

**BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN**

**DIRI SISWA MAN 3 BANTUL YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta**

**Guna Memenuhi Sebagian Syarat-syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

**Disusun oleh:**

**Akhmad Ali Marzuqi**

**13220004**

**Pembimbing**

**Dr. Irsyadunnas, S. Ag., M. Ag**

**NIP. 19710413 199803 1 006**

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

**2017**



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-2196/Un.02/DD/PP.05.3/10/2017

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

**Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa MAN III Bantul  
Yogyakarta**


yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Akhmad Ali Marzuqi  
NIM/Jurusan : 13220004/BKI  
Telah dimunaqasyahkan pada : Selasa, 12 September 2017  
Nilai Munaqasyah : 92 (A-)

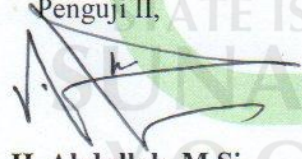
dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

**TIM MUNAQASYAH**

Ketua Sidang/Penguji I,

  
**Dr. Irsyadunnas, M.Ag.**  
NIP 19710413 199803 1 006

Penguji II,

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


Penguji III,

  
**A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.**  
NIP 19750427 200801 1 008

Yogyakarta, 11 Oktober 2017

Dekan,



  
**Dr. Nurjannah, M. Si**  
NIP 19600310 198703 2 001



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

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274)515856  
Yogyakarta 55281

---

---

**SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr. wb.*

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

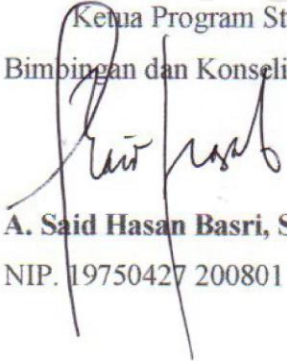
Nama : Akhmad Ali Marzuqi  
NIM : 13220004  
Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta

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

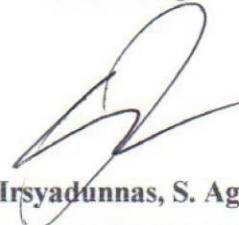
Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 4 September 2017

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling Islam,

  
**A. Said Hasan Basri, S. Psi., M.Si**  
NIP. 19750427 200801 1 008

Pembimbing

  
**Dr. Irsyadunnas, S. Ag., M. Ag**  
NIP. 19710413 199803 1 006

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Akhmad Ali Marzuqi

NIM : 13220004

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun, tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab peneliti

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 3 September 2017

Yang Menyatakan



Akhmad Ali Marzuqi

13220004

## MOTTO

الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبُنْيَانِ يَشُدُّ بَعْضُهُ بَعْضًا

"Hubungan seorang mukmin dengan mukmin lainnya ibarat satu bangunan, sebagian yang satu mendukung/menguatkan bagian yang lainnya"  
(HR. Bukhari-Muslim)<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Imam Nawawi, *Riyadlus Sholihin*, (Pusaka As-Sunnah: Yogyakarta. 2010) hal. 51

## **PERSEMAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :  
Orang tua tercinta, Bapak Kharis Zulngazis dan Ibu Muntahanah yang selalu  
memberikan do'a dan semangat.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah *Azza wa Jalla*, penulis panjatkan kehadirat-Nya yang telah melimpahkan rahmat dan kasih sayang-Nya kepada kita semua, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya, walau tidak dengan sempurna mungkin. Sholawat dan salam kita haturkan pula kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW, keluarga beserta sahabat-sahabat beliau yang senantiasa setia mengemban amanah memperjuangkan agama Allah di muka bumi ini.

Terselesaikannya skripsi ini tentu saja tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik berbentuk moril maupun materil. Karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih atas segala bantuan dan dukungan tersebut. Hanya Allah SWT yang dapat membalas segala kebaikan tersebut dengan balasan yang berlipat ganda. Maka dari itu, perkenankan penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada kontributor yang tidak dapat disebutkan satu-persatu dalam karya ini :

1. Prof. Drs. KH. Yudian Wahyudi, M.A., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Nurjannah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Prodi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Dr. Irsyadunnas, M.Ag., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan pengarahan, masukan, serta motivasi, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
5. Muhsin Khalida, S.Ag., M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan, dorongan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis, semoga ilmu yang diberikan dapat bermanfaat.
7. Seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan administrasi bagi penulis.
8. Ucapan terimakasih kepada Dra. Himmah Hidayatun, S.Pd, selaku guru bimbingan dan konseling kelas X sekaligus koordinator bimbingan dan konseling di MAN 3 Bantul yang dari awal proses penyusunan skripsi telah banyak memberikan informasi, pengetahuan, bimbingan dan masukan dan kerjasamanya hingga proses penyusunan skripsi ini berakhir.
9. Teristimewa kepada Bapak Kharis Zulngazis dan Ibunda Muntahanan tercinta, ucapan terimakasih yang mendalam telah memberikan banyak cinta dan motivasi baik berupa materiil dan moral sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Semua yang engkau berikan takkan pernah bisa dibalas dan terus menjadi semangat bagi penulis agar terus berbakti kepadamu.



10. Teman-teman Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2013 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terimakasih atas segala dukungan dan motivasinya, semoga kalian semua senantiasa dimudahkan jalannya oleh Allah SWT.
11. Teman-teman IMAKTA (Ikatan Mahasiswa Kebumen di Yogyakarta), Mas Hasan, Mas Danang, Mas Edi, Bayyin, Ulil, Ibnu, Afri, Gilang, Ferdian, Khafid, Irfan, Zen, dan yang lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu, terimakasih atas dukungan dan semangat perjuangannya serta kalianlah yang telah banyak mengajarkan arti persaudaraan.
12. Teman-teman BOM-F SATUSAKA (Sanggar Teater dan Musik Sunan Kalijaga) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah begitu banyak kenangan di setiap prosesnya.
13. Teman-teman LAB BKI khususnya Tim Lebah Gunung Ilham, Cahya, Nur, Yudi, Afifah, Afaf dan Elfrida kalian pokoknya keren.
14. Teman-teman Sanggar Ilir Aman, Miftah, Fahmi, Ninik, Vemmy, Irfan, Gunawan, Kang Nadi, Wiwit, Dzul, Heni, Indah, dan yang lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu pokoknya terimakasih atas dukungan dan semangatnya.
15. Teman-teman P3S (Paguyuban Pengajar Pinggir Sungai) Codhe, Husen, Irwan, Cahyo, Daus, Jarpo, Kiting, Afri, Fitri, Nisa, Maiko, dan rekan-rekan yang lain yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terimakasih atas proses kerennya dan teruslah berjuang demi pendidikan kerakyatan.

16. Sahabat-sahabat terbaikku Habib, Fahmi, Anto, Rahmat, Dayat, Aziz kalian memang bayak menginspirasiku, terimakasih kawan.

Akhirul kalam penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dengan kata sempurna. Karenanya saran yang konstruktif dan kritikan yang mencerdaskan, senantiasa penulis tunggu demi kesempurnaan dari penulisan ini. Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang mempergunakannya. Kepada Allah SWT tempat penulis berpasrah semoga skripsi ini bermanfaat dunia dan akhirat, Amiiin.

Yogyakarta, 1 Oktober 2017

Akhmad Ali Marzuqi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

AKHMAD ALI MARZUQI, Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta, Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017. Permasalahan interaksi sosial tentang penyesuaian diri siswa dengan latar belakang lingkungan yang bermacam-macam membuat peneliti tertarik melakukan penelitian ini.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah 1 Guru Bimbingan dan Konseling Kelas X MAN 3 Bantul Yogyakarta dan 6 orang siswa kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul Yogyakarta tahun ajaran 2016-2017. Objek penelitian ini adalah tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul Yogyakarta.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian lapangan dengan model kualitatif, metode pengumpulan data yang berupa lembar observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, yaitu dengan mengumpulkan data dan mereduksinya menjadi sebuah kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilaksanakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling MAN 3 Bantul Yogyakarta untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X melalui beberapa tahapan yaitu: (1) Langkah awal yaitu pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. (2) Perencanaan kegiatan, dimana dalam tahap ini terdapat beberapa hal yang perlu dipersiapkan antara lain: (a) Materi dan sasaran layanan, (b) Tujuan layanan, (c) Rencana penilaian, (d) Waktu dan tempat pelaksanaan. (3) Pelaksanaan kegiatan, dalam tahap ini juga terdapat beberapa tahapan antara lain: (a) Persiapan secara menyeluruh, (b) Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan, dalam pelaksanaan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan terdapat beberapa langkah diantaranya: Tahap pembentukan, Tahap Peralihan, Tahap inti kegiatan. (4) Evaluasi kegiatan, yaitu mengajak anggota kelompok untuk melakukan refleksi pengalaman terhadap kegiatan yang telah dilakukan. (5) Analisis dan tindak lanjut, yaitu guna mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan para peserta dan seluk beluk penyelenggaraan bimbingan kelompok.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
Penegasan Judul .....	1
Latar Belakang .....	4
Rumusan Masalah .....	7
Tujuan Penelitian .....	7
Manfaat Penelitian .....	7
Kajian Pustaka .....	8
Kerangka Teori .....	11
Metode Penelitian .....	28
<b>BAB II. GAMBARAN UMUM BIMBINGAN DAN KONSELING</b>	

<b>MAN 3 BANUL YOGYAKARTA .....</b>	<b>35</b>
Gambaran Umum MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	35
Identitas MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	35
Letak Geografis .....	35
Visi dan Misi MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	36
Sejarah MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	37
Bimbingan dan Konseling MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	39
Gambaran Umum Bimbingan dan Konseling .....	39
Visi dan Misi Bimbingan dan Konseling .....	40
Program Bimbingan dan Konseling .....	41
Komponen Bimbingan dan Konseling Komprehensif .....	43
Bimbingan Kelompok MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	52
Program Penyesuaian Diri Siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta .....	54
<b>BAB III. TAHAP-TAHAP PELAKSANAAN BIMBINGAN</b>	
<b>KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENYESUIAN DIRI</b>	
<b>SISWA MAN 3 BANTUL YOGYAKATA .....</b>	<b>57</b>
Langkah Awal .....	58
Perencanaan Kegiatan .....	59
Materi dan Sasara Layanan .....	60
Tujuan Layanan .....	61
Rencana Penilaian .....	62
Waktu dan Tempat Pelaksanaan .....	62
Pelaksanaan Kegiatan .....	63

Persiapan Secara Menyeluruh .....	63
Pelaksanaan Tahap-Tahap Kegiatan .....	63
Tahap Pembentukan .....	63
Tahap Peralihan .....	65
Tahap Inti Kegiatan .....	68
Evaluasi Kegiatan .....	70
Evaluasi dan Tindak Lanjut .....	79
<b>BAB IV. PENUTUP .....</b>	<b>83</b>
Kesimpulan .....	83
Saran .....	84
Kata Penutup .....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>86</b>

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Untuk memahami dan memberikan gambaran yang jelas agar nantinya tidak terjadi salah pengertian dalam penulisan, maka perlu di jelaskan beberapa istilah dalam judul skripsi “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa MAN 3 Bantul Yogyakarta”, yaitu sebagai berikut:

#### 1. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok serta kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.<sup>2</sup> Menurut W.S. Winkel kegiatan bimbingan kelompok lebih pada proses pemahaman diri dan lingkungan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang disebut kelompok. Dengan terlaksananya kegiatan bimbingan kelompok akan dapat menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial siswa sebagai peserta didik serta meningkatkan mutu kerjasama dalam kehidupan sosialnya.<sup>3</sup>

Berdasarkan pengertian tersebut, maka yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu layanan pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah atau madrasah

---

<sup>2</sup> Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 94.

<sup>3</sup> W.S. Winkel dan Astuti, *Konseling di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 2004), hlm. 549.

kepada siswa secara berkelompok dalam bentuk kegiatan kelompok.

## 2. Meningkatkan Penyesuaian Diri

Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia meningkatkan adalah menaikkan (derajat, taraf, dan sebagainya). Penyesuaian diri ialah usaha seseorang untuk menyelaraskan pemuasan kebutuhan dengan situasi di luar. Penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.<sup>4</sup>

Penyesuaian diri merupakan kegiatan yang dilakukan manusia sepanjang hayat, karena pada dasarnya manusia ingin mempertahankan eksistensinya. Sejak lahir berusaha memenuhi kebutuhannya yaitu kebutuhan fisik, psikis dan sosial. Pemenuhan kebutuhan itu karena adanya dorongan-dorongan yang mengharapkan pemuasan. Bila kebutuhan tersebut tidak tercapai, maka individu tersebut akan mengalami *maladjustmen*.<sup>5</sup> *Maladjustment* adalah ketidakmampuan individu untuk mengembangkan pola-pola tingkah laku untuk berhasil atau diterima dalam lingkungannya.<sup>6</sup>

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi perubahan yang terjadi dalam dirinya, untuk mempertemukan tuntutan diri dan lingkungan agar tercapai keadaan atau tujuan yang diharapkan oleh diri sendiri dan lingkungannya atau dengan kata lain supaya seorang individu tersebut dapat

---

<sup>4</sup> Sofyan Willis, *Remaja dan Masalahnya*, (Bandung: Alfabeta, 2005), hlm. 55.

<sup>5</sup> Siti Sundari, *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), hlm. 39.

<sup>6</sup> Muhammad Ali dan Mohammad Astori, *Psikologi Remaja Perkembangan Para Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), hlm. 202.



diterima di lingkungannya.

### 3. Siswa MAN 3 Bantul

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia pengertian siswa berarti orang, anak yang sedang berguru (belajar,bersekolah). Sedangkan menurut pasal 1 ayat 4 UU RI No. 20 tahun 2013. Mengenai sistem pendidikan nasional, dimana siswa adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri mereka melalui proses pendidikan pada jalur dan jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

Berdasarkan pengertian di atas siswa adalah anak yang bersekolah guna mengembangkan diri mereka. Siswa yang dimaksud adalah siswa kelas X IPS 2 pada tahun ajaran 2016-2017.

MAN 3 Bantul adalah sebuah lembaga pendidikan yang terletak di jalan Imogiri Timur Kilo Meter 10, Wonokromo, Pleret, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Berdasarkan penegasan istilah-istilah tersebut maka yang dimaksud secara keseluruhan dengan judul di atas bimbingan kelompok adalah suatu layanan pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah atau madrasah kepada siswa secara berkelompok dalam bentuk kegiatan kelompok dalam upaya guru bimbingan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri serta kemampuan individu dalam menghadapi perubahan yang terjadi dalam dirinya, untuk mempertemukan tuntutan diri dan lingkungan agar tercapai keadaan atau tujuan yang diharapkan oleh diri sendiri dan lingkungannya

atau dengan kata lain supaya seorang individu tersebut dapat diterima di lingkungan Madrasah khususnya lingkungan kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul Yogyakarta.

## **B. Latar Belakang Masalah**

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah SWT dan secara kodrati manusia hidup memerlukan bantuan orang lain. Bahkan mereka baru akan menjadi manusia manakala berada di dalam suatu lingkungan dan berhubungan dengan manusia lain. Dengan kata lain manusia merupakan makhluk sosial.

Sebagai makhluk sosial, manusia ditakdirkan untuk hidup bersama-sama atau berdampingan dengan manusia lain. Tidak dapat dipungkiri bahwa seseorang memerlukan orang lain untuk hidup dan bersosial. Dalam berbagai kegiatan seseorang tidak dapat melakukan sesuatu sendiri, misal dalam bermasyarakat, mengampu pendidikan, dunia pekerjaan, dan masih banyak lainnya. Hal tersebut membuktikan bahwa seseorang tidak akan mampu menghindari penyesuaian diri agar seorang individu tersebut dapat diterima dengan baik di lingkungannya.

Penyesuaian diri adalah proses menyesuaikan diri sesuai dengan norma atau tuntutan lingkungan diantaranya dimana dia berada agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi dan konflik sehingga tercapainya keharmonisan pada diri sendiri serta lingkungannya dan akhirnya dapat diterima oleh kelompok dan lingkungannya. Penyesuaian diri juga dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil

menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan dan kepuasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Penyesuaian diri salah satunya terjadi dalam lingkungan sekolah serta terbagi menjadi beberapa bagian di antaranya penyesuaian diri terhadap guru dan karyawan, penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, dan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Terkadang seorang individu atau siswa mengalami kesulitan atau masalah dalam salah satu penyesuaian diri tersebut salah satunya penyesuaian diri terhadap teman sebaya karena tidak semua siswa mampu melakukan penyesuaian diri terhadap teman sebaya dengan baik. Seperti yang terjadi di MAN 3 Bantul, khususnya kelas X IPS 2 tahun ajaran 2016-2017.

Kelas X IPS 2 mempunyai jumlah siswa sebanyak 32 siswa dan menurut analisa hasil sosiometri yang dilakukan saat PPL mahasiswa BKI angkatan 2013 bahwasanya kelas tersebut memiliki jumlah siswa terbanyak dalam penolakan di kelas yakni sebanyak 7 siswa. Hasil tersebut sesuai juga dengan wawancara dengan wali kelas X IPS 2 yang menuturkan bahwa di kelas sangatlah tidak kompak satu dengan lainnya sehingga memunculkan kelompok-kelompok kecil di kelas.

Guru bimbingan dan konseling memegang peranan penting di sekolah dalam membimbing serta mengatasi permasalahan-permasalahan siswa, tak terkecuali masalah interaksi sosial siswa. Begitu pula dengan guru bimbingan

dan konseling di MAN 3 Bantul. Apalagi di Madrasah tersebut mayoritas siswanya tinggal di pesantren yang begitu heterogen. Dalam mengatasi permasalahan penyesuaian diri di kelas X IPS 2, guru bimbingan dan konseling memanfaatkan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yaitu bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang menggunakan suasana kelompok untuk memberi informasi atau mengentaskan permasalahan siswa. Dengan layanan bimbingan kelompok, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan memberikan topik-topik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut, dan mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok. Dengan demikian, selain dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar anggota kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, juga dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang diinginkan sebagaimana terungkap dalam kelompok.<sup>7</sup> Karenanya bimbingan kelompok dalam bentuk kegiatan kelompok, diskusi kelompok dan sosiodrama dianggap sebagai layanan yang dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di kelas X IPS 2 tahun ajaran 2016-2017 MAN 3 Bantul.

Adanya permasalahan interaksi sosial yang dialami oleh siswa, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Bimbingan

---

<sup>7</sup> Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Revika Aditama, 2009), hlm.104.

Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul”.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penegasan judul dan latar belakang tersebut dapat dirumuskan masalahnya yaitu bagaimana tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X IPS 2 di MAN 3 Bantul Yogyakarta ?.

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X IPS 2 di MAN 3 Bantul Yogyakarta.

### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi keilmuan secara umum dan secara khusus dalam bidang bimbingan dan konseling Islam.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Sekolah**

Sebagai salah satu rujukan kepada guru pembimbing atau guru bimbingan dan konseling dalam memotivasi siswanya melalui layanan bimbingan kelompok.

b. Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai salah satu bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta referensi terhadap penelitian yang sejenis.

## **F. Kajian Pustaka**

Adapun penelitian yang dijadikan sebagai rujukan atau referensi dalam penulisan skripsi ini adalah:

Pertama, skripsi yang disusun oleh saudari Nadidah Twindayaningrum, mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa di SMA Piri 1 Yogyakarta” yang membahas tentang bagaimana tahap-tahap metode pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling di SMA 1 Piri Yogyakarta guna meningkatkan percaya diri siswa serta melakukan pengembangan terhadap layanan bimbingan dan konseling.<sup>8</sup> Hasilnya adalah tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan percaya diri siswa berjalan dengan lancar dan anggota kelompok saling bertukar informasi, menghargai pendapat orang lain dan dapat mengungkapkan pendapatnya tanpa rasa takut dan malu, menumbuhkan sikap positif, dapat menutupi kelemahan masing masing anggota dan dapat mengentaskan masalah dan memberikan semangat dan motivasi kepada sesama anggota.

Kedua, skripsi yang disusun oleh saudari Mar’atul Fauziah, mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan

---

<sup>8</sup> Nadidah Twindayaningrum, *Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Di SMA Piri 1 Yogyakarta*, Skripsi Tidak Diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga), 2016

Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Penanganan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri yang Salah (*Maladjustment*) Siswa MAN 3 Pekalongan” yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk masalah penyesuaian diri (*maladjustment*) siswa MAN 3 Pekalongan serta penanganan konselor terhadap masalah penyesuaian diri siswa MAN 3 Pekalongan.<sup>9</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara lain tidak bisa konsentrasi saat KBM, merokok, malu tampil di depan kelas, bolos, alpa, ke kantin saat KBM, berkelahi, mencuri, menjual barang milik sekolah, membunyikan HP saat KBM, dan membawa gambar porno. Sedangkan penanganan konselor terhadap bentuk-bentuk masalah penyesuaian diri (*maladjustment*) siswa MAN 3 Pekalongan adalah dengan tindakan preventif yang meliputi memberikan tugas pada saat jam kosong, mengadakan kegiatan ekstra kurikuler, mengadakan materi bimbingan dan konseling. Mengadakan razia, dan mengadakan buku penilaian kepribadian siswa.

Ketiga, skripsi yang disusun oleh saudari Darkonah mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Tahun 2015, “Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes”. Darkonah menjelaskan tentang proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif, yang bersifat deskriptif kualitatif. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini meliputi

---

<sup>9</sup> Mar’atul Fauziah, *Penanganan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri (Maladjustment) Siswa MAN 3 Pekalongan*, Skripsi Tidak Diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga), 2008

teknis dan pelaksanaan serta faktor pendukung dan penghambat dalam proses bimbingan kelompok di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok terbagi menjadi empat tahap yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan dan pengakhiran. Dari teknis dan pelaksanaan serta faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang dilakukan guru BK memberikan peningkatan terhadap efikasi diri siswa SMP N 5 Satu Atap Tanjung Brebes.<sup>10</sup>

Berdasarkan penelusuran peneliti tentang penelitian sebelumnya, belum ada penelitian yang terfokus pada bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terletak pada objek lokasi penelitian dan fokus dari penelitian itu sendiri. Fokus pembahasan penelitian yang peneliti lakukan lebih berfokus pada tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang digunakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X IPS 2 di MAN 3 Bantul Yogyakarta.

---

<sup>10</sup> Darkonah, *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Evikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes, Skripsi*, (Yogyakarta: UIN SUKA, Dakwah dan Komunikasi, 2015).



## **G. Kerangka Teori**

### **1. Bimbingan Kelompok**

#### **a. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Gazda dalam bukunya Prayitno dan Erma Amti mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.<sup>11</sup>

Menurut Winkel dan Sri Hastuti, bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.<sup>12</sup> Pengertian bimbingan kelompok yang lebih sederhana menunjuk kepada kegiatan bimbingan yang diberikan kepada kelompok individu yang mengalami masalah yang sama.<sup>13</sup>

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam Layanan Bimbingan Kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi

---

<sup>11</sup> Priyatno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 309-310.

<sup>12</sup> W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2006) hlm. 547.

<sup>13</sup> Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung : PT Refika Aditama, 2009), hlm. 6.

pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dalam Bimbingan Kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok. Masalah yang menjadi topik pembicaraan dalam Layanan Bimbingan Kelompok dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti semua anggota kelompok di bawah bimbingan anggota kelompok.<sup>14</sup>

Bimbingan Kelompok adalah yang diberikan kepada sekelompok siswa baik ada masalah atau tidak ada masalah. Jumlah anggota berkisar antara 10 sampai 30 orang. Keanggotaan bisa anggota tetap atau tidak tetap. Dalam pelaksanaan Bimbingan Kelompok, beberapa hal yang harus ada, yaitu :

- 1) Kelompok Siswa, baik homogen atau heterogen.
- 2) Pembimbing atau konselor.
- 3) Pelaksanaan Kegiatan atau Pembahasan Masalah.

Bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan permainan tertentu atau *out bond*. Dapat juga berupa diskusi kelompok dengan membahas masalah atau topik tertentu. Masalah yang dibahas dapat ditentukan oleh konselor, dapat juga dipilih sendiri oleh siswa.<sup>15</sup>

Jadi yang dimaksud dengan bimbingan kelompok adalah suatu proses layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan individu secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh bahan

---

<sup>14</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007) hlm. 170.

<sup>15</sup> Hibana S. Rahman, *Bimbingan dan konseling pola 17*, (Yogyakarta: UCY Press, 2003).

atau membahas pokok bahasan (topik) tertentu untuk menunjang pemahaman dan pengembangan kemampuan sosial, serta pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

#### **b. Dasar-Dasar Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang mengalami masalah. Suasana kelompok yaitu antara hubungan semua orang yang terlibat di dalam kelompok, dapat menjadi wahana dimana masing-masing anggota kelompok tersebut secara perseorangan dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalahnya tersebut. Dari segi lain, kesempatan mengemukakan pendapat, tanggapan dan berbagi reaksi juga dapat menjadi peluang yang sangat berharga bagi perorangan yang bersangkutan. Kesempatan timbal balik ini adalah merupakan dinamika dari kehidupan kelompok yang akan membawa kemanfaatan bagi para anggotanya.<sup>16</sup>

#### **c. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Secara umum penyelenggaraan bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu mengatasi masalah yang dirasakan oleh individu anggota kelompok. Sehingga dengan bimbingan kelompok, siswa dapat memperoleh banyak informasi yang mungkin dapat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari.<sup>17</sup> Sedangkan menurut Winkel dan Sri Hastuti,

---

<sup>16</sup> Siti Hartinan, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), hlm. 12.

<sup>17</sup> Priyatno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling...*, hlm. 309.

tujuan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.<sup>18</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, tujuan bimbingan kelompok ialah untuk membantu individu atau siswa mengatasi permasalahan anggota kelompok serta untuk menunjang perkembangan individu baik perkembangan pribadi maupun sosial individu anggota kelompok lainnya.

#### **d. Tahap-Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok**

Karena penulis tidak menemukan teori terkait pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa secara konkrit, maka penulis menggunakan teori umum tentang pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah atau madrasah.

Pelaksanaan bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.<sup>19</sup>

##### **1) Langkah Awal**

Langkah atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah awal dimulai

---

<sup>18</sup> W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*,..., hlm.547

<sup>19</sup> Dudung Hamdun, *Bimbingan dan Konseling*,(Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, 2013) hlm. 38.

dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para peserta didik, pengertian, tujuan, dan kegunaan bimbingan kelompok.

## 2) Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan bimbingan kelompok meliputi materi layanan, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan, bahan atau sumber bahan untuk bimbingan kelompok, rencana penilaian, waktu dan tempat.

## 3) Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan sebagai berikut:

- a) Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapannya), persiapan bahan, persiapan keterampilan dan persiapan administrasi. Mengenai persiapan untuk penyelenggaraan bimbingan kelompok, guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu melaksanakan teknik-teknik berikut ini. (1) Teknik umum yaitu: mendengar dengan baik, memahami secara penuh, merespon secara tepat dan positif; dorongan minimal; penguatan; dan keruntutan. (2) Keterampilan memberikan tanggapan: mengenal perasaan peserta; mengungkapkan perasaan sendiri; dan merefleksikan. (3) Keterampilan memberi pengarahan: memberi informasi; memberikan nasihat; bertanya secara langsung dan terbuka; memengaruhi dan mengajak; menggunakan contoh

pribadi; memberikan penafsiran; mengkonfrontasikan; mengupas masalah; dan menyimpulkan.

b) Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan:

Tahap 1 yaitu pembentukan. Temanya pengenalan, pelibatan dan pemasukan diri. Kegiatannya: (1) mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok; (2) menjelaskan cara-cara dan asas-asas bimbingan kelompok; (3) saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri; (4) teknik khusus; (5) permainan penghangatan atau pengakraban.

Tahap 2 yaitu peralihan. Kegiatannya: (1) menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya; (2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya; (3) membahas suasana yang terjadi; meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota; (4) kalau perlu kembali ke tahap pertama atau tahap awal.

Tahap 3 yaitu kegiatan. Kegiatannya: (1) pemimpin kelompok mengungkapkan suatu masalah atau topik; (2) Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah atau topik yang telah dikemukakan pemimpin kelompok; (3) anggota membahas masalah atau topik tersebut secara mendalam dan tuntas; (4) kegiatan selingan.

#### 4) Evaluasi Kegiatan

Penilaian bimbingan kelompok difokuskan pada perkembangan pribadi peserta didik dan hal-hal yang dirasakan mereka berguna. Isi kesan-kesan yang diungkapkan para peserta merupakan isi penilaian yang sebenarnya. Penilaian terhadap bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, baik melalui *essai*, daftar cek maupun daftar isian sederhana. Kepada para peserta juga dapat diminta untuk mengemukakan (baik lisan maupun tulisan) tentang hal-hal yang paling berharga dan atau kurang mereka senangi selama kegiatan bimbingan kelompok.

#### 5) Analisis dan Tindak Lanjut

Hasil penilaian kegiatan bimbingan kelompok perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan para peserta dan seluk beluk penyelenggaraan bimbingan kelompok. Perlu dikaji apakah hasil-hasil pembahasan dan atau pemecahan masalah sudah dilakukan sedalam atau setuntas mungkin, atau sebenarnya masih ada aspek-aspek penting yang belum dijangkau dalam pembahasan itu. Usaha tindak lanjut mengikuti arah hasil analisis tersebut. Tindak lanjut itu dapat dilakukan dengan bimbingan kelompok selanjutnya atau kegiatan sudah memadai dan selesai sehingga upaya tindak lanjut secara tersendiri dianggap tidak diperlukan.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> *Ibid*, hlm. 39-41.

#### e. Bentuk-bentuk Bimbingan Kelompok

Menurut Djumhur dan Moh. Surya, bentuk-bentuk bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:<sup>21</sup>

##### 1) *Home Rome Program*

*Home rome program* adalah kegiatan yang bertujuan untuk mengenal siswa lebih dekat dengan cara membuat suasana kelas seperti di rumah.

##### 2) Karya Wisata

Dengan karya wisata, siswa mendapat kesempatan untuk memperoleh penyesuaian dalam meninjau obyek-obyek yang menarik dan mereka mendapat informasi yang lebih menarik dari obyek itu. Selanjutnya informasi tersebut dapat dilanjutkan oleh siswa.

##### 3) Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok merupakan salah satu cara yang memungkinkan siswa mendapat kesempatan untuk menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah.

##### 4) Kegiatan Kelompok

Kegiatan kelompok dapat merupakan teknik yang baik dalam bimbingan, karena kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi dengan sebaik-baiknya.

##### 5) Organisasi Siswa

Organisasi siswa baik dalam lingkungan sekolah maupun di luar

---

<sup>21</sup> Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance and Counseling)*, (Bandung: CV Ilmu, 1972), hlm. 106.



lingkungan sekolah merupakan suatu teknik dalam bimbingan kelompok. Melalui organisasi siswa, banyak masalah-masalah individu maupun kelompok diselesaikan.

6) Sosiodrama

Sosiodrama digunakan sebagai teknik di dalam memecahkan masalah-masalah sosial dengan kegiatan bermain peran.

7) Psikodrama

Psikodrama adalah teknik untuk memecahkan masalah-masalah psikis yang dialami oleh individu. Dengan memerankan suatu peran tertentu, konflik atau ketegangan dirinya dapat terhundarkan atau berkurang.

8) *Remedial Teaching*

*Remedial teaching* adalah bentuk pengajaran yang diberikan kepada seorang siswa untuk membantu memecahkan masalah kesulitan belajar yang dihadapinya. Remedial teaching dapat berupa penambahan pelajaran, pengulangan, latihan-latihan, dan lain-lain.

SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## 2. Meningkatkan Penyesuaian Diri

### a. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga seseorang merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungan.<sup>22</sup> 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.<sup>23</sup>

Pengertian penyesuain diri (adaptasi) pada awalnya berasal dari pengertian yang di dasarkan pada ilmu biologi, yaitu dikemukakan oleh Charles Darwin yang terkenal dengan teori evolusi. Dikatakan “*genetic changes can improveth the ability of organism to survive, reproduce, and, in animals, raise offspring, this processis called adaptation.*” Artinya tingkah laku manusia dapat di pandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat seseorang hidup, seperti cuaca dan berbagai unsur alamiah lainnya. Semua makhluk hidup secara alami telah dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara beradaptasi dengan keadaan lingkungan alam untuk bertahan hidup.<sup>24</sup>

Penyesuaiaan diri mengandung banyak arti, antara lain usaha manusia menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan

---

<sup>23</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 191

<sup>24</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* , (Bandung: Pustaka Setia ,2008), hlm. 194

usaha menyalurkan hubungan individu dengan realitas. seseorang 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 dari lingkungan. Ini berarti penyesuaian diri merupakan suatu proses dan bukannya kondisi statis.<sup>25</sup>

Berdasarkan tentang teori penyesuaian diri diatas, penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses interaksi individu dalam memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan yang harus dijalankan dalam suatu lingkungan tertentu. Sehingga individu tersebut merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.

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

### *1) Adaptation*

*Adaptation* 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*

*Conformity* artinya seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya. Kriteria sosial

---

<sup>25</sup> Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2010), hlm. 50.

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 individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.<sup>26</sup> Setiap individu memiliki pola penyesuaian diri 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.<sup>27</sup>

Adapula unsur-unsur penyesuaian diri menurut Willis sebagai berikut :

#### 1) Penyesuaian Diri Personal

Penyesuaian diri personal adalah penyesuaian diri yang diarahkan kepada diri sendiri. Penyesuaian diri personal meliputi :

- a) Penyesuaian diri fisik dan emosi, penyesuaian diri ini melibatkan respons-respons fisik dan emosional sehingga dalam penyesuaian diri fisik ini kesehatan fisik merupakan pokok untuk pencapaian

---

<sup>26</sup> Ibid., hlm. 51.

<sup>27</sup> Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, hlm. 50-51.

penyesuaian diri yang sehat.

- b) Penyesuaian diri seksual, merupakan kapasitas bereaksi terhadap realitas seksual (impuls-impuls, nafsu, pikiran, konflik-konflik, frustrasi, perasaan salah, dan perbedaan seks)
- c) Penyesuaian diri moral dan religius, dikatakan moralitas adalah kapasitas untuk memenuhi moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi ke dalam kehidupan yang baik dari individu.

## 2) Penyesuaian Diri Sosial

Rumah, sekolah, dan masyarakat merupakan aspek khusus dari kelompok sosial dan melibatkan pola-pola hubungan di antara kelompok tersebut dan saling berhubungan secara integral diantara ketiganya, penyesuaian diri ini meliputi:

- a) Penyesuaian diri ini meliputi rumah tangga, penyesuaian diri ini menekankan hubungan yang sehat antar-anggota keluarga, otoritas orang tua, kapasitas tanggung jawab berupa pembatasan dan larangan.
- b) Penyesuaian diri terhadap sekolah, berupa perhatian dan penerimaan siswa atau antar siswa beserta partisipasinya terhadap fungsi dan aktifitas sekolah, manfaat hubungan dengan teman sekolah, guru, konselor, penerimaan keterbatasan dan tanggung jawab, dan membantu Sekolah untuk merealisasikan tujuan intrinsik dan ekstrinsik. Hal-hal tersebut merupakan cara penyesuaian diri

terhadap kehidupan sekolah.

- c) Penyesuaian diri terhadap masyarakat, kehidupan di masyarakat menandakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas.

### 3) Penyesuaian Diri Marital atau Perkawinan

Penyesuaian diri ini pada dasarnya adalah seni kehidupan yang efektif dan bermanfaat dalam kerangka tanggung jawab. Hubungan dan harapan yang terdapat dalam kerangka perkawinan.

### 4) Penyesuaian Diri Jabatan dan Vokasional

Penyesuaian diri ini berhubungan erat dengan penyesuaian diri akademis, kesuksesan dalam penyesuaian diri akademik akan membawa keberhasilan seseorang di dalam penyesuaian diri karir atau jabatan.<sup>28</sup>

Berdasarkan teori di atas ada empat bentuk penyesuaian diri yaitu penyesuaian diri personal atau pribadi, penyesuaian diri sosial, penyesuaian diri jabatan atau vokasional, penyesuaian diri perkawinan atau marital. Namun dapat diartikan secara garis besar ada dua bentuk penyesuaian diri yang dilakukan siswa yaitu penyesuaian diri personal dan penyesuaian diri sosial karena kedua penyesuaian diri tersebut saling berhubungan dalam diri setiap individu.

---

<sup>28</sup> Sofyan S. Willis, *Remaja dan Masalahnya*, hlm. 56.

### **c. Aspek - Aspek Penyesuaian Diri yang Sehat**

Secara garis besarnya penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu : (1) Kematangan emosional, (2) kematangan inetelektual, (3) kematangan sosial, dan (4) tanggung jawab.

- 1) Kematangan emosional mencakup aspek - aspek :
  - a. Kemantapan suasana kehidupan emosional.
  - b. Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain.
  - c. Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan.
  - d. Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.
- 2) Kematangan inetelektual mencakup aspek - aspek :
  - a. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri.
  - b. Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya.
  - c. Kemampuan mengambil keputusan.
  - d. Keterbukaan dalam mengenal lingkungan.
- 3) Kematangan sosial mencakup aspek - aspek :
  - a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial.
  - b. Kesediaan kerja sama.
  - c. Kemampuan kepemimpinan.
  - d. Sikap toleransi.
  - e. Keakraban dalam pergaulan.
- 4) Tanggung jawab mencakup aspek - aspek :
  - a. Sikap produkti dalam mengembangkan diri.
  - b. Melakukan perencanaan dan pelaksanaannya secara fleksible.

