

**METODE BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM PENYESUAIAN DIRI  
SISWA PADA TAHUN PERTAMA DI SMP ALI MAKSUM YOGYAKARTA**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I

Disusun Oleh:

**Tajul Arifin**  
NIM. 12220044

Dosen Pembimbing:

**Nailul Falah, S.Ag, M.Si**  
NIP. 19721001 199803 1 003

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2019**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. 0274-515856, Yogyakarta 55281, E-mail: fd@uin-suka.ac.id

**PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR**

Nomor: B-1006/Un.02/DD/PP.05.3/05/2019

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

**Metode Bimbingan dan Konseling dalam Penyesuaian diri Siswa pada Tahun Pertama di  
SMP Ali Maksum Yogyakarta**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Tajul Arifin  
NIM/Jurusan : 12220044/BKI  
Telah dimunaqasyahkan pada : Selasa, 16 April 2019  
Nilai Munaqasyah : 92 (A-)

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

**TIM MUNAQASYAH**

Ketua Sidang/Penguji I,

Nailul Falah, S.Ag, M.Si.  
NIP 19721001199803 1 003

Penguji II,

Drs. H. Abdullah, M.Si.  
NIP 19640204 199203 1 004

Penguji III,

Drs. Abror Sodik, M.Si.  
NIP 19580213 198903 1 001

Yogyakarta, 2 Mei 2019

Dekan,



Drs. Hj. Nurjannah, M. Si  
19600310 198703 2 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Masda Adisucipto, Telp. 0274-515856, Yogyakarta 55281, E-mail: [fd@uin-suka.ac.id](mailto:fd@uin-suka.ac.id)

**SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr. wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Tajul Arifin

NIM : 12220044

Judul Skripsi : Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Penyesuaian Diri Siswa Pada Tahun Pertama Di SMP Ali Maksum Yogyakarta

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Sosial.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

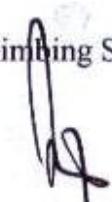
*Wassalamualaikum wr. wb.*

Yogyakarta, 08 April 2019

Mengetahui:

Koordinator Program Studi,  
  
Al-Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si.  
NIP. 504272008011008

Pembimbing Skripsi,

  
Nailul Falah, S.Ag, M.Si  
NIP: 197210011998031003

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tajul Arifin  
NIM : 12220044  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi yang berjudul: Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Penyesuaian Diri Siswa Pada Tahun Pertama Di Smp Ali Maksum Yogyakarta, adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan peneliti tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang peneliti ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya akan menjadi tanggung jawab peneliti.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 08 April 2019



Tajul Arifin  
NIM: 12220044

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

Untuk Kedua Orangtua

Bapak Drs. Dadang Ahmad Syuja'i. M.Ag

Ibu Paridah. S.Ag



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan”<sup>i</sup>



---

<sup>i</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2012), hlm. 597.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puja dan puji syukur peneliti haturkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan banyak limpahan rahmat, nikmat, dan hidayah-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Metode Bimbingan dan Konseling dalam Penyesuaian Diri Siswa pada Tahun Pertama di SMP Ali Maksu Yogyakarta”. Salawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW.

Tak lupa pula kepada keluarga, sahabat, tabi'in, serta seluruh umat Muslim yang istiqamah untuk mengamalkan dan melestarikan ajaran-ajaran suci yang beliau bawa. Ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung, secara materil maupun moril. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih secara tulus kepada:

1. Prof. H. Yudian Wahyudi, M. A, Ph.D, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Nurjannah, M. Si selaku Dekan Fak. Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Said Hasan Basri, M. Si selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Bapak Nailul Falah. S.Ag M.Si selaku pembimbing skripsi yang dengan kesabaran dan kebesaran hati telah rela meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, serta bimbingannya kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
6. Seluruh staf Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Bapak Ahmad Ali Gabriel selaku Kepala SMP Ali Maksum Yogyakarta.
8. Bapak Khoerul Anwar. M.Pd dan ibu Ela Nurmalasari. S.Sos selaku Guru Bimbingan dan Konseling serta segenap guru dan staf SMP Ali Maksum Yogyakarta yang telah merelakan waktunya dan membantu proses penelitian skripsi ini sebagai informan yang peneliti repotkan.
9. Kaka Ahmad Fawaid. S.Pd dan adik Rifa Nur Wiladati. Untuk kalian tidak ada kata yang dapat menggambarkan setiap rasa yang ada dalam hati.
10. Neng Hilda Lisdianti. S.Ag selaku *support engine* sekaligus motivator bagi peneliti dalam proses penggarapan skripsi ini.
11. Semua sahabat BKI 2012, Keluarga Alumni Almasthuriyah (KALAM) komisariat Daerah Istimewa Yogyakarta, kelompok KKN Kloposawit, kelompok PPL, Kumpulan Pelajar Mahasiswa (KPM) Sukabumi-Yogyakarta Suyakencana dan sahabat Kos Biru Pengkolan Sapen.

12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan motivasi dan mendoakan demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga semua bantuan, dorongan, do'a, saran, dan bimbingan yang diberikan kepada peneliti mendapatkan balasan dari Allah SWT. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.



Yogyakarta, 08 April 2019

Peneliti

Tajul Arifin

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

TAJUL ARIFIN (12220044), Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Penyesuaian Diri Siswa Pada Tahun Pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019.

Latar belakang penelitian ini mengingat bahwa siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum termasuk kepada kategori remaja awal. Masa remaja merupakan suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi terutama ketika menemukan situasi dan kondisi yang baru. Oleh karena itu, seringkali remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan dan permasalahan yang terjadi pada dirinya. Masalah yang ada di dalam penelitian ini adalah bagaimana cara sistematis bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta.

Penelitian ini termasuk dalam jenis lapangan (*field research*). Subjek dalam penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling, pembimbing asrama serta empat siswa SMP Ali Maksum. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data berupa wawancara dan dokumentasi serta teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, yaitu dengan mengumpulkan data dan mereduksinya menjadi kesimpulan..

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa cara sistematis bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta adalah: Pertama, *Hoom Room Program* yaitu bimbingan yang terdiri dari sekelompok orang dalam satu pertemuan. Kedua, *karyawisata* yaitu teknik yang berfungsi sebagai rekreasi dan belajar. Ketiga, *diskusi kelompok* yaitu kegiatan dimana setiap individu dapat secara bersama-sama mencari alternatif solusi. Keempat, *kerja kelompok* yaitu kegiatan dimana individu-individu diberi kesempatan untuk dapat merencanakan sesuatu dan mengerjakannya secara bersama dalam suatu kelompok.

**Key Word:** Metode Bimbingan dan Konseling, Penyesuaian Diri, Siswa pada Tahun Pertama

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Tujuan Penelitian .....	6
E. Kegunaan Penelitian.....	6
F. Tinjauan Pustaka.....	7
G. Landasan Teori.....	10
H. Metode Penelitian.....	33
<b>BAB II: GAMBARAN UMUM BIMBINGAN DAN KONSELING SMP ALI MAKSUM YOGYAKARTA .....</b>	<b>40</b>
A. Profil SMP Ali Maksum .....	40
B. Profil Bimbingan dan Konseling SMP Ali Maksum .....	54
<b>BAB III: METODE BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MEMBANTU PENYESUAIAN DIRI SISWA PADA</b>	<b>64</b>

<b>TAHUN PERTAMA DI SMP ALI MAKSUM</b>	
<b>YOGYAKARTA .....</b>	
A. <i>Hoom Room Program</i> .....	65
B. Karyawisata.....	69
C. Diskusi Kelompok.....	72
D. Kerja Kelompok.....	75
<b>BAB IV: PENUTUP.....</b>	<b>78</b>
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran.....	78
C. Kata Penutup .....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>82</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Guru SMP Ali Maksum .....	49
Tabel 2	Data Siswa SMP Ali Maksum .....	52



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Demi menghindari salah pengertian dalam penafsiran judul “Metode Bimbingan dan Konseling dalam Penyesuaian Diri Siswa pada Tahun Pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta”, maka peneliti perlu membatasi istilah-istilah dalam penegasan judul berikut:

#### 1. Metode Bimbingan dan Konseling

Metode adalah cara sistematis dan terpicik secara baik untuk mencapai tujuan<sup>1</sup>, sedangkan bimbingan dan konseling adalah suatu layanan pemberian bantuan dari seorang ahli kepada individu atau kelompok dalam proses penyelesaian masalah yang bersumber dari diri individu atau kelompok tersebut dalam kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua masalah siswa difokuskan pada masalah tertentu untuk diselesaikan dan dicarikan solusinya dan pemecahannya oleh yang bersangkutan.<sup>2</sup> Maka yang dimaksud metode bimbingan dan konseling adalah cara sistematis dan terpicik yang digunakan dalam proses pemberian bantuan seorang ahli kepada individu atau kelompok dalam sebuah kegiatan.

---

<sup>1</sup> Tim Prima Pena, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Gitamedia Press, 2011), hlm. 529.

<sup>2</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm. 99.

## 2. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuan individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya.<sup>3</sup> Dalam hal ini penyesuaian diri diartikan sebagai upaya individu dalam proses perkembangan adaptasi yang terjadi antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya baik terhadap teman sebaya, lingkungan fisik maupun sosialnya.

## 3. Siswa Pada Tahun Pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta

Menurut Peter Salim, siswa adalah orang yang menuntut ilmu di sekolah menengah atau ditempat kursus.<sup>4</sup> Sedangkan menurut KBBI diartikan murid atau pelajar.<sup>5</sup> Adapun siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peserta didik yang duduk di kelas VII pada tahun ajaran 2018/2019. Sekolah Menengah Pertama Ali Maksum adalah suatu lembaga pendidikan sekolah tingkat menengah yang berada di bawah yayasan Ali Maksum yang beralamatkan di desa Krapyak, Sewon, Yogyakarta.

Berdasarkan penegasan istilah-istilah tersebut, maka yang dimaksud secara keseluruhan dengan judul penelitian “Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Penyesuaian Diri Siswa Pada Tahun Pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta” ini adalah penelitian mengenai cara

---

<sup>3</sup>Musthafa Fahmy, *Penyesuaian Diri*, (Jakarta: N.V Bulan Bintang, 1982), hlm. 14.

<sup>4</sup> Peter Salim, *Kamus Indonesia Kontemporer*, (Jakarta: Modern English Pers, 1991), hlm. 102.

<sup>5</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai pustaka 1989), hlm. 849.

sistematis dalam pemberian bantuan yang dilakukan guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik kelas VII tahun ajaran 2018/2019 di sekolah tingkat menengah yang berada di bawah yayasan Ali Maksum yang beralamatkan di Krapyak, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

## **B. Latar Belakang**

Sekolah adalah lingkungan pendidikan sekunder. Bagi anak yang sudah bersekolah, lingkungan yang setiap hari dimasukinya selain lingkungan rumah adalah sekolahnya. Anak remaja yang sudah duduk di bangku sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas pada umumnya menghabiskan tujuh jam dalam satu hari di sekolah, ini berarti hampir sepertiga dari waktunya setiap hari dilewatkan remaja di sekolah. Maka tentu pengaruh sekolah terhadap perkembangan jiwa remaja cukup besar.

Guru bimbingan dan konseling-selanjutnya disebut guru BK- memiliki peran penting dalam membentuk karakter seorang siswa dalam dunia sekolah. Tidak dapat dipungkiri bahwa seorang guru BK atau konselor sekolah turut andil dalam keberlangsungannya kegiatan belajar mengajar di sekolah. Guru BK adalah salah satu sub profesi yang memiliki keahlian khusus yang mampu melakukan langkah preventif dalam menjaga siswa agar tidak menemukan permasalahan dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Seringkali siswa mengalami banyak hambatan dalam proses kegiatan belajar mengajar yang

mengakibatkan siswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan kondisi sekolah dan membuat semangat belajarnya menurun.

Masa transisi dalam perkembangan manusia salah satunya adalah dari anak-anak menjadi remaja. Pada masa remaja awal, terjadi perubahan di otak yang memungkinkan kemajuan dalam berfikir.<sup>6</sup> Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orangtua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya maupun masyarakat pada umumnya.<sup>7</sup> Siswa yang sedang mengenyam pendidikan sekolah menengah pertama termasuk kepada kategori remaja awal. Masa remaja merupakan suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi terutama ketika menemukan situasi dan kondisi yang baru. Oleh karena itu, seringkali remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan dan permasalahan yang terjadi pada dirinya.

Penyesuaian yang bersifat normatif di dalam sekolah salah satunya adalah penyesuaian terhadap akademik, siswa dituntut untuk dapat beradaptasi dengan kurikulum, metode mengajar guru serta mata pelajaran yang belum pernah dijumpai ketika siswa berada di bangku sekolah dasar. Remaja dalam kesehariannya tidak akan lepas dari ketertarikan dan berinteraksi dengan orang lain untuk menjalin keakraban dan juga saling memberi motivasi. Namun berangkat dengan karakter yang berbeda, maka interaksi tersebut memerlukan penyesuaian diri yang baik agar tidak menimbulkan konflik dan

---

<sup>6</sup> John W. Santrock, *remaja edisi kesebelas*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 23.

<sup>7</sup> Hendriati Agustiani, *Psikologi remaja (Pendekatan Kkologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja)*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 28.

tekanan, dengan begitu individu tertuntut untuk dapat bersikap sebagaimana sikap yang akan memberikan kenyamanan dengan individu lainnya.

Konflik yang timbul akibat buruknya penyesuaian diri siswa berdampak pada prasaan cemas pada siswa dan dapat menjadikan siswa tersebut sulit memiliki teman serta rasa penerimaan diri yang buruk baik itu terhadap mata pelajaran, teman maupun guru.

Metode bimbingan dan konseling yang dilakukan guru BK di sekolah menjadi sangat penting mengingat kemungkinan-kemungkinan permasalahan yang akan timbul yang dialami oleh siswa di sekolah menengah pertama mengingat perubahan lingkungan dan kehidupan sosial di sekolah yang akan terasa baru bagi siswa yang sebelumnya mengenyam pendidikan dasar, yang pada akhirnya siswa perlu beradaptasi dengan semua yang berhubungan di dalam sekolah.

Keadaan demikian jika tidak mendapatkan perhatian khusus dan penanganan segera dari pendidik terutama guru BK maka akan mempengaruhi perkembangan siswa yang nantinya akan mengalami masalah dalam kehidupan dan aktivitas di lingkungan. Dengan demikian maka peran guru BK melakukan layanan bimbingan dan konseling memberikan kontribusi yang penting dalam membantu siswa yang kesulitan dalam menyesuaikan diri. Masalah penyesuaian diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh siswa, sehingga untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan, pribadi-sosial dan akademik siswa dirasa perlu dibimbing dan diberi konseling.

SMP Ali Maksum Yogyakarta merupakan sekolah yang berafiliasi dengan pondok pesantren, dengan begitu siswa berstatus sebagai santri. Sebagaimana pondok pesantren pada umumnya tentu para santri yang juga seorang siswa datang dari berbagai budaya dan latar belakang yang berbeda-beda menjadikan siswa memiliki karakter yang berbeda pula baik dari segi pengalaman pendidikan sebelumnya atau dari cara bergaul antar siswa.

#### **C. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu: bagaimana penerapan metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta?

#### **D. Tujuan penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan penerapan metode bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta.

#### **E. Kegunaan penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik dalam pengembangan pengetahuan di segala bidang dan terkhususnya bimbingan dan konseling. Adapun rinciannya sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
  - a. Sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program studi strata satu di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga.
  - b. Diharapkan dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan, khususnya bidang bimbingan dan konseling islam.
2. Secara Praktis
  - a. Bagi peneliti, menjadikan pengalaman luar biasa karena dengan diadakannya penelitian secara langsung dapat menambah wawasan pengetahuan.
  - b. Dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam rangka perbaikan dan peningkatan kompetensi guru BK di sekolah terkhusus dalam penyesuaian diri siswa.
  - c. Memperkaya khazanah perpustakaan UIN Sunan Kalijaga.
  - d. Memberikan informasi kepada para pembaca tentang metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta.

#### **F. Tinjauan Pustaka**

Peneliti telah menelaah dan membaca beberapa referensi yang membahas mengenai metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa. Hal ini guna memastikan originalitas penelitian yang akan dilakukan. Dari proses yang telah dilakukan, beberapa penelitian yang terkait konseling

kelompok dalam membantu penyesuaian diri siswa, diantaranya sebagai berikut:

1. Skripsi yang ditulis oleh Mumtazah Rizqiah Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Tahun 2012. Dengan judul *“Peranan Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta”*<sup>8</sup>. Dalam skripsi ini membahas mengenai tindakan guru BK dalam membantu penyesuaian diri siswa baru pada tahun ajaran 2015/2016 di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dan hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan guru BK sebagai informator, orgnisator, motivator, inisiator, transmitter, fasilitator, mediator, evaluator. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan adalah layanan bimbingan dan konseling dalam membantu siswa menyesuaikan diri dengan akademik.
2. Skripsi yang disusun oleh Pipit Nurfitriana mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, tahun 2016. Dengan judul *“Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakata”*.<sup>9</sup> Skripsi ini memahas mengenai penyesuaian diri mahasiswa pada tahun pertama di Universitas

---

<sup>8</sup> Mumtazah Rizqiyah, *Peranan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, 2016).

<sup>9</sup> Pipit Nurfitriana, *Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakutas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, Skripsi Tidak Diteritkan (Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016).

Muhammadiyah Surakarta yang bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama, metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif deskriptif. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UMS memiliki berbagai macam persoalan selama penyesuaian diri di perguruan tinggi baik dalam hal akademik dan non-akademik. Mahasiswa yang tidak kos (domisili Surakarta) memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dari pada mahasiswa yang kos (luar Jawa atau luar kota). Mahasiswa Fakultas Psikologi UMS memiliki caranya masing-masing untuk menyesuaikan diri. Penelitian yang dilakukan peneliti dalam hal ini memiliki objek siswa dan penelitian di lingkungan sekolah.

3. Skripsi yang ditulis oleh Khoirul Anam mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga, tahun 2013. Dengan judul "*Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Prestasi Akademik dan Non Akademik Siswa SMP Ali Maksum Krapyak Yogyakarta*". Skripsi ini membahas tentang upaya guru BK dalam meningkatkan prestasi akademik dan non akademik pada siswa SMP Ali Maksum Krapyak Yogyakarta yang merupakan penelitian lapangan dan dengan metode kualitatif deskriptif. Hasil dari penelitian tentang upaya yang dilakukan oleh guru BK dalam meningkatkan prestasi akademik dan non akademik adalah dengan memberikan motivasi, meningkatkan kegiatan belajar dengan cara pemberian tugas, memberikan harapan anak didik

yang realistis dan guru memberikan dorongan berupa nasihat dengan sikap kasih sayang selayaknya orang tua kepada anak.<sup>10</sup>

Skripsi yang peneliti lakukan berdasarkan tinjauan pustaka di atas adalah sama-sama membahas tentang bimbingan dan konseling serta penyesuaian, namun berbeda dengan skripsi yang ditulis oleh Mumtazah Rizqiyah terletak pada penyesuaian yang lebih spesifik terhadap akademik. Sedangkan perbedaan dengan skripsi yang disusun oleh Pipit Nurfitriana terletak pada objek dan subjek penelitian, pada skripsi yang disusun peneliti memiliki objek siswa dan subjek guru BK dan berada di lingkungan sekolah. Perbedaan skripsi peneliti dengan skripsi yang disusun oleh Khoirul Anam adalah terletak pada tujuannya, Khoirul Anam memaparkan bahwa skripsi yang disusunnya membahas tentang peningkatan prestasi akademik dan non akademik, sedangkan peneliti berfokus pada penyesuaian diri siswa pada tahun pertama.

## **G. Landasan teori**

### **1. Tinjauan Bimbingan dan Konseling**

#### **a. Pengertian Bimbingan dan Konseling**

Secara etimologis, bimbingan dan konseling terdiri dari dua kata yaitu “bimbingan” merupakan terjemahan dari “*guidance*” dan “konseling” diadopsi dari kata “*counseling*”. Dalam praktik,

---

<sup>10</sup> Khoirul Anam, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Prestasi Akademik dan Non Akademik Siswa SMP Ali Maksum Krapyak Yogyakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, 2013).

bimbingan dan konseling merupakan satu kesatuan kegiatan yang tak terpisahkan.<sup>11</sup>

Frank W. Miller dalam Sofyan S. Willis mengemukakan definisi bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan bagi penyesuaian diri secara baik dan maksimum di sekolah, keluarga, dan masyarakat.<sup>12</sup>

Bimbingan menurut Prayitno dan Erman amti adalah Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang indiidu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri; dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan; berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>13</sup>

Menurut Fenti Hikmawati bimbingan merupakan salah satu bidang dan program dari pendidikan, dan program ini ditunjukan untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa.<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati memaparkan bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada

---

<sup>11</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan di Madrasah (berbasis integrase)*, (Jakarta: Raja Grapindo, 2007), hlm. 5.

<sup>12</sup> Sofyan. S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 11.

<sup>13</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hlm. 99.

<sup>14</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan konseling*, (Jakarta, RajaGrafindo, 2012), hlm. 1.

individu (seseorang) atau kelompok (sekelompok orang) agar mereka itu dapat mandiri melalui berbagai bahan, interaksi, nasihat, gagasan, alat, dan asuhan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku.<sup>15</sup>

Konseling dalam kamus Bahasa Inggris adalah “*counseling*” dikaitkan dengan kata “*counsel*” memiliki beberapa arti, yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*). Berdasarkan kata tersebut konseling dapat diartikan sebagai pemberian nasihat, pemberian anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.<sup>16</sup>

Burks dan Steffle dalam Gantina menjelaskan bahwa konseling merupakan hubungan profesional antara konselor terlatih dan konseli.<sup>17</sup> Sedangkan *The American Psychological Association, Division of Counseling Psychology* dalam Gantina menjelaskan bahwa konseling adalah sebuah proses membantu individu untuk mengatasi masalah-masalahnya dalam perkembangan dan memantau mencapai perkembangan yang optimal dengan menggunakan sumber-sumber dirinya.<sup>18</sup>

---

<sup>15</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2008), hlm. 3.

<sup>16</sup> W. S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Gramedia, 1997), hlm. 70.

<sup>17</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyu, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm. 7.

<sup>18</sup> *Ibid.*, hlm. 9.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan sebuah proses bantuan seorang ahli (konselor) kepada seorang individu atau kelompok (konseli) agar memiliki kemampuan memahami, menyesuaikan, dan memecahkan masalahnya dirinya sendiri serta mampu meningkatkan kemampuan diri secara optimal.

#### **b. Tujuan Bimbingan dan Konseling**

Keberhasilan proses layanan bimbingan dan konseling bias dilihat berdasarkan tujuan dari layanan tersebut, arah yang dituju oleh seorang konselor menentukan tercapainya target yang telah disepakati antara konselor dan klien. Adapun tujuan bimbingan dan konseling yang dimaksud, adalah:

Menurut Andi Mappiare dalam Hibana, tujuan bimbingan dan konseling adalah:<sup>19</sup>

- 1) Kemampuan siswa untuk memahami diri, menerima diri, dan mengarahkan diri.
- 2) Kemampuan diri dalam memecahkan masalah, membuat pilihan, dan mengadakan penyesuaian terhadap diri dan lingkungannya.
- 3) Mencapai kesejahteraan mental secara optimal

Menurut Cribbin dalam Hibana menyebutkan tujuan bimbingan dan konseling adalah:<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup> Hibana S. Rahman, *Bimbingan dan Konseling Pola 17*, hlm 17-18.

- 1) Pengembangan diri secara maksimal (*maximum self development*). Peserta didik diarahkan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal melalui proses bimbingan dan konseling.
- 2) Arah diri yang sepenuhnya (*ultimate self direction*). Siswa diharapkan mampu mengarahkan diri kepada sikap mental dan kehidupan yang lebih baik.
- 3) Memahami diri (*self understanding*). Melalui proses bimbingan dan konseling siswa diarahkan untuk lebih mampu memahami keberadaan dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya.
- 4) Membuat keputusan dan jabatan (*educational vocational decision making*). Melalui arahan yang disampaikan konselor siswa dapat menentukan hal yang berkaitan dengan pendidikan dan profesi atau pekerjaan yang akan ditekuninya.
- 5) Penyesuaian (*adjustment*). Siswa diarahkan untuk mampu menyesuaikan dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, baik lingkungan sekolah, keluarga, dan lingkungan masyarakat.
- 6) Belajar yang optimum di sekolah (*optimum school learning*). Siswa diarahkan untuk dapat belajar secara efektif dan efisien dan memanfaatkan potensi yang dimiliki secara optimal, sehingga mencaoai prestasi yang memuaskan, sebab setiap

---

<sup>20</sup> *Ibid.*, hlm. 17-18.

siswa sebenarnya mampu mencapai prestasi pada taraf yang baik.

- 7) Pernyataan-pernyataan gabungan (*omnibus statement*). Maksudnya adalah gabungan dari pernyataan-pernyataan di atas.

Sedangkan tujuan bimbingan dan konseling bagi siswa secara umum adalah:<sup>21</sup>

- 1) Mengembangkan pengertian dan memahami diri untuk kemajuan sekolah
- 2) Mengembangkan pengetahuan tentang dunia kerja, kesempatan kerja serta sikap tanggung jawab dalam memilih kerja (profesi)
- 3) Mengembangkan kemampuan untuk memilih dan memadukan pengetahuan tentang dirinya dengan informasi tentang kesempatan yang ada secara bertanggung jawab.
- 4) Mengembangkan sikap menghargai orang lain.

### c. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling khususnya di sekolah dan madrasah memiliki fungsi, yaitu:<sup>22</sup>

- 1) Fungsi pemahaman

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, hlm. 18-20.

<sup>22</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, hlm. 8.

Fungsi bimbingan dan konseling akan menghasilkan pemahaman kepada individu, meliputi pemahaman terhadap diri sendiri sendiri, orang tua, lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, budaya, dan nilai-nilai keagamaan maupun masyarakat.

2) Fungsi pencegahan

Fungsi yang akan menghasilkan terhindarnya klien dari berbagai masalah yang mungkin timbul dan dapat mengganggu, menghambat dan menimbulkan kesulitan bagi klien.

3) Fungsi pengentasan

Fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya permasalahan-permasalahan yang dialami oleh siswa.

4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpeliharanya dan berkembangannya berbagai potensi dan kondisi positif siswa dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.

**d. Jenis Layanan Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan jenis layanan bimbingan dan konseling di sekolah Prayitno memebagi menjadi tujuh layanan, yaitu:<sup>23</sup>

1) Layanan Orientasi

---

<sup>23</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hlm. 253.

Layanan orientasi merupakan layanan terhadap siswa di sekolah yang berkenaan dengan tatapan ke depan dan tentang sesuatu yang baru. Layanan ini juga dilakukan untuk memperkenalkan siswa baru atau seseorang terhadap lingkungan yang dimasukinya.<sup>24</sup>

2) Layanan informasi

Layanan informasi merupakan usaha-usaha membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan proses perkembangan anak muda.<sup>25</sup>

3) Layanan penempatan dan penyaluran

Merupakan usaha-usaha membantu siswa merencanakan masa depannya selama masih di sekolah dan sesudah tamat, memilih program studi lanjutan sebagai persiapan untuk kelak memangku jabatan tertentu.<sup>26</sup>

4) Layanan pembelajaran

Merupakan suatu bentuk layanan yang dapat membantu siswa dalam masalah belajar.

5) Layanan konseling perorangan (individu)

Konseling perorangan adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh pembimbing dalam rangka pengentasan

---

<sup>24</sup> *Ibid.*, hlm. 255.

<sup>25</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseli di Sekolah dan di Madrasah*, hlm. 142.

<sup>26</sup> *Ibid.*, hlm 149.

masalah pribadi secara *face to face* antara konselor dan siswa. Tujuan dari konseling ini agar siswa memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan sehingga siswa mampu mengatasinya.<sup>27</sup>

6) Layanan bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok. Seperti halnya Gazda dalam Prayitno menjelaskan bahwa pengertian bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu menyusun rencana dan keputusan yang tepat.<sup>28</sup>

7) Layanan konseling kelompok

Dikutip dari bukunya M. Edi Kurtanto, Paulin Harrison menjelaskan bahwa konseling kelompok terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah seperti kemampuan membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah.<sup>29</sup>

**e. Metode Bimbingan dan Konseling**

---

<sup>27</sup> *Ibid.*, hlm. 163-165.

<sup>28</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hlm. 309.

<sup>29</sup> M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 7.

Metode bimbingan dan konseling adalah suatu cara konselor dalam memberikan bantuan terhadap klien. Dalam rangka pelaksanaan bimbingan dan konseling digunakan metode bimbingan konseling kelompok dan individual.

Bimbingan konseling kelompok ini dimaksudkan untuk membentuk klien dalam mengatasi persoalan-persoalannya dengan cara pemecahan melalui kegiatan-kegiatan kelompok. Beberapa metode bimbingan kelompok ini yaitu:<sup>30</sup>

- 1) *Home Room Program*, yaitu suatu metode bimbingan yang terdiri dari sekelompok orang dalam suatu pertemuan, dengan seorang pembimbing yang bertanggung jawab penuh terhadap kelompok tersebut.
- 2) *Karyawisata*, yaitu suatu teknik dimana hal tersebut berfungsi sebagai rekreasi dan kegiatan belajar.
- 3) *Diskusi kelompok*, merupakan suatu cara dimana setiap individu dapat secara bersama-sama mencari alternatif solusinya.
- 4) *Kerja kelompok*, yaitu suatu metode dimana individu-individu yang dibimbing diberi kesempatan untuk dapat merencanakan sesuatu dan mengerjakannya secara bersama-sama dalam suatu kelompok.

---

<sup>30</sup> As'ad Djalali, *Teknik-Teknik Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1986), hlm. 56-66.

- 5) *Sosiodrama*, yaitu suatu teknik dalam bimbingan untuk memecahkan masalah sosial yang dihadapi oleh individu dengan jalan bermain peran.
- 6) *Psikodrama*, yaitu suatu bentuk bimbingan untuk mencari suatu pemecahan masalah yang dihadapi individu yang berhubungan dengan konflik-konflik psikis mereka.
- 7) *Remedial teaching*, yaitu suatu bentuk bimbingan yang diberikan kepada individu untuk membantu memecahkan kesulitan-kesulitan belajar yang mereka hadapi.

Selain pelayanan bimbingan kelompok juga ada bimbingan secara individual yang biasa dikaitkan dengan istilah konseling, adapun metode konseling ini adalah sebagai berikut:<sup>31</sup>

1. *Direktif Konseling*, dalam hal ini konselor lebih berperan dibanding klien. Konselor berusaha mengarahkan klien berdasarkan permasalahan yang dihadapinya.
2. *Non Direktif Konseling*, yaitu bentuk konseling dimana klienlah yang paling memegang peranan dalam segala aktifitas di dalamnya.
3. *Eklektif Konseling*, yaitu perpaduan antara teknik direktif dan non direktif konseling. Pemilihan kedua teknik ini tergantung kepada kondisi klien.

## **2. Tinjauan Tentang Penyesuaian Diri**

---

<sup>31</sup> *Ibid.*, hlm. 71-82.

### a. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Begitu pentingnya hal ini, sehingga kerap kita jumpai ungkapan dalam berbagai literatur, seperti: “Hidup manusia sejak lahir sampai mati tidak lain adalah penyesuaian diri.”<sup>32</sup>

Penyesuaian diri mengandung banyak arti, antara lain usaha manusia untuk menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. Ia memberikan batasan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan respon mental dan perilaku manusia dalam usahanya mengatasi dorongan-dorongan dari dalam diri agar diperoleh kesesuaian antara tuntutan dari dalam diri dan diri lingkungan. Ini berarti penyesuaian diri merupakan suatu proses dan bukannya kondisi statis.<sup>33</sup>

Schneiders (1964) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan satu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk

---

<sup>32</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam lintasan sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003) Hlm. 523.

<sup>33</sup> Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2010), hlm. 50.

memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Schneiders juga mengatakan bahwa orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang, dengan keterbatasan dalam dirinya belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien, dan memuaskan, serta dapat menyelesaikan konflik, frustrasi, maupun kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku.<sup>34</sup>

Berdasarkan teori tentang penyesuaian diri di atas, penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses seseorang dalam memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan yang harus dijalankan dalam lingkungan. Sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.

#### **b. Jenis-jenis Penyesuaian Diri**

Adapun jenis-jenis penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Hendrianti, yaitu:<sup>35</sup>

##### 1) Penyesuaian Diri di dalam Keluarga

Penyesuaian diri di dalam keluarga yang terpenting ialah penyesuaian diri terhadap orang tua. Seperti orang tua yang keras, artinya orang tua merasa berkuasa di rumah tangga,

---

<sup>34</sup> Hendrianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan: pendekatan ekologi kaitanya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*, (Bandung: Reflika Adiatama, 2009) hlm. 146.

