andi Offset

Hendrarno, E. Supriyo & Sugiyo .2003.*Bimbingan dan Konseling.*Semarang : Unnes Press

Hurlock, Elizabeth. 2007. *Perkembangan Anak Jilid 2.* Jakarta: Erlangga

----------. 2003. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima.* Jakarta: Erlangga

Kartono, Kartini. 2000. *Hygiene Mental.* Bandung : Mandar Maju

Mulyasa, E. 2004. *Implementasi Kurikulum 2004:Panduan Pembeljaran KBK. Bandung:Remaja Rosdakarya*

Mulyasa. 2009. *Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan.Kemandirian Guru dan Kepala Sekolah.* Jakarta. Bumi Aksara

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Dasar Dan Profil*. Jakarta: Rineka Cipta

_____. 2004. *Seri Layanan Konseling (Layanan Bimbingan dan KonselingKelompok)*. Padang: UNP Press

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Roestiyah N K. 2001. *Strategi Belajar Mengajar.* Jakarta : PT Asdi Mahasatya

Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok.* Malang : Universitas Negeri Malang Press

Safitri, Dian Novita. 2015. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMKN 2 Kediri.* Skripsi. Kediri : Universitas Nusantara PGRI Kediri

Santrock, J.W. 2003. *Adolescence : Perkembangan Remaja (Edisi Keenam).* Jakarta : Erlangga

Sanjaya, H. Wina. 2012. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*.Jakarta: kencana Prenada Media Group

Sobur, Alex. 2003. *Psikologi umum.* Bandung: Pustaka Setia.

Sugiyono 2007. *Statistika untuk Penelitian.* Bandung : CV ALFABETA

Sugiyono. 2013. *Metode penelitian pendidikan pendekatan kualitatif kuantitatif dan R&D.* Bandung : Alfabeta.

Sukardi dan Kusumawati. 2008. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta

Sukardi, Dewa Ketut. 2010.*Pengantar Pelaksanaan Program Bimbinga dan Konseling di Sekolah.* Jakarta : Rineka Cipta

Sunarto dan Agung Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sundari, S. 2005. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Syahrul, Muhammad. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Penyesuian Diri Siswa. Journal of EST,* 1(1) : 46 –60

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada

Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : UNNES Press.

Willis, Sofyan S. 2010. *Remaja dan Masalahnya.* Bandung : Alfabeta/

Winkel, W.S dan M.M Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*.Yogyakarta: Media Abadi.

Yuniati, Tri. 2013. *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Di Sekolah Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Matesih Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skipsi. Surakarta : Universitas Sebelas Maret.

Yusuf LN, Syamsu. 2004. *Mental Hygiene.* Bandung : Pustaka Bani Quraisy

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG