

**IMPLEMENTASI *REINFORCEMENT* POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI PADA PESERTA
DIDIK KELAS VII MTS AL-KHAIRIYAH KALIAWI BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2015-2016**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

OLEH:

REZA MAULANA
NPM. 1211080125

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Pembimbing I : Syafrimen, M.Ed, Ph.D

Pembimbing II : Busmayaril, S.Ag, M.Ed



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
1437 H / 2016 M**

ABSTRAK

IMPLEMENTASI *REINFORCEMENT* POSITIF DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII MTS AL-KHAIRIYAH KALIAWI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2015-2016

OLEH:
REZA MAULANA

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan teknik *reinforcement* positif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi deskriptif. Subjek penelitian sebanyak satu orang guru dan tujuh siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selanjutnya hasil pengumpulan data dilakukan pembahasan dengan mengkonstruksi dan membandingkan temuan lapangan dengan teori yang ada. Langkah selanjutnya penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *reinforcement* positif yang dilakukan guru BK berdasarkan observasi, wawancara dan studi dokumentasi penerapannya masih kurang maksimal serta kurang efektif karena apa yang diterapkan oleh guru BK lebih banyak konseling kelompok dan hanya sesekali saja menerapkan prosedur dan langkah-langkah *reinforcement* positif. Ini terjadi karena penguasaan guru BK terhadap *reinforcement* positif masih kurang. Selain itu belum ada pengalaman sebelumnya dalam menerapkan *reinforcement* positif sehingga yang terjadi lebih banyak konseling kelompok yang dipandu langsung oleh guru BK. Masih minimnya pemanfaatan dokumentasi dalam proses layanan konseling, dimana guru BK hanya mengandalkan dokumen tertulis berupa materi konseling dan kurang diperkaya dengan dokumen visual atau audiovisual.

Kata kunci : *Reinforcement* Positif, Penyesuaian Diri



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

*Alamat : Jl.Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung. Telp: (0721)
703260*

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **IMPLEMENTASI *REINFORCEMENT* POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN
DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII MTS AL-
KHAIRIYAH KALIWI BANDAR LAMPUNG TAHUN
PELAJARAN 2015-2016**

Nama Mahasiswa : REZA MAULANA
NPM : 1211080125
Jurusan : BIMBINGAN DAN KONSELING
Fakultas : TARBIYAH DAN KEGURUAN

MENYETUJUI

Untuk di munaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I

Pembimbing II

SYAFRIMEN, M.Ed, Ph.D
NIP. 197708072005011005

BUSMAYARIL, S.Ag, M.Ed
NIP.197508102009011013

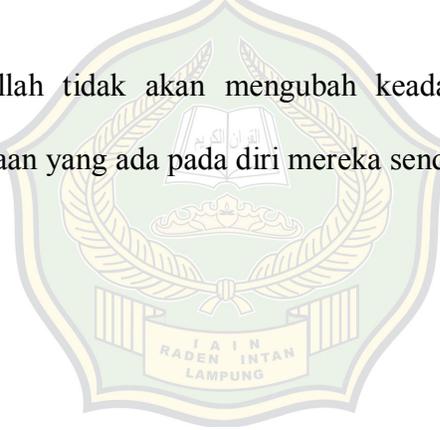
Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling

ANDI THAHIR, M.A., Ed.D
NIP. 197604270200701015

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“.....Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.....”(Q.S.Ar-Ra'd:11)



RIWAYAT HIDUP

Reza Maulana adalah nama lengkap penulis yang melakukan penelitian ilmiah ini, Penulis dilahirkan di Bandar Lampung Provinsi Lampung pada tanggal 03 Oktober 1994, anak pertama dari tiga bersaudara pasangan Bapak Zaidan Ali, S.Pd dan ibu Ruaida Elpa.

Penulis masuk sekolah pertama kali pada tahun 1999 di TK Dharmawanita Krui Kecamatan Pesisir Tengah Kabupaten Pesisir Barat dan lulus pada tahun 2000, kemudian melanjutkan di SD Negeri 1 Kampung Jawa Krui Kecamatan Pesisir Tengah Kabupaten Pesisir Barat pada tahun 2000 dan lulus pada tahun 2006, selanjutnya penulis melanjutkan di SMP Negeri 1 Pesisir Tengah pada tahun 2006 dan lulus pada tahun 2009, Kemudian penulis melanjutkan ke jenjang atas yaitu di SMA Negeri 1 Pesisir Tengah Kabupaten Pesisir Barat pada tahun 2009 dan lulus pada tahun 2012.

Pada tahun 2012 penulis mendaftarkan diri untuk menjadi mahasiswa di IAIN Raden Intan Lampung dan Alhamdulillah penulis diterima sebagai mahasiswa di IAIN Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT dan sebagai ungkapan terimakasih, aku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta dan yang selalu aku banggakan bapak Zaidan Ali, S.Pd dan ibu Ruaida Elpa yang telah mengasihi, mendidik dan senantiasa mendo'akan aku dalam meraih keberhasilan dan kesuksesan.
2. Adik - adikku tecinta Novalia dan Zainal Aripin yang selalu berbagi tawa dan memberi motivasi disaat – saat yang aku butuhkan.
3. Teman – teman BKI angkatan 2012, teman – teman yang saling berbagi suka dan duka saat berada di bangku perkuliahan.
4. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah mengajarkan saya untuk lebih dewasa dalam berfiki, bersikap dan bertindak.
5. Teman – teman seperjuangan dari balik Bukit Barisan Selatan yang selalu memeberikan semangat dan motivasi.
6. Teman – teman seperjuangan di Himpunan Mahasiswa Islam Kanda Yunda himpunan yang selalu memberikan semangat ide dan pemikiran.

KATA PEGANTAR

Rasa Syukur yang tak terhingga kepada Dzat Yang Maha Agung, Penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala karunia dan nikmat-Nya, kesehatan jasmani dan rohani, serta kekuatan lahir dan batin. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **“IMPLEMENTASI REINFORCEMENT POSITIF DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII MTS AL-KHAIRIYAH KALIWI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2015-2016.”** Sebagai syarat akhir untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

Shalawat teriring salam tak lupa penulis haturkan kepada suri tauladan umat Islam, baginda Nabi Muhammad SAW, beserta para keluarganya, sahabat dan para pengikutnya yang telah memberikan tuntunan menuju jalan yang terang (ilmu pengetahuan) dengan akhlak yang mulia.

Suksesnya penyelesaian penulisan skripsi ini karena bantuan banyak pihak yang telah memberikan kontribusi yang sangat berarti bagi penulis baik moril maupun materil. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Uiniversitas Islam Negeri Raden Intan Lampung beserta stafnya, atas segala fasilitas dan kebijaksanaan yang diberikan serta telah banyak membantu dengan segala upaya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Andi Thahir, M.A., Ed.D. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Rika Damayanti, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
5. Syafrimen, M.Ed., Ph.D selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan bantuannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Busmayaril, S.Ag, M.Ed selaku pembimbing II yang telah memberikan perhatian, bimbingan, arahan dan masukan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah yang telah memberikan bekal sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Bapak H. Mu'min, S.Pd.I selaku Kepala MTs Al-Khairiyah Kaliawi dan guru Bimbingan Konseling di MTs Al-Khairiyah kaliawi beserta staf yang telah memberi bantuan dalam rangka menyusun skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak penulis sebutkan satu persatu namanya, yang telah memberikan motivasi dan do'a dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya atas jasa dan bantuan semua pihak, baik berupa moril maupun materil penulis panjatkan do'a semoga Allah SWT membalasnya dengan imbalan pahala yang berlipat ganda dan menjadikan sebagai amal jariah yang tidak pernah surut mengalir pahalanya, dan mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat dan berkah bagi penulis dan semua pihak. Amiin

Bandar Lampung, Mei 2017

Penulis

Reza Maulana



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masala	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian.....	11
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Teori <i>Reinforcement</i> Positif.....	13
1. Pengertian <i>Reinforcement</i> Positif.....	13
2. Prinsip-prinsip Penerapan <i>Reinforcement</i> Positif.....	15
3. Jenis-jenis <i>Reinforcement</i> Positif	16
4. Langkah-langkah Penerapan <i>Reinforcement</i> Positif.....	16
5. Tahap-tahap Pemberian <i>Reinforcement</i> Positif.....	18
B. Penyesuaian Diri	23
1. Pengertian Penyesuaian Diri	23
2. Macam-macam Penyesuaian Diri.....	28

3. Proses Penysuaian Diri	28
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri	32
4. Indikator Penyesuaian Diri	33

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	34
B. Lokasi Penelitian.....	35
C. Subyek Penelitian.....	35
D. Informan Penelitian.....	36
E. Proses Pengumpulan Data.....	37
F. Tehnik Analisis Data.....	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Peneltian.....	42
B. Pembahasan.....	60

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	73
B. Saran-saran	73

DAFTAR KEPUSTAKAAN LAMPIRAN-LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada mulanya penyesuaian diri disamakan dengan adaptasi. Ketidakmampuan seseorang melakukan proses penyesuaian diri sama dengan ketidakmampuan seseorang beradaptasi. Padahal, yang namanya adaptasi itu pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Misalnya, seorang yang pindah tempat dari daerah panas ke daerah dingin, harus beradaptasi dengan iklim yang berlaku di daerah dingin tersebut. Ini memang terkait dengan masalah adaptasi, tapi bukan penyesuaian diri. Sebab, penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekadar penyesuaian fisik, melainkan lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.¹

Sekolah adalah lembaga yang paling memberikan pengaruh bagi pembentukan perkembangan manusia dalam proses penyesuaian diri. Masalah penyesuaian diri di sekolah menimbulkan efek yang menetap dan bertumpuk-tumpuk, masalah yang muncul pada awal karir sekolah anak sering menjadi masalah yang menetap karena faktor sosial-psikologis (misalnya penyimpangan reputasional dan *self-fulfillment prophecies*, tanpa menyadari melakukan sesuatu, orang lalu bertingkah laku seperti yang diharapkan orang lain kepada dirinya untuk bertingkah

¹ Muhammad Ali dan Muhammad Asori, *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, Bumi Aksara, Jakarta, 2014, h.173

laku sedemikian) atau memperburuk keadaan saat kesulitan mulai muncul dan menghambat perkembangan selanjutnya.²

Penyesuaian diri di lingkungan akademik yaitu suatu proses dimana siswa sering menggantungkan responnya terhadap pelajaran di kelas dan pada persepsinya terhadap guru pengajar atau guru BK dan teman-teman sekelasnya. Guru BK memiliki peranan penting dalam mengembangkan proses sosial siswa. Perkembangan sosial siswa adalah proses perkembangan kepribadian siswa selaku seorang anggota masyarakat dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan ini berlangsung sejak masa kecil, remaja hingga dewasa.³

Penyesuaian diri siswa di sekolah merupakan suatu proses yang sulit. Pertama, banyak kesulitan dalam menyesuaikan diri bersumber pada diri sendiri. Kedua, pengaruh-pengaruh yang ikut membentuk kepribadian individu, berada di luar individu, dan juga banyak sarana untuk menyelesaikan tugas-tugas individu. Ketiga, usaha-usaha individu untuk memenuhi keperluan dalam dan tuntutan luar dari lingkungan itu harus sesuai dengan tujuan hidup individu. Oleh karena itu, kemampuan menyesuaikan diri yang baik dapat dirumuskan sebagai “memenuhi keperluan, hasrat dan keinginan individu, serta tuntutan wajar dari lingkungan secara semestinya dan semakin mendekatkan kita kepada tujuan dan maksud sebenarnya.

² Wiwit Wiarti, Yusmansyah dan Diah Utamingasih, “Peningkatan Kemampuan Penyesuaian Diri Menggunakan Teknik Reinforcement Positif Siswa Kelas 1 SD”, dalam Jurnal Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), Bandung, edisi III Nomor II, Tahun 2010, h. 3

³ Daniel Goleman, *Social Intelligence: Ilmu Baru tentang Hubungan Antar-Manusia*, terj. Hartono S. Imam, Gramdia, Jakarta, 2015, h. 18

Di sekolah, siswa seringkali dihadapkan pada masalah keyakinan diri, konsep diri, dan penyesuaian diri. Keyakinan individu terhadap dirinya, baik remaja maupun orang dewasa, timbul karena mereka memiliki konsep diri yang baik. Menurut beberapa ahli, konsep diri dikembangkan melalui interaksinya dengan orang lain maupun peniruan. Apabila sejak kecil ia diterima, disayangi, dan selalu dihargai, maka ia akan mengembangkan konsep diri yang positif, termasuk percaya diri. Sementara itu pengalaman sosial yang buruk seperti ditolak, dicela, akan membentuk konsep diri yang negatif seperti menjadi kurang percaya diri.⁴

Di sini setiap siswa dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya. Seseorang dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik jika mampu melakukan respon-respon yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat. Diakatakan efisien artinya mampu melakukan respon dengan mengeluarkan tenaga dan waktu sehemat mungkin.⁵

Indikator seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik yakni:

1. memiliki kemampuan beradaptasi
2. mampu melakukan respon-respon yang matang
3. mampu bergaul dengan teman
4. mampu menyesuaikan pelajaran di kelas

⁴ Sulistiyorini, *Konsep Diri Positif: Menentukan Prestasi Anak*, Kanisius, Yogyakarta, 2006, h. 1-2

⁵ Muhammad Ali dan Muhammad Asori, *.Op. Cit.*, h. 176

5. memiliki kepercayaan diri dan optimis.⁶

Dalam proses penyesuaian diri di sekolah, siswa juga dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Tingkah laku yang ditunjukkan selalu ingin tampil keren, gaul, dan mampu berbuat apa saja tanpa ragu. Namun yang lebih penting, bagaimana mewujudkan harapan menjadi kenyataan. Kemungkinan lain, suatu hal yang kadang tidak terpikirkan dan juga menjadi inti masalah kurang penyesuaian diri, yaitu mengalami kebingungan ketika hendak melakukan sesuatu. Kebingungan bukan soal keberanian untuk berbuat atau mencoba, tetapi yang berat adalah tidak tahu bagaimana proses untuk memulai sesuatu itu dilakukan, atau tidak tahu dari mana memulai sesuatu itu diperbuat. Akhirnya tidak tahu harus berbuat apa.

Peran konselor di sini dapat membimbing siswa, namun siswa sendiri yang menentukan sikap apakah akan berubah atau tetap dalam keadaan sulit menyesuaikan diri. Hal ini sebagaimana pernah ditegaskan dalam al-Qur'an ketika Allah swt. berfirman dalam Surat Ar-Ra'd: 11:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ...

*Artinya : Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaannya sendiri (Qs.Ar-Ra'd : 11).*⁷

⁶*Ibid.*,h. 176

Berdasarkan uraian di atas maka terlihat jelas bahwa layanan bimbingan dan konseling di sekolah mempunyai posisi dan peran yang cukup penting dan strategis dalam proses perubahan individu peserta didik. Bimbingan dan konseling berperan untuk memberikan layanan kepada peserta didik agar mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sekolah.

Dalam menghadapi hal tersebut diperlukan suatu teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa di sekolah karena salah satu fungsi dalam bimbingan dan konseling adalah fungsi *kuratif* (pengentasan) yaitu untuk mengentaskan permasalahan yang dialami siswa. Pada permasalahan ini, teknik yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa yang merupakan siswa kelas VII MTs adalah *positive reinforcement*, atau penguatan positif.

Penguatan positif merupakan salah satu pendekatan yang mulai dikenalkan dalam konseling. Menurut Walker dan Shea, penguatan positif dapat dimanfaatkan untuk memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan cenderung akan diulang, meningkat, menetap di masa akan datang.⁸

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa *reinforcement positive* adalah suatu stimulus atau rangsangan berupa benda, atau peristiwa yang

⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Lembaga Pentahbis Al-Qur'an, Jakarta, 1995, h. 370

⁸Gantina Komalasari, Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, Indeks, Jakarta, Cet.ke-5, 2016, h. 161

dihadirkan dengan segera terhadap suatu perilaku yang dapat meningkatkan frekuensi munculnya perilaku tersebut.

Dalam melaksanakan teknik konseling penguatan positif, tentu saja dibutuhkan suatu teknik yang sesuai. Menurut Rian Rokhmad Hidayat, Nur Rahayu, Muwakidah, ada beberapa faktor yang mempengaruhi keefektifan reinforcement positif. *Pertama*, memilih perilaku yang akan ditingkatkan. Perilaku yang akan dikukuhkan harus diidentifikasi secara spesifik. Hal ini akan membantu untuk memastikan reliabilitas dari deteksi contoh dari perilaku dan perubahan frekuensinya. Serta meningkatkan perilaku kemungkinan program reinforcement ini dilakukan secara konsisten. *Kedua*, memilih reinforcer. Berbeda individu, kemungkinan reinforcer yang digunakan juga berbeda. Ada juga reinforcer yang merupakan reinforcer bagi semua orang. *Ketiga*, membangun pelaksanaan. Makin lama periode deprivasi, maka reinforcer akan makin efektif. Deprivasi adalah selang waktu training sebelumnya, di mana individu tidak menerima reinforcer. *Keempat*, ukuran reinforcer. Ukuran atau jumlah reinforcer merupakan ukuran yang penting dalam efektivitas reinforcer. Jumlah reinforcer cukup untuk menguatkan perilaku yang ingin ditingkatkan, namun jangan berlebihan untuk menghindari satiasi. *Kelima*, pemberian reinforcer. Reinforcer harus diberikan segera setelah perilaku muncul. *Kelima*, penggunaan aturan. Instruksi dapat memfasilitasi perubahan perilaku dalam beberapa cara yaitu : instruksi akan mempercepat proses belajar individu yang mengerti, instruksi dapat mempengaruhi individu untuk berusaha bagi reinforcement yang

ditunda, dan dapat membantu mengajar individu (seperti anak kecil atau orang yang mengalami hambatan perkembangan) untuk mengikuti instruksi.⁹

Skripsi ini menggunakan pendekatan konseling kelompok. Dalam bidang konseling kelompok umumnya terapat adanya pemimpin kelompok yang mengatur lalu-lintas bermain kelompok. Ingatlah bahwa sebagai pemimpin kelompok, tugas mereka bukanlah untuk mengajar, melainkan mendorong anggota-anggota lain untuk selalu terbuka serta mensharingkan perasaan dan pengalaman mereka. Cobalah menciptakan suasana peduli, percaya diri, dan mendukung para anggota kelompok.¹⁰

Menurut Prayitno, konseling kelompok sering juga diartikan secara sederhana sebagai suatu kegiatan yang dilakukan dalam, oleh dan untuk kelompok yang bersangkutan yang memiliki dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Artinya, dalam konseling kelompok, dinamika kelompok dengan sengaja ditumbuh kembangkan, yang semulanya masih sangat lemah, atau belum ada sama sekali, ditumbuhkan dan dikembangkan sehingga menjadi kuat.¹¹

Pendapat di atas menjelaskan bahwa dalam kegiatan konseling kelompok akan memanfaatkan proses kelompok dengan pemimpin kelompok, seperti berkomunikasi dan interaksi untuk mengembangkan diri. Anggota kelompok akan memanfaatkan proses kelompok untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya; membahas

⁹Rian Rokhmad Hidayat, Nur Rahayu, Muwakidah, "Teknik Reinforcement dalam Konseling", *Jurnal Pendidikan Indonesia* Edisi II Nomor 4 Tahun 2012, h. 5

¹⁰Dawn Lighter, *Cara Efektif Menanamkan Tingkah Laku Positif Pada Anak*, Kanisius, Yogyakarta, 1999, h. 104

¹¹*Ibid.*, h. 66

masalah yang dialaminya dengan tuntas; siswa dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan belajar memecahkan masalah yang dihadapi anggota bersama-sama; dapat berbagi pengalaman dan diskusi sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi siswa yang mengarah pada peningkatan penyesuaian diri.

Penelitian ini akan memfokuskan pada siswa kelas VII MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung. Hasil observasi diperoleh data awal dari guru BK bahwa terdapat 7 siswa yang lemah dalam penyesuaian diri, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1
Data Siswa MTS Al-Khairiyah yang Lemah dalam Penyesuaian Diri

No	Nama	Indikaor
1	AD	Kurang bergaul dengan teman, bingung dalam menghadapi pelajaran
2	NN	Tidak berani mengungkapkan perasaan maupun pikiran ketika berada dalam suatu kelompok
3	SYS	Mudah lupa tentang apa yang hendak disampaikan
4	KM	Kurang berani dalam mengambil keputusan karena takut ditertawakan oleh temannya
5	FM	Banyak diam di kelas, kurang bersemangat mengikuti aktivitas
6	AF	Sering merasa salah tingkah
7	RH	Tidak yakin dengan tugas yang dikerjakannya

Sumber: Dokumentasi guru BK MTs Al-Khairiyah Kaliawi 2016

Siswa kelas VII MTs adalah siswa yang berusia antara 12-13 tahun, yang dapat dimaklumi jika masih membutuhkan proses penyesuaian diri. Pada fase ini siswa masih perlu proses penyesuaian diri karena mereka baru saja menyelesaikan pendidikan dasar dan memasuki fase remaja awal. Periode ini menurut Jean Piaget disebut periode formal operasional. Operasi mental tidak lagi hanya terbatas pada obyek konkret, tetapi juga sudah dapat diaplikasikan pada kalimat verbal atau logika, yang tidak hanya menjangkau kenyataan melainkan juga kemungkinan, tidak hanya menjangkau kini tetapi masa depan.¹²

Berdasarkan wawancara dengan guru BK kelas VII, bapak Kh, diperoleh keterangan bahwa ketujuh siswa tersebut saat ini dilakukan konseling. Tujuannya yakni agar peserta didik dengan mudah beradaptasi dan menyesuaikan diri di kelas dan lingkungan yang baru.¹³ Namun proses konseling yang dilakukan guru BK kelas VII tersebut dilakukan secara umum, tidak terfokus pada layanan teknik *reinforcement positive* dalam rangka meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Siswa kelas VII MTS pada awal tahun pelajaran menunjukkan adanya sikap rendah diri, ragu-ragu, menyendiri, dan takut kepada guru sehingga hal ini menghambat dan merugikan proses kegiatan belajar-mengajar yang sedang berlangsung.

¹²John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, terj. Almubarak, Kencana, Jakarta, 2013, h. 54-55

¹³Wawancara dengan Bapak Kh (nama inisial), Guru BK kelas VII MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung pada 4 Agustus 2016

Timbulnya gejala tersebut dimungkinkan karena siswa kelas VII belum mengenal lingkungan sekolahnya yang baru dan asing baginya. Lingkungan sekolah tersebut dapat berupa fasilitas fisik sekolah, situasi kelas, teman sekolah, guru dan karyawan, kurikulum serta tata tertib sekolah. Menghadapi sesuatu yang baru dan asing bagi kebanyakan orang merupakan sesuatu yang sulit.

Demikian pula bagi siswa kelas VII MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung terutama pada hari-hari pertama masuk sekolah, menghadapi lingkungan sekolahnya yang baru dan asing tersebut bukanlah sesuatu yang mudah. Perlu waktu yang cukup lama dan bantuan yang sistematis dari guru pembimbing di sekolah itu melalui layanan orientasi. Layanan orientasi merupakan layanan bimbingan yang dilakukan untuk memperkenalkan siswa baru terhadap lingkungan yang baru dimasukinya.

Hal itulah yang menjadi dasar dan alasan penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh proses pelaksanaan *reinforcement positive* terhadap penyesuaian diri siswa kelas VII MTs Al-Khairiyah Kaliawi tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pengamatan mendalam yang dilakukan di lapangan, ternyata dapat diidentifikasi bahwa: upaya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dapat dilakukan dengan mengadakan layanan bimbingan dengan teknik penguatan positif. Layanan ini merupakan salah satu jenis yang dianggap tepat untuk memberikan

kontribusi pada siswa dalam rangka melatih kematangan kepribadian dan peningkatan proses penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah dan di dalam kelas.

Melalui layanan konseling penguatan positif, setiap siswa akan saling belajar mengungkapkan dan mendengarkan dengan baik pendapat, ide, saran serta bertanggungjawab atas pendapat yang dikemukakannya, mampu menahan diri dan mengendalikan emosi, menjadi akrab satu sama lain yang dibutuhkan dalam melatih keterampilan penyesuaian diri dalam bergaul.

Berdasarkan uraian latar belakang maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang menyendiri karena kesulitan beradaptasi dengan teman;
2. Terdapat siswa yang sering kesulitan belajar di kelas;
3. Terdapat siswa yang mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi;
4. Terdapat beberapa siswa tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat;
5. Terdapat siswa yang mudah marah ketika menghadapi masalah;
6. Terdapat siswa yang mengeluh dan mudah menyerah jika diminta untuk melakukan sesuatu;

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan deskripsi permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan proposal ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana implementasi teknik *reinforcement* positif dalam meningkatkan proses penyesuaian diri siswa kelas VII MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian Skripsi ini adalah untuk mengetahui implementasi *reinforcement* positif dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII MTS Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung.

E. Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini diharapkan bermanfaat dalam rangka menyumbang teori bimbingan dan konseling, terutama bidang layanan penguatan positif peserta didik tingkat SLTP.
2. Bermanfaat bagi peneliti, yaitu menambah wawasan di bidang layanan bimbingan dan konseling.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Reinforcement Positif

1. Pengertian Reinforcement Positif

Keterampilan dasar membimbing menjadi salah satu faktor penting yang harus dikuasai guru. Salah satu keterampilan yang juga penting untuk ditinjau kembali yaitu keterampilan memberikan penguatan. Pembahasan penelitian ini difokuskan pada keterampilan pemberian penguatan (*reinforcement*) positif. *Reinforcement* positif, atau dalam bahasa Indonesia bermakna penguatan positif, dapat diartikan dengan ganjaran, hadiah atau penghargaan.

Reinforcement positif merupakan salah satu pendekatan yang mulai banyak dikenalkan dalam bidang psikologi. Dalam aliran psikologi positif, misalnya, ada dua fokus studi yang dilakukan, yaitu menumbuhkan *virtues* dan *strengths*. *Virtues* dan *strengths* adalah kekuatan unik karakter manusia yang berdasarkan kepada pilihan-pilihan moralnya dalam menjalani kehidupan. Keduanya merupakan hakikat bawaan manusia yang selalu menggerakkan manusia selalu menuju pada kebahagiaan dan kebaikan.¹⁴

Ibrahim Elfiky memberikan contoh seputar pentingnya penguatan positif. Ada seorang istri yang sangat menderita dalam pernikahannya, tapi tidak berusaha

¹⁴Iman Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*, Gramedia, Jakarta, 2016, h. 7-8

melakukan perubahan positif, baik sekadar dengan mengubah pola hidup bersama sang suami atau benar-benar meninggalkannya. Ada seorang siswa yang sudah belajar sungguh-sungguh, tapi pada saat menghadapi ujian ia selalu memikirkan kegagalan. Alhasil, pikiran yang ada meluruhkan penyesuaian dirinya.¹⁵

Pada umumnya, penghargaan memberi pengaruh positif terhadap kehidupan manusia, karena dapat mendorong dan memperbaiki tingkah laku seseorang serta meningkatkan usahanya. Dengan kata lain, *positive reinforcement* adalah konsekuensi yang diberikan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang positif. Sehingga, untuk memperbaiki tingkah laku seseorang dan menguatkan perilaku tersebut maka perlu adanya penghargaan atau *positive reinforcement*.

Berdasarkan hal itu, maka keberadaan layanan konseling dengan teknik *reinforcement* positif menjadi penting. Sebab *reinforcement* positif kini memang sudah mulai dilakukan dalam bimbingan dan konseling, terutama untuk peserta didik yang memiliki tingkah laku yang kurang menyenangkan. Hal ini diungkapkan Walker dan Shea, bahwa penguatan positif dapat dimanfaatkan untuk memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan cenderung akan diulang, meningkat, menetap di masa akan datang.¹⁶

¹⁵Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, terj. Khalifurrahman Fath dan M. Taufik Daamas, Zaman, Jakarta, cet. Ke-XIX, 2015, h. 54-55

¹⁶Gantina Komalasari, Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, Indeks, Jakarta, Cet.ke-5, 2016, h. 161

Di sini terdapat korelasi atau hubungan antara penguatan dan tingkah laku.

Menurut Gantina Komalasari, hubungan keduanya dapat disebutkan berikut ini:

1. *Reinforcement* diikuti oleh tingkah laku
2. Tingkah laku yang diharapkan harus diberi *reinforcement* segera setelah ditampilkan
3. *Reinforcement* harus sesuai dan bermakna bagi individu atau kelompok yang diberi *reinforcement*
4. Pujian atau hadiah yang kecil tapi banyak lebih efektif dari yang besar tapi sedikit.¹⁷

Sementara itu, menurut Sukadji, penguatan positif yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki berpeluang diulang karena bersifat disenangi. Dalam memahami penguatan positif, perlu dibedakan dengan penguatan negatif. Penguatan negatif yakni menghilangkan perbuatan yang biasa dilakukan agar tingkah laku yang tidak diinginkan berkurang dan tingkah laku yang diinginkan meningkat. Penguatan negatif yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki kecil peluangnya untuk diulang. Penguatan dapat bersifat tidak menyenangkan atau tidak memberi dampak pada perubahan tingkah laku tujuan.¹⁸

Berdasarkan pendapat di atas dapat dikatakan bahwa penguatan positif atau *reinforcement positive* berlawanan dengan *reinforcement negative*. Pada skripsi ini fokus penelitian yaitu pada *reinforcement positive* atau penguatan positif.

3. Tujuan Reinforcement Positif

Pemberian *reinforcement* positif bukan hanya meningkatkan perilaku namun dalam penerapannya saat pembelajaran memiliki tujuan tertentu. Penguatan

¹⁷ *Ibid.*, h. 163

¹⁸ Sukadji S., *Modifikasi Prilaku: Penerapan Sehari-hari dan Penerapan Profesional*, Liberti, Yogyakarta, 1983, h. 12

memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Meningkatkan perhatian siswa dan membantu siswa belajar bila pemberian penguatan digunakan secara selektif
- b. Memberi motivasi kepada siswa
- c. Dipakai untuk mengontrol atau mengubah tingkah laku siswa yang mengganggu, dan meningkatkan cara belajar yang produktif.
- d. Mengembangkan kepercayaan diri siswa untuk mengatur diri sendiri dalam pengalaman belajar.
- e. Mengarahkan terhadap pengembangan berpikir yang divergen (berbeda) dan pengambilan inisiatif yang bebas.¹⁹