<sup>35</sup> *Ibid.*, hlm. 64.

sehingga segala tindakannya terlihat keras, kurang mendengarkan keluhan atau usul anak-anaknya. Orang tua yang bersikap terlalu lunak atau tidak berdaya, artinya orang tua terlalu sayang (*over affection*) terhadap anak-anak mereka atau mungkin juga karena kurangnya pendidikan. sikap orang tua yang demokratis artinya orang tua memberikan kesempatan kepada setiap anaknya menyatakan pendapat keluhan.

## 2) Penyesuaian Diri di Sekolah

Penyesuaian diri di Sekolah ialah penyesuaian diri terhadap sikap guru dalam menghadapi siswa-siswanya, guru yang banyak memahami tentang perbedaan individual siswa akan lebih mudah mengadakan pendekatan terhadap berbagai masalah yang dihadapi muridnya. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, dalam hal ini kurikulum hendaknya disesuaikan dengan umur, tingkat kecerdasan, kebutuhan.

Penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik dan sosial sekolah. Dalam hal ini ialah gedung, alat-alat sekolah dan fasilitas belajar dan lingkungan sosial lainnya.

## 3) Penyesuaian Diri di Masyarakat

Masyarakat juga amat menentukan bagi penyesuaian diri anak. Karena sebagian besar waktu anak-anak dihabiskannya

di rumah. Dan rumah mereka berada di dalam lingkungan masyarakat. Banyak hal-hal yang terdapat di lingkungan masyarakat yang dapat menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian diri anak dan perkembangannya.

### c. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri dibagi menjadi dua, seperti yang dijelaskan oleh Mochammad Nursalim, yaitu:<sup>36</sup>

#### 1. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai oleh; 1) tidak adanya rasa benci, 2) tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan atau tidak percaya pada potensi diri. Sebaliknya kegagalan penyesuaian diri pribadi ditandai oleh; 1) kegoncangan emosi, 2) kecemasan, 3)

ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya sebagai akibat adanya jarak pemisah antara kemampuan individu dan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya.

#### 2. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan sosial tersebut mencakup

---

<sup>36</sup> Mochamad Nursalim, *Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial*, (Yogyakarta: Ladang Kata, 2012), hlm. 130-131.

hubungan dengan anggota keluarga, masyarakat, sekolah, teman sebaya, atau anggota masyarakat luas secara umum.

Proses yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Setiap kelompok masyarakat atau suku bangsa memiliki sistem nilai dan norma sosial yang berbeda-beda. Dalam proses penyesuaian sosial individu berkenalan dengan nilai dan norma sosial yang berbeda-beda lalu berusaha untuk mematuhi, sehingga menjadi bagian dan membentuk kepribadiannya.

#### **d. Unsur-unsur Penyesuaian Diri**

Nur Ghufon dan Rini Risnawita menjelaskan unsur-unsur penyesuaian diri yaitu:<sup>37</sup>

##### *1. Adaptation*

*Adaption* artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan beradaptasi. Orang yang penyesuaian dirinya baik berarti ia mempunyai hubungan yang memuaskan dengan lingkungan. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam kondisi fisik, misalnya untuk menghindari ketidaknyamanan akibat cuaca yang tidak diharapkan, maka orang membuat sesuatu untuk bernaung.

##### *2. Conformity*

---

<sup>37</sup>Nur Ghufon dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, hlm. 50-51.

*Conformity* artinya seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hatinuraninya. Kriteria sosial dalam hal ini diartikan sebagai pengaruh sosial ketika individu mengubah sikap dan tingkah laku mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada.

### 3. *Mastery*

*Mastery* artinya orang yang mempunyai penyesuaian diri baik yang mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respon diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien.

### 4. *Individual Variation*

*Individual Variation* artinya ada perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.<sup>38</sup> Setiap individu memiliki pola penyesuaian yang khas terhadap setiap situasi dan kondisi serta lingkungan yang dihadapinya.

Bagaimana individu menyesuaikan diri di lingkungan rumah dan keluarganya, di sekolahnya, bagaimana individu dapat menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri.

#### **e. Macam-macam Penyesuaian Diri**

Adapun macam-macam penyesuaian diri yaitu:

##### 1) *Autoplastic*

---

<sup>38</sup>*Ibid.*, hlm. 51.

Bentuk penyesuaian diri *Autoplastic* yang diubah atau disesuaikan bisa hal-hal yang ada pada diri individu. Begitu penyesuaian diri *autoplastic* yang paling elementer adalah peniruan atau imitasi. Diawali dengan upaya yang tidak sadar, baru kemudian menjadi lebih sadar. Manusia lahir sebagai bayi yang berbadan kecil, lemah, tidak bisa apa-apa dan hanya bisa meniru lingkungannya. Peniruan ini mungkin hanya menyangkut aspek-aspek tertentu, tetapi dapat pula menyangkut sebagian besar atau bahkan keseluruhan kepribadian individu. Bentuk imitasi demikian tersebut identifikasi atau penyamanan diri. Bentuk penyesuaian diri *otoplastis* yang lain adalah belajar. Belajar pada dasarnya merupakan suatu upaya perubahan perilaku individu, agar sesuai dengan tuntutan atau dapat mengatasi tantangan yang datang dari lingkungan. Jelaslah bahwa belajar merupakan suatu bentuk penyesuaian diri dari individu terhadap tuntutan lingkungan. Makin tinggi tuntutan lingkungan makin meningkat pula upaya belajar yang harus dilakukan individu.

## 2) *Alloplastic*

Bentuk penyesuaian diri *alloplastic* merupakan hal-hal yang ada pada lingkungan diubah sesuai dengan kebutuhan individu. Bentuk penyesuaian diri dengan mengubah lingkungan atau penyesuaian *allosplastis* dimanifestasikan

dalam berbagai bentuk usaha mempengaruhi orang lain agar orang tersebut mengikuti jalan pikiran atau keinginannya. Karena seseorang merasa kurang cocok dengan lingkungan yang dihadapinya, maka ia berusaha untuk mengadakan beberapa perubahan atau perbaikan.<sup>39</sup>

#### f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dibedakan menjadi dua:

##### 1) Faktor Internal

Faktor Internal yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental dan motivasi.

##### 2) Faktor Eksternal

Faktor Eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan individu yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah dan masyarakat.<sup>40</sup>

Pemahaman tentang faktor-faktor ini dan bagaimana fungsinya dalam penyesuaian merupakan syarat untuk memahami proses penyesuaian, karena penyesuaian tumbuh dari hubungan hubungan antar faktor-faktor ini dan tuntutan individu.

---

<sup>39</sup> Siti Hartinah, *Pengembangan Peserta Didik*, hlm. 131.

<sup>40</sup> Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, hlm. 55.

### **g. Usaha Untuk Membantu Penyesuaian Diri Siswa**

Menurut Sunarto, usaha yang dapat dilakukan untuk memperlancar proses penyesuaian diri di sekolah antara lain, yaitu:<sup>41</sup>

- 1) Menciptakan situasi sekolah yang dapat menimbulkan rasa “betah” bagi anak didik, baik secara sosial, fisik maupun akademis.
- 2) Menciptakan suasana belajar mengajar yang menyenangkan bagi anak.
- 3) Usaha memahami anak didik secara menyeluruh, baik prestasi belajar, sosial, maupun seluruh aspek pribadinya,
- 4) Menggunakan metode dan alat mengajar yang menimbulkan gairah belajar.
- 5) Menggunakan prosedur evaluasi dapat memperbesar motivasi belajar.
- 6) Ruangan kelas yang memenuhi syarat-syarat kesehatan.
- 7) Peraturan/tata tertib yang jelas dan dipahami murid-murid.

Sementara menurut Al-Mighwar menjelaskan bahwa ketika remaja mampu merespon berbagai persoalan secara matang, efisien, memuaskan dan sehat, dia dianggap telah memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik. Untuk

---

<sup>41</sup> Sunarto, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 239-241.

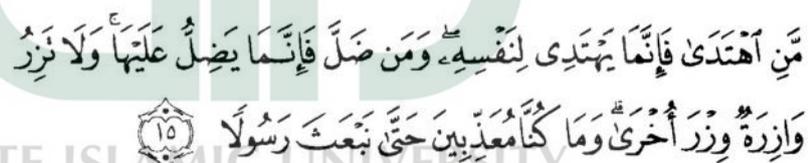
menumbuhkembangkannya dapat diupayakan dengan cara-cara sebagai berikut:

- 1) Menciptakan interaksi edukatif.
- 2) Menghilangkan atau minimal menghindari perilaku negatif dihadapan remaja.
- 3) Mencegah peranan yang kontradiktif dengan jenis kelamin remaja.<sup>42</sup>

Usaha-usaha untuk memperlancar proses penyesuaian diri di sekolah ini sangat penting dan diperlukan oleh siswa, terutama yang mempunyai tingkat penyesuaian diri di sekolah yang rendah.

#### **h. Penyesuaian Diri dalam Perspektif Islam**

Telaah penyesuaian diri dalam perpektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surat al-Isra ayat 15. Firman Allah swt:


  
 مَنِ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا نَزِرُ
   
 وَاِزْرَةً ۗ وَزَرَّ اٰخِرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِيْنَ حَتّٰى نَبْعَثَ رَسُوْلًا

Artinya: “Barang siapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), Maka Sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa yang sesat Maka Sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan kami tidak

<sup>42</sup> Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), hlm. 217.

*akan menga'azab sebelum kami mengutus seorang rasul"* (Q.S. Al-Israa: 15)<sup>43</sup>

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

Allah swt tidak akan mempersulit hamba-Nya dalam melakukan aktifitas sehari-hari, kecuali bagi manusia yang menyulitkan dirinya sendiri dengan meninggalkan perintah-Nya dan melakukan larangan-Nya. Namun manusia mampu untuk berusaha dan berdo'a untuk mencapai tujuan dan impian yang telah diharapkan. Sebagaimana yang tersurat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 286. Firman Allah swt:

---

<sup>43</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2012), hlm. 284.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا  
 اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ  
 عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا  
 مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا  
 فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya, ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdo’a): “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. beri maaflah Kami; ampunilah Kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong kami, Maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir”. (Q.S. Al-Baqarah: 286).<sup>44</sup>

Firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 286 telah dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah swt tidak akan membebani suatu permasalahan diluar batas kemampuan setiap manusia itu sendiri, meskipun permasalahan itu dianggap berat bagi manusia namun semua itu mampu untuk diselesaikan dengan selalu berusaha agar

<sup>44</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an Terjemah*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2012), hlm. 50.

mendapatkan jalan keluar. Ketika seseorang mampu untuk melakukan yang terbaik dimana setiap individu berada maka sebenarnya individu itu mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik, dalam firman Allah swt dia atas telah diserukan bahwa setiap manusia yang mampu melakukan kebaikan yang sesuai dengan syariat islam maka Allah swt akan memberikan pahala kepada hamba-Nya dan sebaliknya.

## **H. Metode Penelitian**

Dalam memperoleh data maka dibutuhkan sebuah metode penelitian guna mempermudah peneliti dalam mengumpulkan dan menginterpretasikan data. Keabsahan sebuah penelitian pada hakikatnya tergantung pada penggunaan metode penelitian dalam mendapatkan sebuah data. Maka dari itu, dalam sebuah penelitian perlu dicantumkan metode penelitian yang digunakan dalam mencari data. Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>45</sup> Berikut akan dijelaskan beberapa hal yang terkait dengan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Alasan atas pemilihan ini karena metode kualitatif deskriptif menggambarkan atau merumuskan semua data yang didapat

---

<sup>45</sup> Sugiyono, *Metode kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 2.

dengan kata-kata atau kalimat yang dipisah-pisahkan menurut kategori yang dimaksudkan untuk memperoleh kesimpulan.<sup>46</sup>

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang pengumpulan datanya dilakukan di lapangan untuk mendapatkan pengamatan terhadap suatu fenomena dalam keadaan ilmiah.<sup>47</sup>

Melalui metode ini peneliti mendeskripsikan serta menginterpretasikan mengenai metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

Subyek penelitian yaitu orang atau individu atau kelompok yang dijadikan unit atau satuan yang diteliti. Subyek penelitian merupakan sumber informasi untuk mencari data dan masukan- masukan dalam mengungkapkan masalah penelitian atau yang dikenal dengan istilah informasi yaitu orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian.<sup>48</sup>

Subjek pada penelitian ini adalah guru BK di SMP Ali Maksum Yogyakarta yang masih aktif di sekolah yaitu bapak Khoerul Anwar.

M.Pd dan ibu Ela Nurmalasari. S.sos serta pembimbing asrama putra yang

---

<sup>46</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), hlm. 243.

<sup>47</sup> Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 26.

<sup>48</sup> Sanapiah Faisal, *Format-Format Penelitian Sosial*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2008), hlm. 109.

bernama Henri Fatchiyan dan pembimbing asrama putri yang bernama Tutik Dinur Rofiah. Penelitian ini juga didukung oleh para staff guru yang memiliki peran bagi subjek.

Selanjutnya berdasarkan skala penyesuaian diri yang telah disebar oleh saudari Salma Husniyati menggunakan skala dari saudari Afaaf Maulaa dalam buku *Anchor Assessment*<sup>49</sup> pada siswa baru di SMP Ali Maksum dianalisis dengan menggunakan SPSS 20.0 *for windows*. Hasil analisis menunjukkan bahwa skor terendah pada variabel penyesuaian diri adalah 85 dan skor tertinggi adalah 130. Pada variabel penyesuaian diri diperoleh nilai *mean* atau rata-rata sebesar 109,12 dan standar deviasi sebesar 8,794. Dalam penyebayaran angket kepada 88 populasi, hasil yang dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu; tinggi, sedang dan rendah.

Siswa dipilih berdasarkan tingkat penyesuaian diri yang tinggi hingga terendah dan dibagi menjadi dua jenis yaitu putra dan putri. Adapun siswa yang dipilih yaitu HA dan SSN (tingkat penyesuaian diri tinggi) serta MI dan RSM (tingkat penyesuaian diri rendah).<sup>50</sup>

Sedangkan objek penelitian ini adalah penerapan metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri yang ditunjukkan oleh konselor dalam menangani siswa yang kesulitan dalam penyesuaian diri.

---

<sup>49</sup> BKI 15 UIN Sunan Kalijaga, *Anchor Assessment Asesmen Praktis dalam Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Samudra Biru, 2018), hlm. 77.

<sup>50</sup> Salma Husniyati, *Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Asrama Diponegoro Pondok Pesantren Ali Maksum Yogyakarta*, Skripsi (Yogyakarta: Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga, 2019), hlm. 45.

### 3. Metode Pengumpulan Data

#### a. Wawancara

Metode wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan langsung oleh pewawancara kepada responden, dan jawaban-jawaban responden dicatat dan direkam.<sup>51</sup>

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti adalah wawancara bebas terpimpin, yakni pertanyaan bebas akan tetapi sesuai dengan data yang diteliti. Dengan diawali adanya panduan wawancara yang bersifat terbuka namun akan terus digali tentang keperluan peneliti sesuai dengan obyek penelitian. Sesuai dengan subjek penelitian yang diteliti, yaitu metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa tahun pertama SMP Ali Maksum, maka peneliti melakukan wawancara kepada subjek penelitian sesuai dengan kebutuhan penelitian, yaitu mengenai metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum Yogyakarta. Dengan dilakukan wawancara maka akan menemukan data yang akurat dari subjek penelitian.

Adapun yang menjadi terwawancara dalam penelitian ini adalah:

- 1) Guru BK SMP Ali Maksum Yogyakarta yaitu Bapak Khoerul Anwar. M.Pd dan ibu Ela Nurmalasari. S.Sos.

---

<sup>51</sup> M. Iqbal Hasan, "Pokok-Pokok Materi, Metode Penelitian Dan Aplikasinya", (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002), hlm. 83-85.

- 2) Pembimbing asrama yaitu bapak Henri Fatchiyan selaku koordinator asrama putra kelas VII dan ibu Tutik Dinur Rofiah selaku ketua asrama putri SMP Ali Maksum Yogyakarta.
- 3) Siswa dan siswi yaitu HA dan SSN yang memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi serta MI dan RSM yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah.

b. Dokumentasi

Dokumentasi, dari asal katanya dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian, dan sebagainya.

Dalam pengertian yang lebih luas, dokumen bukan hanya berwujud tulisan saja, tetapi dapat berupa benda-benda peninggalan seperti prasasti dan simbol-simbol.<sup>52</sup>

Peneliti dalam hal ini menggunakan metode dokumentasi untuk mendapatkan data tentang profil sekolah, visi dan misi sekolah serta sarana dan prasarana yang dianggap perlu untuk menggambarkan sekolah tersebut.

#### 4. Metode Analisis Data

Analisis data digunakan ketika data diperoleh. Secara harfiah analisis data adalah proses pengorganisasian data ke dalam kategori, pola

---

<sup>52</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penulisan*, hlm. 202.

dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.<sup>53</sup>

Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu setelah ada data yang berkaitan dengan penelitian, maka disusun dan diklasifikasikan dengan menggunakan data-data yang diperoleh untuk menggambarkan jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.

Dalam penelitian ini, model analisis data yang digunakan adalah dengan model Miles and Huberman Yaitu *interactive model*, yang komponen kerjanya meliputi *data reduction* (mengurangi data), *data display* (penyajian data), *conclusion drawing/verification*.<sup>54</sup>

Mengurangi data merupakan pemilihan, penyederhanaan, dan pemusatan perhatian pada hal-hal yang menguatkan data yang diperoleh dari lapangan dan mengurangi dilakukan oleh peneliti secara terus menerus dalam waktu penelitian dilakukan.

Penyajian data merupakan pendeskripsian hasil data yang diperoleh dari penelitian lapangan dengan menggunakan kalimat-kalimat sesuai dengan pendekatan kualitatif dan sesuai dengan laporan yang sistematis dan mudah dipahami.

*Conclusion drawing/verification* (Penarikan Kesimpulan) merupakan cara informasi yang tersusun dalam penyajian data.

---

<sup>53</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm. 109.

<sup>54</sup> Sugiyono, *Metode Penulisan Kuantitatif Kualitatif dan R& D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 246-252.

Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Langkah deskriptif
2. Langkah Interpretasi
3. Langkah analisis
4. Langkah pengambilan keputusan

Langkah-langkah ini digunakan guna mempermudah peneliti dalam menganalisis data.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian dalam bab III, maka dapat disimpulkan bahwa metode bimbingan dan konseling dalam penyesuaian diri siswa pada tahun pertama di SMP Ali Maksum adalah: Pertama, *Hoom Room Program* yaitu bimbingan yang terdiri dari sekelompok orang dalam satu pertemuan. Kedua, karyawisata yaitu teknik yang berfungsi sebagai rekreasi dan belajar. Ketiga, diskusi kelompok yaitu kegiatan dimana setiap individu dapat secara bersama-sama mencari alternatif solusi. Keempat, kerja kelompok yaitu kegiatan dimana individu-individu diberi kesempatan untuk dapat merencanakan sesuatu dan mengerjakannya secara bersama dalam suatu kelompok.

#### **B. Saran**

1. Diharapkan untuk sekolah serta asrama membentuk regulasi terkait dengan aturan orangtua dalam menjenguk anaknya di pondok pesantren guna meningkatkan titik fokus pada anak dalam proses belajar.
2. Untuk guru BK serta pembimbing asrama diharapkan untuk bisa melengkapi administrasi terutama dalam rancangan program yang akan dan sudah dilaksanakan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, harapan untuk mengembangkan penelitian terkait penyesuaian diri sangat dibutuhkan bagi sekolah-sekolah terkhusus sekolah yang berafiliasi dengan pondok pesantren.

### C. Penutup

Alhamdulillah segala puji syukur yang senantiasa peneliti haturkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayahNya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Peneliti menyadari banyak kekurangan dan jauh dari kata kesempurnaan, sehingga perlu adanya kritik dan saran yang membangun<sup>80</sup> mendukung dari semua pihak untuk penyusunan skripsi berikutnya. Semoga skripsi yang disusun ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan peneliti selanjutnya. Aamiin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, Hendriati, *Psikologi remaja (Pendekatan Kkologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja)*, Bandung: Refika Aditama, 2009
- Al-Mighwar, M, *Psikologi Remaja*, Bandung: Pustaka Setia, 2006
- Anam, Khoirul, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Prestasi Akademik dan Non Akademik Siswa SMP Ali Maksum Krapyak Yogyakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, 2013
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1996
- Arikunto, Suharsimi, *Penilaian dan Penulisan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Aditya Media, 2011
- BKI 15 UIN Sunan Kalijaga, *Anchor Assessment Asesmen Praktis dalam Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: Samudra Biru, 2018
- Djalali As'ad, *Teknik-Teknik Bimbingan dan Penyuluhan*, Surabaya: Bina Ilmu, 1986
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai pustaka 1989
- Fahmy, Musthafa, *Penyesuaian Diri*, Jakarata: N.V Bulan Bintang, 1982
- Faisal, Sanapiah, *Format-Format Penelitian Sosial*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2008
- Ghufron, Nur, Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2010
- Hartinah, Siti, *Pengembangan Peserta Didik*, Bandung, Refika Aditama, 2008

- Hasan, M. Iqbal, *Pokok-Pokok Materi, Metode Penelitian Dan Aplikasinya*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002
- Hikmawati, Fenti, *Bimbingan konseling*, Jakarta: RajaGrafindo, 2012
- Husniyati Salma, *Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Asrama Diponegoro Pondok Pesantren Ali Maksum Yogyakarta*, Skripsi, Yogyakarta: Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga, 2019
- Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*, Jakarta: Darus Sunnah, 2012
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyu, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks, 2011
- Kurnanto, M. Edi, *Konseling Kelompok*, Bandung: Alfabeta, 2013
- Moleong, Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004
- Moleong, Lexy J., *Metode Penulisan Teori dan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991
- Nurfitriana, Pipit, *Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016
- Nursalim, Mochamad, *Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial*, Yogyakarta: Ladang Kata, 2012
- Poerwadarmainta, W. J. S., *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2011
- Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004.
- Rahman, Hibana S., *Bimbingan dan Konseling Pola 17*, Yogyakarta: UCY Press, 2003.

- Rizqiyah, Mumtazah, *Peranan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, 2016
- Salim, Peter, *Kamus Indonesia Kontemporer*, Jakarta: Modern English Pers, 1991
- Santrock, John W., *Remaja Edisi Kesebelas*, Jakarta: Erlangga, 2007
- Sobur, Alex, *Psikologi Umum dalam lintasan sejarah*, Bandung: Pustaka Setia, 2003
- Sugiyono, *Metode kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2007
- Sukardi, Dewa Ketut, Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta, Rineka Cipta, 2008
- Sunarto, *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002
- Tim Prima Pena, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Gitamedia Press, 2011
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan di Madrasah (berbasis integrase)*, Jakarta: Raja Grapindo, 2007
- Willis, Sofyan. S., *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2011
- Willis, Sofyan S., *Remaja dan Masalahnya*, Bandung: Alfabeta, 2008
- Winkel, W. S., *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Jakarta: Gramedia, 1997



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN**

Jl. Kenari No. 56 Yogyakarta 55165 Telepon 555241, 515865, 562682  
Fax (0274) 555241

E-MAIL : [pmperizinan@jogjakota.go.id](mailto:pmperizinan@jogjakota.go.id)

HOTLINE SMS : 081227625000 HOT LINE EMAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)

WEBSITE : [www.pmpemizinan.jogjakota.go.id](http://www.pmpemizinan.jogjakota.go.id)

**SURAT IZIN**

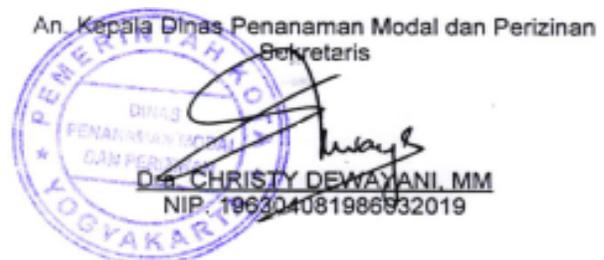
NOMOR : 0113/34/UH/I/2019

- Membaca Surat : Dari Rekomendasi dari Kepala Badan Kesbangpol DIY  
Nomor : 074/11878/Kesbangpol/2018 Tanggal : 14 Desember 2018
- Mengingat : 1. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.  
2. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 5 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Yogyakarta;  
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta;  
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 88 Tahun 2018 tentang Susunan Organisasi, Kedudukan, Tugas Fungsi dan Tata Kerja Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Kota Yogyakarta;  
5. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 14 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta;  
6. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 42 Tahun 2018 tentang Perubahan Atas Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2018 tentang Penyelenggaraan Perizinan dan Non Perizinan Pada Pemerintah Kota Yogyakarta;
- Dijijinkan Kepada : Nama : TAJUL ARIFIN  
No. Mhs/ NIM : 12220044  
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Dakwah Dan Komunikasi UIN Suka Yogyakarta  
Alamat : Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta  
Penanggungjawab : Nailul Falah. S.Ag, M.Si  
Keperluan : Melakukan Penelitian Dengan Judul Proposal : Bimbingan Dan Konseling Untuk Membantu Penyesuaian Akademik Siswa Pada Tahun Pertama Di SMP Ali Maksum Yogyakarta
- Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta  
Waktu : 16 Januari 2019 s/d 16 April 2019  
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan  
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberikan Laporan hasil Penelitian berupa CD kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Kota Yogyakarta)  
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat  
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah  
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan-ketentuan tersebut diatas

Kemudian diharap para Pejabat Pemerintah setempat dapat memberikan bantuan seperlunya

Dikeluarkan di : Yogyakarta

Pada Tanggal : 16 Januari 2019



Tembusan Kepada :

- Yth 1. Walikota Yogyakarta (sebagai laporan)  
2. Kepala Badan Kesbangpol DIY  
3. Ka. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta  
4. Ka. Kementerian Agama Kota Yogyakarta  
5. Kepala SMP Ali Maksum Yogyakarta  
6. Ybs.



Nomor: UIN.02/R.3/PP.00.9/2753.C/2012

**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN KALIJAGA**

# Sertifikat

diberikan kepada:

Nama : TAJUL ARIFIN  
NIM : 12220044  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah

Sebagai Peserta

atas keberhasilannya menyelesaikan semua tugas dan kegiatan

## **SOSIALISASI PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI**

Bagi Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga Tahun Akademik 2012/2013

Tanggal 10 s.d. 12 September 2012 (20 jam pelajaran)

Yogyakarta, 19 September 2012

a.n. Rektor

Pembantu Rektor Bidang Kemahasiswaan



Dr. H. Akhmad Rifa'i, M.Phil.  
NIP. 19600905 198603 1006



## TEST OF ENGLISH COMPETENCE CERTIFICATE

No: UIN.02/L4/PM.03.2/2.22.2.1/2018

This is to certify that:

Name : **Tajul Arifin**  
Date of Birth : **June 27, 1994**  
Sex : **Male**

achieved the following scores on the Test of English Competence (TOEC) held on **November 02, 2018** by Center for Language Development of State Islamic University Sunan Kalijaga:

CONVERTED SCORE	
Listening Comprehension	45
Structure & Written Expression	42
Reading Comprehension	45
<b>Total Score</b>	<b>440</b>

*Validity: 2 years since the certificate's issued*



Yogyakarta, November 02, 2018  
Director,



Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.  
NIP. 19680915 199803 1 005



# شهادة

## اختبار كفاءة اللغة العربية

الرقم: UIN.02/L4/PM.03.2/6.22.3.10/2019

تشهد إدارة مركز التنمية اللغوية بأن

الاسم : Tajul Arifin :

تاريخ الميلاد : ٢٧ يونيو ١٩٩٤

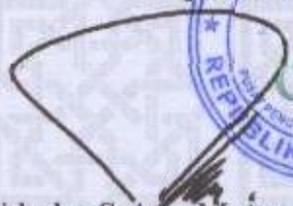
قد شارك في اختبار كفاءة اللغة العربية في ٦ مارس ٢٠١٩, وحصل على  
درجة :

٤٣	فهم المسموع
٣٢	التركيب النحوية و التعبيرات الكتابية
٣٠	فهم المقروء
٣٥	مجموع الدرجات

هذه الشهادة صالحة لمدة سنتين من تاريخ الإصدار

جوكجاكرتا, ٦ مارس ٢٠١٩

المدير



Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.

رقم التوظيف : ١٩٦٨٠٩١٥١٩٩٨٠٣١٠٠٥





**UJIAN SERTIFIKASI TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI**

diberikan kepada

Nama : Tajul Arifin  
 NIM : 12220044  
 Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi  
 Jurusan/Prodi : Bimbingan Dan Konseling Islam  
 Dengan Nilai :

No.	Materi	Nilai	
		Angka	Huruf
1.	Microsoft Word	85	B
2.	Microsoft Excel	40	E
3.	Microsoft Power Point	95	A
4.	Internet	100	A
5.	Total Nilai	80	B
Predikat Kelulusan		Memuaskan	

Yogyakarta, 15 Januari 2019

Kepala PTIPD



Dr. Shofwatul Uyun, S.T., M.Kom.

NIP. 19820511 200604 2 002

Standar Nilai:

Nilai		Predikat
Angka	Huruf	
86 - 100	A	Sangat Memuaskan
71 - 85	B	Memuaskan
56 - 70	C	Cukup
41 - 55	D	Kurang
0 - 40	E	Sangat Kurang



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
LEMBAGA PENELITIAN DAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# SERTIFIKAT

Nomor : UIN.02/L.2/PP.06/P3.696/2015

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memberikan sertifikat kepada :

Nama : Tajul Arifin  
Tempat, dan Tanggal Lahir : Sukabumi, 27 Juni 1994  
Nomor Induk Mahasiswa : 12220044  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

yang telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Integrasi-Interkoneksi Tematik Posdaya Berbasis Masjid Semester Khusus, Tahun Akademik 2014/2015 (Angkatan ke-86), di :

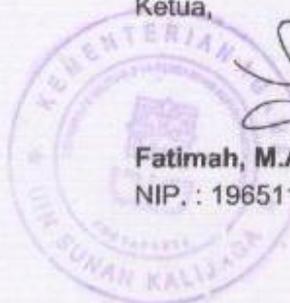
Lokasi : Girikerto  
Kecamatan : Turi  
Kabupaten/Kota : Kab. Sleman  
Propinsi : D.I. Yogyakarta

dari tanggal 25 Juni 2015 s.d. 31 Agustus 2015 dan dinyatakan LULUS dengan nilai 95,38 (A). Sertifikat ini diberikan sebagai bukti yang bersangkutan telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan status intrakurikuler dan sebagai syarat untuk dapat mengikuti ujian Munaqasyah Skripsi.



Yogyakarta, 09 Oktober 2015

Ketua,



Fatimah, M.A., Ph.D.

NIP. : 19651114 199203 2 001

# SERTIFIKAT

Pengelola Laboratorium Agama Masjid Sunan Kalijaga dengan ini menyatakan bahwa:

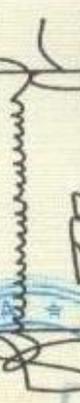
Nama : Tajul Arifin  
NIM : 12220044  
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam  
Tempat tanggal lahir : Sukabumi, 27 Juni 1994

Telah berhasil menyelesaikan ujian sertifikasi Baca Tulis Al-Quran di Laboratorium Agama Masjid Sunan Kalijaga dengan predikat:

## Baik

Direktur

Laboratorium Agama  
Masjid Sunan Kalijaga

  
Dr. Nbrul Hak, M.Hum.

NIP: 197001171999031001

Dikeluarkan pada : 05 April 2019  
Berlaku sampai dengan : 05 April 2020



## CURICULUM VITAE

### A. Biodata Pribadi

Nama Lengkap : Tajul Arifin  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Tempat, Tanggal Lahir : Sukabumi, 27 Juni 1994  
Alamat Asal : Kp. Tipar Al-Masthuriyah RT 46  
RW 10 Desa Cibolang Kaler,  
Kecamatan Cisaat, Kabupaten  
Sukabumi.



Alamat Tinggal : Jalan Sembada no 28, Kancilan, Nganglik, Sleman  
Email : [sundanese.tajul@gmail.com](mailto:sundanese.tajul@gmail.com)  
No. HP : 085659516258

### B. Pendidikan Formal

Jenjang	Nama Sekolah	Tahun
TK	RA Al-Masthuriyah	1998-2000
SD	MI Al-Masthuriyah	2000-2006
SMP	MTs Al-Masthuriyah	2006-2009
SMA	MA Al-Masthuriyah	2009-2012
S1	UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	2012-2019