- c. Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan internasional.
- d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur.
- e. Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai.
- f. Kemampuan bertindak independen.<sup>29</sup>

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

##### 1) Penyesuaian Diri di Dalam Keluarga

Penyesuaian diri dalam keluarga yang terpenting ialah penyesuaian diri terhadap orang tua. Seperti orang tua yang keras, artinya orang tua merasa berkuasa di rumah tangga, sehingga segala tindakannya terlihat keras, kurang mendengar 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 menanggapi siswa-siswanya, guru yang banyak memahami tentang perbedaan individual siswa akan lebih mudah mengadakan pendekatan terhadap berbagai masalah yang dihadapi siswanya. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, dalam hal ini kurikulum hendaknya disesuaikan dengan umur, tingkat kecerdasan, kebutuhan.

---

<sup>29</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 195-196.



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.<sup>30</sup>

#### **e. 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 individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental dan motivasi.

##### 2) Faktor Ekstrenal

Faktor Ekstrenal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan individu yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah dan masyarakat.<sup>31</sup>

## **H. Metode Penelitian**

---

<sup>30</sup> Ibid., hlm. 64.

<sup>31</sup> Nur Ghufron dan Rini Risnamita S, *Teori-teori Psikologi*, hlm. 55.

## 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar ilmiah dengan menggunakan metode alamiah dan dilakukan oleh orang atau peneliti yang tertarik secara ilmiah. Penulis lain juga mendefinisikan penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan pendekatan naturalistik untuk mencari dan menemukan pengertian atau pemahaman tentang fenomena dalam suatu latar yang berkonteks khusus.<sup>32</sup>

Dalam bukunya Basrowi & Suwandi penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan berdasarkan paradigma strategi dan implementasi model secara kualitatif. Perspektif strategi dan model yang dikembangkan sangat beragam. Metodologi kualitatif didefinisikan sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.<sup>33</sup>

## 2. Subyek dan Obyek Penelitian

### a. Subyek

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang akan diteliti.<sup>34</sup> Adapun subjek dalam penelitian ini ialah :

- 1) Guru bimbingan dan konseling MAN 3 Bantul yaitu Dra. Himmah

---

<sup>32</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 5.

<sup>33</sup> Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 20-21.

<sup>34</sup> Nana Saodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.60.

Hidayatun, S.Pd sebagai informan utama mengenai bagaimana tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok di MAN 3 Bantul Yogyakarta, dan Ali Asmu'I, S.Ag., M.Pd, Mulyantara S.Pd, dan Nurokhmah, S.Pd. sebagai sumber informasi pembantu dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan.

- 2) Siswa kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul Yogyakarta yang berjumlah 32 siswa yang sudah terbagi dalam hasil sosiometri siswa yang mengalami penolakan di kelas dan siswa yang diterima di kelas. Jadi 6 siswa tersebut sesuai dengan hasil Sosiometri yakni tiga siswa yang paling banyak penolakan di kelas dan tiga siswa yang paling banyak diterima di kelas dengan hasil sebagai berikut :

No.	Nama	Kelas
Penolakan		
1.	Alfina Khairani Z. S.	X IPS 2
2.	Anisa Kurnia Khasanah	X IPS 2
3.	Muhammad Dimas Prakoso	X IPS 2
Penerimaan		
1.	Anisa Intan Irnadianis	X IPS 2
2.	Muhammad Syarifullah	X IPS 2
3.	Putri Rahma Fadhillah	X IPS 2

b. Obyek

Objek penelitian yaitu permasalahan-permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian suatu penelitian.<sup>35</sup> Objek dalam penelitian ini ialah tahap-tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X IPS 2 pada tahun ajaran 2016-2017 di MAN 3 Bantul.

### 3. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan suatu hal yang penting dalam penelitian, karena metode ini merupakan strategi untuk mendapatkan data yang diperlukan.<sup>36</sup> Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut :

#### a. Metode Observasi

Metode observasi adalah metode atau cara-cara menganalisis dan mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku dengan melihat atau mengamati individu atau kelompok secara langsung. Metode ini digunakan untuk melihat dan mengamati secara langsung, keadaan di lapangan agar penulis memperoleh gambaran yang lebih luas tentang permasalahan yang diteliti.<sup>37</sup>

Metode ini digunakan oleh penulis untuk mengamati tahap-tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul secara nyata dan mendalam khususnya dalam memberikan motivasi siswa untuk melanjutkan studi Injut.

---

<sup>35</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 115.

<sup>36</sup> Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 93.

<sup>37</sup> *Ibid*, hlm. 94.

## b. Metode Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) sebagai pengaju/pemberi pertanyaan dan yang diwawancarai (interviewee) sebagai pemberi jawaban atas pertanyaan itu.<sup>38</sup>

Dalam penelitian ini, untuk memperoleh data yang valid dan relevan dengan penelitian yang penulis lakukan, penulis melakukan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling yang ada di MAN 3 Bantul, khususnya guru bimbingan dan konseling kelas X yaitu beliau Dra. Himmah Hidayatun, S.Pd.

## c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan suatu cara pengumpulan data yang menghasilkan catatan-catatan yang berhubungan dengan masalah yang diteliti, sehingga akan diperoleh, data yang lengkap, sah dan bukan berdasarkan perkiraan. Metode ini hanya mengambil data yang sudah ada seperti indeks prestasi, jumlah anak, pendapatan, luas tanah, jumlah penduduk dan sebagainya.<sup>39</sup>

Guba dan Lincoln mendefinisikan dokumen dan *record* adalah sebagai berikut. Record adalah setiap pernyataan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa atau menyajikan akunting. Sedangkan dokumen adalah setiap bahan

---

<sup>38</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 186.

<sup>39</sup> Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 158.

tertulis maupun film, lain dari *record* yang tidak dipersiapkan karena adanya permintaan seorang penyidik.<sup>40</sup>

Dalam melaksanakan penelitian ini penulis menggunakan metode dokumentasi dengan menyelidiki dokumen atau arsip-arsip yang dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling Di MAN 3 Bantul, meliputi hasil sosiometri siswa kelas X, angket pribadi siswa, jadwal kegiatan siswa, hasil tes bakat minat, dan daftar nilai semester.

