

**EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING SERVICES
IN TROUBLESHOOTING ADJUSTMENT ISSUES
SELF STUDENT OF GRADE X SMA NEGERI 2
LAHUSA ACADEMIC YEAR 2022/2023**

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DALAM MENGATASI MASALAH PENYESUAIAN
DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 2 LAHUSA
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Dian Hati Zendrato¹, Bestari Laia², Sri Florina L. Zagoto³

¹Guru SD Negeri Hilisimaetano Balaekha

^{2,3}Dosen Universitas Nias Raya

(dianhatizendrato@gmail.com¹, laiabestari211087@gmail.com²)

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi rendahnya penyesuaian diri siswayang terjadi diantaranya siswa kelas X sering menyendiri, tidak percaya diri, dan sulit menyampaikan pendapat. Tujuan penelitian yaitu: mendeskripsikan tingkat masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023 sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok; mendeskripsikan tingkat masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023 sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok; dan mengujikeefektifan layanan konseling kelompok untuk mengatasi masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023. Jenis penelitian yang digunakan *pre-eksperiment* yaitu *the one-group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel penelitian adalah siswa kelas X yang berjumlah 20 orang. Instrumen penelitian adalah angket, teknik analisis data menggunakan teknik *Wilcoxon signed ranks test*. Hasil penelitian: Penyesuaian diri sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 77,85 dan termasuk pada kategori rendah. Penyesuaian diri sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 104 dan termasuk pada kategori tinggi. Kesimpulan: Layanan konseling kelompok efektif dalam mengatasi masalah penyesuaian diri siswadimana sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok berada pada kategori rendah dan setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok berada pada kategori tinggi. Saran: Hendaknya siswa memanfaatkan kemampuan dalam menyesuaikan diri baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat. Hendaknya guru Bimbingan Konseling disarankan lebih meningkatkan kualitas dan kreatifitas dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling kepada siswa. Hendaknya sekolah dapat memfasilitasi kegiatan layanan bimbingan konseling di sekolah agar tujuan yang diharapkan lebih maksimal.

Kata Kunci: *Layanan konseling kelompok; penyesuain diri; siswa*

Abstract

This research was motivated by the low self-adjustment of students that occurred including class X students who were often alone, insecure, and had difficulty expressing opinions. The research objectives were: to describe the level of adjustment problems for class X students of SMA Negeri 2 Lahusa in the 2022/2023 academic year prior to the implementation of group counseling services; describes the level of adjustment problems for class X students of SMA Negeri 2 Lahusa in the 2022/2023 academic year after the implementation of group counseling services; and testing the effectiveness of group counseling services to address the adjustment problems of class X students of SMA Negeri 2 Lahusa for the 2022/2023 academic year. The type of research that used the pre-experiment was the one-group pretest-posttest design. The population and research sample were 20 class X students. The research instrument was a questionnaire, the data analysis technique used the Wilcoxon signed ranks test. The results of the study: Adjustment before the implementation of group counseling services obtained an average value of 77.85 and is included in the low category. Adjustment after the implementation of group counseling services obtained an average value of 104 and included in the high category. Conclusion: Group counseling services are effective in overcoming students' adjustment problems where before the implementation of group counseling services was in the low category and after the implementation of group counseling services was in the high category. Suggestion: Students should take advantage of their ability to adapt both in the school environment and in the community environment. Counseling guidance teachers should be advised to further improve the quality and creativity in the implementation of guidance and counseling services to students. Schools should be able to facilitate guidance and counseling service activities in schools so that the expected goals are maximized.

Keywords: Group counseling services; self-adjustment; student

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting untuk memajukan suatu bangsa karena melalui pendidikan mampu menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Bangsa yang memiliki sumber daya manusia yang berkualitas akan mampu membangun bangsanya menjadi lebih maju, khususnya dalam bidang pendidikan, maka setiap bangsa hendaknya memiliki pendidikan yang baik dan berkualitas. Pendidikan yang berkualitas harus mampu mencapai tujuan pendidikan, Undang-undang RI Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional mengemukakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan

dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik agar menjadi manusia yang berkualitas dengan ciri-ciri beriman bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, beriman, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta tanggung jawab.

Berdasarkan fungsi pendidikan di atas, pendidikan dapat dimaknai dilakukan secara sengaja yang memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi dari peserta didik. Potensi yang dikembangkan tidak hanya pada kecerdasan pengetahuan, tetapi juga pada kepribadiannya juga yang mampu

menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Pengembangan kepribadian peserta didik diperlukan guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya dan juga bersifat pencegahan. Layanan konseling kelompok bersifat penyembuhan masalah, yaitu masalah yang di bahas merupakan masalah pribadi yang secara langsung dialami oleh para anggota kelompok. Layanan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik apabila komponen-komponen dalam kelompok itu terbentuk, misalnya di tetapkannya pemimpin kelompok, anggota kelompok dan materi layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok membantu peserta didik dalam mengurangi masalah untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi peserta didik sehingga mewujudkan peserta didik yang mampu menyesuaikan diri di mana pun berada.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu. Banyak individu yang tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidak-mampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Individu memerlukan interaksi dengan lingkungan sosialnya karena dalam lingkungan sosial individu dapat berkembang dan menyesuaikan diri.

Bagi peserta didik lingkungan sekolah merupakan lingkungan sosial kedua setelah lingkungan keluarga yang perlu penyesuaian diri. Apabila peserta didik tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya maka akan memiliki sikap yang negatif dan tidak bahagia. Hal tersebut perlu diperhatikan oleh guru di sekolah sebagai lingkungan pengganti keluarga dalam memberikan pendidikan agar dapat mengembangkan kepribadian yang sehat. Namun demikian tidak semua peserta didik dapat menyesuaikan diri dengan baik, ada yang tidak mampu menyesuaikan diri dan mengikuti aturan-aturan yang ada dilingkungan sekolah.

Berdasarkan observasi awal pada tanggal 18 Agustus 2022 melalui wawancara kepada guru bahwa siswa kelas X bahwa siswa memiliki masalah sulitnya bersosialisasi atau penyesuaian diri yang kurang baik yaitu mengalami masalah penyesuaian diri dengan lingkungan baru dan cara belajar yang baru, tentunya ada perbedaan baik lingkungan dan cara belajar siswa tingkat SMP dan ketika masuk ke tingkat SMA, perbedaan tersebut mengakibatkan sulit memahami materi pelajaran, dan beberapa mata pelajaran kurang disukai sehingga siswa sering absen, dan tidak senang bila guru memberikan ulangan. Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa siswa kelas X bahwa permasalahan penyesuaian diri terlihat dari perilaku yang ditunjukkan yaitu, sering menyendiri, tidak percaya diri, sulit menyampaikan pendapat, tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler ataupun organisasi

yang ada di sekolah. kasus siswa yang terjadi di SMA Negeri 2 Lahusa tahun pelajaran 2021/2022 yaitu keluar saat jam belajar, terlambat, tidak memakai atribut sekolah, mengeluarkan kaki baju, ribut, merokok, sering absen, tidak mengerjakan PR, mencat rambut, melawan guru, mengganggu teman, membawa alat make-up di sekolah, tidak menyerahkan tugas, membawa Hp, merusak meja, berkelahi, tidak mengikuti apel pagi, menyendiri ketika proses belajar, memaki teman, mengerjai teman, menuduh teman mencuri di perpustakaan dan mengejek teman. Kasus siswa yang terjadi pada bulan Januari 2022 sebanyak 14 siswa, bulan Februari 2022 sebanyak 26 siswa, bulan Maret 2022 sebanyak 6 siswa, bulan April 2022 sebanyak 3 siswa, bulan Mei 2022 sebanyak 4 siswa, bulan Juli 2022 sebanyak 28 siswa, dan bulan Agustus 2022 sebanyak 47 siswa. Selanjutnya, menurut pengamatan penulis selama observasi awal, materi layanan yang diberikan oleh guru bimbingan konseling belum terfokus pada permasalahan penyesuaian diri, dan layanan yang selama ini diberikan guru bimbingan konseling hanya layanan informasi, untuk baiknya menurut penulis perlu memberikan layanan konseling kelompok karena peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis melaksanakan penelitian tentang **"Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Mengatasi Masalah**

Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023"

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis beberapa hal berikut:

1. Mendeskripsikan tingkat masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023 sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok.
2. Mendeskripsikan tingkat masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023 sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok.
3. Mengukur efektivitas layanan konseling kelompok untuk mengatasi masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023.

Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling yang dilaksanakan dalam suasana kelompok. Menurut Nurihsan (2014:24) mengemukakan "Layanan konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya". Konselor dan konseli terjadi hubungan konseling dalam suasana yang hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Layanan konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi didalam kelompok itu masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok tersebut. Daryanto dan Farid (2015:44) "Layanan konseling kelompok yaitu layanan konseling kelompok yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji melalui dinamika kelompok". Selanjutnya, Sukardi dan Sukmawati (2008:68) mengemukakan "Konseling kelompok merupakan layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok".

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu yang dilaksanakan dalam suasana kelompok untuk menyelesaikan permasalahan yang ada pada konseli, agar dapat berkembang secara optimal dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Penyesuaian diri itu sangat penting bagi setiap individu, dan hanya manusia yang mampu membedakan mana yang baik dan mana yang tidak baik untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, dan di mana saja individu itu berada. Dalam penyesuaian diri ini, yang diubah atau disesuaikan bisa merupakan hal-hal yang ada pada diri individu atau dapat juga hal-hal yang ada pada lingkungan diubah

sesuai dengan kebutuhan individu. Menurut Sobur (2011:527) "Penyesuaian diri adalah kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dan lingkungan".

Penyesuaian diri merupakan sebagai interaksi yang berkelanjutan dengan diri sendiri, yaitu apa yang telah ada pada diri setiap individu mengenai tubuh, perilaku, pemikiran, serta perasaan terhadap orang lain dan dengan lingkungan sekitar. Menurut Ghufro dan Risnawita (2012:52) "Penyesuaian diri suatu kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan".

Penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dan lingkungannya, selanjutnya, menurut Desmita (2014:191) "Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, 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 seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya".

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah tindakan yang dilakukan individu untuk menyesuaikan diri atas tuntutan dari dalam dirinya sendiri dan

tuntutan yang diterima dari lingkungan sekitar sehingga dapat berinteraksi dengan baik di lingkungan di mana individu tersebut berada.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan SMA Negeri 2 Lahusa dengan menggunakan jenis penelitian *pre-eksperimen* yaitu *the one-group pretest-posttest design*. Sugiyono (2013:110) mengemukakan "Desain ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan". Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan tes awal untuk mengukur tingkat penyesuaian diri remaja sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok diberikan dan setelah untuk mengukur tingkat penyesuaian diri remaja setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Populasi adalah seluruh subjek penelitian. Sugiyono (2013:297) mengemukakan "Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya". Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa yang berjumlah 31 orang. Sampel merupakan perwakilan dari populasi, menurut Arikunto (2006:139) "*Purposive Sample* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu". Jadi yang menjadi sampel dalam penelitian ini

seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa yang berjumlah 20 orang.

Instrumen merupakan suatu alat pengumpulan data, menurut Sugiyono (2013:148) "Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati". Jenis instrumen yang digunakan adalah kuesioner atau angket, Arikunto (2006:151) mengemukakan "Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal yang ia ketahui". Pedoman skoring atau pengukuran yang digunakan dalam mengukur kuesioner penelitian menggunakan skala Likert.

Teknik analisis data dalam penelitian ini:

1. Persentase dari skor mutu

Setelah semua data diperoleh, data dianalisis dengan menggunakan teknik persentase dari skor mutu dengan menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Sudijono (2014:43) yaitu:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Number of cases (jumlah frekuensi/banyaknya individu).

2. Cari skor dan rata-rata hitung nya hasil *pretest* (O1) dan *posttest* (O2)

Untuk mencari rata-rata (mean) menggunakan rumus:

$$\text{Mean, yaitu } M = \frac{\sum fX}{N}$$

3. Range = ST – SR

Keterangan:

$\sum fx$ = Jumlah responden yang memilih (frekuensi) x nilai tengah setiap interval.
N = Jumlah responden
M = Mean
Range = Rentangan dari skor
ST = Skor Tertinggi
SR = Skor Terendah

Hasil tersebut dituangkan dalam bentuk tabel, lalu dibaca dan diuraikan serta dilakukan penafsiran. Dalam penafsiran data, selanjutnya merubah data tersebut dari persentase ke dalam bentuk kriteria-kriteria penafsiran di berikut ini:

Tabel
Klasifikasi Data Penelitian

Kriteria	Skor	%
Sangat Tinggi	126-150	81%-100%
Tinggi	102-125	61%-80%
Sedang	78-101	41%-60%
Rendah	54-77	21%-40%
Sangat Rendah	30-53	<20%

Sumber: Diadaptasi dari Azwar (2017:73)

Menguji keefektifan layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian diri siswa menggunakan teknik *Wilcoxon signed ranks test*, menggunakan rumus:

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T}$$

Keterangan:

Z = Z_{hitung} /uji beda

T = thitung

μT = mean

σT = deviasi standar

Pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh dengan $\alpha = 0,05$ dengan kriteria probabilitas $>0,05$ maka dinyatakan

terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dengan *posttest*.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Sebelum Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Pada dasarnya sebagai siswa penyesuaian diri merupakan suatu hal yang sangat penting demi mempertahankan eksistensinya, memperoleh kesejahteraan rohani, mengadakan hubungan yang memuaskan, tercapainya kesehatan jiwa dan mental individu yang baik. Desmita (2014:191) mengemukakan "Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, 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 seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya".

Proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dijalani dari individu tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan dimana dia hidup, akan tetapi dituntut

untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain. Menurut Ghufro dan Risnawita (2012:55) secara garis besar faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri dibedakan menjadi dua:

- 1) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental, dan motivasi.
- 2) Faktor eksternal yang berasal dari lingkungan yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Salah satu cara mengatasi penyesuaian diri siswa adalah dengan tindakan dari pihak sekolah yang secara khusus pelaksanaan layanan konseling kelompok. Hasil penelitian penyesuaian diri siswa secara keseluruhan sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 77,85 dan berada pada kategori rendah diantaranya 0% siswa kategori sangat tinggi, 0% siswa kategori tinggi, 8 orang siswa kategori sedang dengan persentase 40%, 12 orang siswa kategori rendah dengan persentase 60%, dan 0% siswa kategori sangat rendah. Penyesuaian diri siswa sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok termasuk kategori rendah, berdasarkan pengamatan peneliti dan bahwa masih siswa memiliki masalah sulitnya bersosialisasi atau penyesuaian diri yang kurang baik yaitu mengalami

masalah penyesuaian diri dengan lingkungan baru dan cara belajar yang baru, sulit memahami materi pelajaran, dan beberapa mata pelajaran kurang disukai sehingga siswa sering absen, dan tidak senang bila guru memberikan ulangan, siswa sering menyendiri, tidak percaya diri, sulit menyampaikan pendapat, tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler ataupun organisasi yang ada di sekolah. Rendahnya penyesuaian diri siswa tersebut diberikan penanganan yang lebih lanjut yaitu dengan pelaksanaan layanan konseling kelompok.

2. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Setelah Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok ditandai dengan adanya pengungkapan pikiran, keterbukaan diri terhadap apa yang dirasakan, percaya terhadap semua anggota kelompok, memberi perhatian dan pengertian, serta dukungan dari masing-masing anggota. Semua ciri tersebut dapat menciptakan simpati dan empati dan dapat membina hubungan baik yang akan mendukung setiap prosesnya. Daryanto dan Farid (2015:44) mengemukakan "Layanan konseling kelompok yaitu layanan konseling yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji melalui dinamika kelompok".

Layanan konseling kelompok

terdapat interaksi dari berbagai unsur yang efektif dan dapat menyesuaikan diri jika semua anggota kelompok merasa diterima oleh anggota kelompok lainnya, mengetahui hasil apa yang diharapkan oleh seluruh anggota kelompok, memandang bahwa kelompoknya adalah kelompok yang penuh semangat, dengan sukarela membuka diri dan membantu anggota lain untuk bersikap yang sama, berpartisipasi aktif sehingga memiliki arti dan makna keberadaan kita dalam kelompok, berkomunikasi yang lugas sesuai dengan isi hati dan berusaha mengerti isi hati anggota kelompok yang lain, mau menerima masukan agar lebih mengerti kekuatan dan kelemahannya, sanggup mentaati semua aturan yang mengatur segala interaksi dalam proses konseling.

Hasil penelitian sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 104 dan berada pada kategori tinggi diantaranya 0% siswa kategori sangat tinggi, 15 orang siswa kategori tinggi dengan persentase 75%, 5 orang siswa kategori sedang dengan persentase 25%, dan 0% siswa kategori rendah dan sangat rendah. Penyesuaian diri siswa setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok termasuk kategori rendah, berdasarkan pengamatan peneliti dan bahwa penyesuaian diri siswa meningkat dari setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok seperti siswa sudah

dapat bersosialisasi atau dapat menyesuaikan diri, siswa dapat memahami materi pelajaran, dan menyukai beberapa mata pelajaran kurang, kehadiran siswa meningkat, dan memiliki kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat.

3. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Mengatasi Penyesuaian Diri Siswa

Layanan konseling kelompok efektif, jika dilakukan oleh pembimbing dengan prosedur yang tepat selanjutnya akan memberikan hasil yang diharapkan. Suatu kegiatan jika dilakukan dengan prosedur yang tepat akan meminimalisir hambatan yang terjadi. Oleh karena itu, pembimbing harus memiliki panduan prosedur yang rinci untuk memberikan penanganan kepada siswa. Pembimbing yang memiliki panduan dalam pelaksanaan setiap kegiatan konseling akan mengarahkan kepada hasil dari kegiatan konseling yang dilaksanakan. Dengan panduan tersebut, pembimbing memiliki pemahaman yang tepat dan pasti terkait yang akan dikerjakan.

Layanan konseling kelompok merupakan suatu kegiatan yang memanfaatkan dinamika kelompok, sehingga memungkinkan pemimpin kelompok dapat melakukan pendekatan secara personal, serta dilakukan secara berkesinambungan yang memberikan informasi dengan membahas topik tentang tindakan yang

mengarah pada penyesuaian diri siswa, baik faktor penyebab kurangnya penyesuaian diri, dampak, serta upaya meningkatkan penyesuaian diri. Di samping pembahasan tentang penyesuaian diri, hal utama dari konseling kelompok ini adalah pada prosesnya, dimana semua anggota kelompok bisa belajar tentang nilai serta norma sosial, seperti menghargai pendapat orang lain, belajar menyampaikan pendapat secara bertanggungjawab, belajar saling menghormati, berempati dengan anggota lain, memberikan kesempatan dan meningkatkan ketrampilan bersosialisasi dengan orang lain, sehingga siswa dapat meningkatkan penyesuaian dirinya.

Berdasarkan uji hipotesis diperoleh T_{hitung} sebesar 210 dan T_{tabel} sebesar 52 karena $T_{hitung} > T_{tabel}$. Berdasarkan perhitungan Z_{hitung} diperoleh nilai harga Z_{hitung} 3,92 dengan $N = 20$ dan $\alpha = 0,05$, karena $Z_{hitung} > 0,05$ maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Hipotesis H_a yang menyatakan layanan konseling kelompok efektif dalam mengatasi masalah penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Lahusa Tahun Pelajaran 2022/2023.

D. Penutup

Berdasarkan paparan data, hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan:

1. Tingkat penyesuaian diri siswa sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 77,85,

penyesuaian diri siswa sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok termasuk kategori rendah, dimana masih siswa memiliki masalah sulitnya bersosialisasi atau penyesuaian diri yang kurang baik.

2. Tingkat penyesuaian diri siswa sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 104, termasuk kategori tinggi. Penyesuaian diri siswa meningkat ditandai dengan perilaku tidak menunjukkan emosional yang berlebihan, mampu belajar dari pengalaman, dan bersikap realistis dan objektif.
3. dari setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok seperti siswa sudah dapat bersosialisasi.
4. Layanan konseling kelompok efektif dalam mengatasi masalah penyesuaian diri siswa, dimana sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok berada pada kategori rendah dan setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok berada pada kategori tinggi. Setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok siswa dapat menyesuaikan diri seperti siswa dapat lebih menguasai diri, memahami materi pelajaran, dan menyukai beberapa mata pelajaran, absensi siswa menurun, dan memiliki kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat.

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan dari hasil penelitian maka peneliti memberikan beberapa saran:

1. Hendaknya siswa memanfaatkan kemampuan dalam menyesuaikan diri baik di lingkungan sekolah

- maupun di lingkungan masyarakat. Serta dapat mengarahkan emosi negatif kearah yang lebih baik lagi sehingga dapat disalurkan kepada hal yang lebih bermanfaat lagi seperti dalam mengembangkan bakat dan minat.
2. Hendaknya guru Bimbingan Konseling disarankan lebih meningkatkan kualitas dan kreatifitas dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling kepada siswa. Kreatifitas dari guru bimbingan konseling dalam menyampaikan layanan bimbingan konseling khususnya layanan konseling kelompok merupakan salah satu faktor penentu kesuksesan pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah.
 3. Hendaknya orang tua lebih memperhatikan kondisi anak dan lebih memikirkan bagaimana membantu anak untuk mengatasi permasalahan yang anak rasakan terutama dalam penyesuaian diri dalam psikologis seperti emosi negatif.
 4. Hendaknya sekolah dapat memfasilitasi kegiatan layanan bimbingan konseling di sekolah agar tujuan yang diharapkan lebih maksimal.
 5. Hendaknya peneliti selanjutnya, semoga dapat menjadi bahan referensi dan menambah wawasan dalam melakukan penelitian selanjutnya, serta melakukan penelitian lebih lanjut tentang mengatasi masalah penyesuaian diri siswa.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. 2017. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.
- Asrori, Muhammad. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: CV. Wacana Prima.
- Daryanto dan Farid. 2015. *Bimbingan Konseling Panduan Guru BK dan Guru Umum*. Yoyakarta: Gava Media.
- Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Edi, Fandi. 2021. *Asesmen dan Intervensi Psikososial*. Yogyakarta: PT. Jejak Pustaka.
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron, M Nur dan Rini Risnawita S. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: PT. AR-RUZZMedia.
- Hartinah, Siti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Reflika Aditama.
- Hurlock, Elizabeth. 2015. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.
- Kurnanto, Edi. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: PT. Alfabeta.
- Mashudi. 2012. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: PT. IRCiSoD.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2014. *Bimbingan konseling (dalam Berbagai Latar Kehidupan)*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Prayitno dan Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan konseling*. Jakarta: Rineka

E. Daftar Pustaka

Cipta.

Pustaka dari Internet Berupa Artikel dan Jurnal

- Aini, Sugiharto, Sutoyo. 2014. Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. (Online) Vol 3 No 2. (<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/4614>, diakses bulan Agustus 2022).
- Bu'ulolo, S., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENCEGAH BULLYING DI SMA NEGERI 1 AMANDRAYA TAHUN PELAJARAN 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(1), 53-62.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2022). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING DALAM MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LAHUSA TAHUN PEMBELAJARAN 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 1(1), 38-46.
- Harefa, D., Fau, S. H., Sarumaha, M., Tafonao, A., Waruwu, Y., Ndraha, L. D. M., ... & Laia, A. (2022). SOSIALISASI PENGENALANKEHIDUPAN KAMPUS BAGI MAHASISWA BARU (PPKMB) YAYASAN PENDIDIKAN NIAS SELATAN TAHUN 2021. *KOMMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 21-27.
- Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa SMP Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(1), 40-52.
- Laia, B. (2018). Kontribusi Motivasi Dan Minat Belajar Terhadap Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Stkip Nias Selatan. *Jurnal Education and Development*, 6(1), 70-70.
- Laia, B., & Zai, E. P. (2020). Motivasi Dan Budaya Berbahasa Inggris Masyarakat Daerah Tujuan Wisata Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Di Tingkat Slta (Studi Kasus: Desa Lagundri-Desa Sorake-Desa Bawomataluo). *Jurnal Education and Development*, 8(4), 602-602.
- Laia, B. (2022). SOSIALISASI DAMPAK KEGIATAN KULIAH KERJA NYATA DI DESA (STUDI: DESA SIROFI). *Haga: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 74-84.
- Laia, B., & Daeli, B. (2022). Hubungan Kematangan Emosional dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(2), 12-24.

- Laia, B., Sarumaha, M., Zalukhu, M. C., Ndruru, M., Telaumbanua, T., Ndraha, L. D. M., & Harefa, D. (2021). PENDEKATAN KONSELING BEHAVIORAL TERHADAP PERKEMBANGAN MORAL SISWA. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 4(1), 159-168.
- Laia, Y., Sarumaha, M. S., & Laia, B. (2022). BIMBINGAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA DI SMA NEGERI 3 SUSUA TAHUN PELAJARAN 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(1), 1-12.
- Laia, B., Zagoto, S. F. L., Fau, Y. T. V., Duha, A., Telaumbanua, K., Ziraluo, M., ... & Harefa, D. (2022). PROKRASINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI DI KABUPATEN NIAS SELATAN. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 162-168.
- Ndruru, H., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK SISWA DI SMA NEGERI 1 ARAMO TAHUN PELAJARAN 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 2(1), 31-39.