#### **4. Metode Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini adalah deskriptif-kualitatif, yaitu penyajian data dalam bentuk tulisan dan menerangkan apa adanya sesuai dengan data yang diperoleh dari hasil penelitian di lapangan.<sup>41</sup> Langkah-langkah analisis data kualitatif yaitu, sebagai berikut:

- a. Mencatat yang menghasilkan catatan lapangan dengan memberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri.
- b. Mengumpulkan, memilah-milah, mengklasifikasikan, membuat ikhtisar, dan membuat indeksinya.
- c. Berpikir dengan jalan membuat agar kategori data itu mempunyai makna, mencari dan menemukan pola dan hubungan-hubungannya, dan membuat temuan-temuan umum.<sup>42</sup>

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara

---

<sup>40</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 216.

<sup>41</sup> Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), hlm.8.

<sup>42</sup> Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012), hlm. 143.

sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan di pelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>43</sup>

Tekhnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif model Miles dan Michael Huberman yang terdiri dari :<sup>44</sup>

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan. Reduksi data dapat dibantu dengan perlatan elektronik seperti komputer mini, dengan memberikan kode pada aspek-aspek tertentu. Adapun data-data yang peneliti reduksi dengan penelitian antara lain hasil wawancara dan dokumentasi.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara oleh penulis, kemudian disusun menjadi bentuk verbatim wawancara. Kemudian data tersebut dikelompokkan menjadi dua yaitu metode dan proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

---

<sup>43</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 89.

<sup>44</sup> *Ibid.*, hlm. 91-101.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Adapun data-data yang peneliti sajikan adalah proses dan metode layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri kelas X IPS 2 MAN 3 Bantul pada tahun ajaran 2016-2017.

c. Penarikan Kesimpulan (*Verification*)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.



## **BAB IV PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dipaparkan oleh peneliti terhadap permasalahan pada rumusan masalah mengenai tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X MAN 3 Bantul Yogyakarta, maka penulis dapat mengambil kesimpulan dari tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai berikut :

Langkah awal yaitu pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Perencanaan kegiatan, dimana dalam tahap ini terdapat beberapa hal yang perlu dipersiapkan antara lain: Materi dan sasaran layanan, Tujuan layanan, Rencana penilaian, Waktu dan tempat pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan, dalam tahap ini juga terdapat beberapa tahapan antara lain: Persiapan secara menyeluruh, Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan, dalam pelaksanaan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan terdapat beberapa langkah diantaranya: Tahap pembentukan, Tahap Peralihan, Tahap inti kegiatan. Evaluasi kegiatan, yaitu mengajak anggota kelompok untuk melakukan refleksi pengalaman terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Analisis dan tindak lanjut, yaitu guna mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan para peserta dan seluk beluk penyelenggaraan bimbingan kelompok.

## **B. Saran**

Kegiatan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MAN 3 Bantul Yogyakarta sudah sangat baik, akan tetapi ada beberapa saran yang harus diperhatikan :

1. Pihak sekolah hendaknya memberikan waktu khusus bagi guru bimbingan dan konseling khususnya bagi kelas X yang masih banyak mengalami hambatan dalam menyesuaikan dirinya terhadap teman sebayanya atau menyesuaikan diri dengan lingkungan madrasah.
2. Semua personil madrasah berkerja sama dengan guru bimbingan dan konseling dalam evaluasi dan pengumpulan data kebutuhan para siswa agar guru bimbingan dan konseling dapat lebih optimal dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam hal meningkatkan potensi setiap siswa.
3. Guru bimbingan dan konseling hendaknya mampu menciptakan suasana yang menarik ketika saat melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, agar siswa yang mendapatkan layanan tidak merasa minder dan berkecil hati akibat permasalahan yang sedang dihadapinya serta menghindari anggapan dari teman sebayanya sebagai siswa yang bermasalah.

## **C. Kata Penutup**

Alhamdulillah rabbil 'alamin peneliti panjatkan puja dan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya berupa kemudahan, kelancaran, dan kesehatan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya sesuai dengan kemampuan peneliti, walau

jauh dari kata sempurna. Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan dalam penyusunan skripsi ini. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan yang dimiliki peneliti. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini.

Dalam hal ini, peneliti tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada guru bimbingan dan konseling MAN 3 Bantul Yogyakarta dan pihak-pihak terkait yang telah membantu dan membimbing peneliti selama melakukan penelitian.

Harapan dari peneliti adalah semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti sendiri, khususnya dapat memberikan wawasan keilmuan bagi peneliti. Di samping itu, semoga bermanfaat bagi perkembangan ilmu dan bidang konseling islam. Akhir kata peneliti hanya bisa mengucapkan semoga segala rahmat-Nya tetap tercurahkan kepada semua makhluk-Nya. Amin AminYaarobbal 'Alamin.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad dan Muhammad Astori. 2004. *Psikologi Remaja Perkembangan Para Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 1991. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Basrowi & Suwandi 2009. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Darkonah. 2015. *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMP N 5 Satu Atap Tanjung Brebes*. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik : (Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP dan SMA)*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Djumhur dan Moh. Surya. 1972. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance and Counseling)*. Bandung: CV Ilmu.
- Fauziah, Mar'atul. 2008. *Penanganan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri (Maladjustment) Sisiwa MAN 3 Pekalongan*. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
- Fatimah, Enung. 2008. *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron, Nur dan Rini Risnawita. 2010. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Hamdun, Dudung. 2013. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
- Hartinah, Siti. 2008. *Pengembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hartinah, Siti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- LexyJ. Moleong. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Mufidah, Asna. 2008. *Hubungan Efektifitas Layanan Konseling Individual Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di Sekolah (Studi Kasus Pada Siswa MAN Yogyakarta 1)*. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Fakultas Dakwah

dan Komunikasi.

- PrayitnodanErmanAmti. 2004. *Dasar-DasarBimbinganandanKonseling*. Jakarta: RinekaCipta.
- Rahman, Hibana S. 2003. *Bimbingan dan Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press.
- Rumini, Sri dan Siti Sundari. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Saodih. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sundari, Siti. 2005. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabarata, Sumadi. 1999. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah berbasis Integrasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Twindayaningrum, Nadidah. 2016. *Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Di SMA Piri 1 Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
- Willis, Sofyan S. 2008. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_. 2005. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: CV Alfabeta.
- Winkel dan Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan Dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Winkel, W.S., dkk. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Winkel, W.S. dan M.M Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan, Edisi Revisi*. Yogyakarta: Media Abadi.