Berdasarkan pendapat di atas, penerapan *reinforcement* positif yang diberikan guru baik berupa hadiah ataupun bentuk penghargaan yang lain dalam kegiatan konseling di sekolah, bertujuan agar siswa mampu memfokuskan perhatian dan dapat mengembangkan rasa percaya diri siswa karena ia merasa dihargai. Selain itu, penerapan *reinforcement* positif yang tepat dapat mengontrol dan mengubah perilaku siswa yang dianggap kurang sesuai, sehingga nantinya ia mampu mempertahankan bahkan meningkatkan tingkah laku yang sudah baik.

3. Komponen Pemberian *Reinforcement* Positif

Pemberian penguatan perlu mempertimbangkan jenjang pendidikan, variasi siswa dalam kelas (kelamin, ras, dan agama), dan kelompok usia tertentu. Selama praktik dalam implementasi penguatan diperlukan penggunaan komponen keterampilan yang tepat. Komponen tersebut yaitu penguatan verbal, penguatan

¹⁹Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Op.Cit.*, h. 160

gestural, penguatan kegiatan, penguatan sentuhan, penguatan mendekati dan penguatan tanda:

a. Penguatan verbal

Penguatan verbal dilakukan oleh guru berupa pujian dan dorongan yang diucapkan sebagai bentuk penghargaan atas respon atau tingkah laku siswa. Penguatan verbal dapat berupa kata-kata: wah, bagus, sip, baik, benar, tepat dan lain-lain, juga dapat berupa kalimat; misalnya hasil pekerjaanmu baik sekali atau sesuai tugas yang kau kerjakan.

b. Penguatan gestural

Penguatan gestural dapat diberikan berupa mimik wajah yang cerah, senyuman, anggukkan, acungan jempol, tepuk tangan dan lain-lain. Pemberian penguatan gestural sangat erat sekali dengan pemberian penguatan verbal, ketika guru memberikan komentar atau penguatan verbal maka dapat didukung oleh penguatan gestural. Semua gerakan tubuh adalah merupakan bentuk pemberian penguatan gestural. Guru dapat mengembangkan sendiri, sesuai dengan kebiasaan yang ada di lingkungan peserta didik.

c. Penguatan kegiatan

Penguatan dalam bentuk kegiatan banyak terjadi bila guru menggunakan suatu kegiatan atau tugas sebagai suatu hadiah atas respon ataupun pekerjaan siswa, dimana siswa dapat memilih sendiri

bentuk kegiatan tersebut. Perlu diperhatikan bahwa dalam memilih kegiatan atau tugas hendaknya dipilih yang memiliki relevansi dengan tujuan pembelajaran yang dibutuhkan dan digunakan siswa. Contoh penguatan kegiatan: pulang lebih dulu, diberi waktu istirahat lebih, bermain, berolah raga, menjadi ketua, membantu siswa lain, mendengarkan musik atau radio, melihat TV, dan lain-lain yang menyenangkan.

d. Penguatan mendekati

Penguatan mendekati diberikan pada siswa sebagai bentuk perhatian guru. Penguatan ini menunjukkan bahwa guru tertarik dan ingin memberikan perhatiannya terhadap siswa agar siswa lebih merasa dihargai. Penguatan mendekati dipergunakan untuk memperkuat penguatan verbal, penguatan tanda, dan penguatan sentuhan. Contoh penguatan mendekati: berdiri di samping siswa, berjalan dekat siswa, duduk dekat kelompok diskusi.

e. Penguatan sentuhan

Penguatan sentuhan sangat berhubungan dengan penguatan mendekati. Penguatan sentuhan adalah penguatan yang terjadi bila guru secara fisik menyentuh siswa, misalnya menepuk bahu, berjabat tangan, merangkulnya, mengusap kepala, menaikkan tangan siswa, yang semuanya ditujukan untuk penghargaan penampilan, tingkah laku atau

kerja siswa.

f. Penguatan tanda

Penguatan dilakukan guru dengan cara penggunaan simbol baik berupa benda atau tulisan yang diberikan kepada siswa sebagai bentuk penghargaan terhadap suatu penampilan, tingkah laku atau kerja siswa.

Penguatan tanda yang berbentuk tulisan misalnya komentar tertulis berupa ijazah, sertifikat, tanda penghargaan dan lain-lain yang berupa tulisan. Penguatan dengan memberikan suatu benda misalnya: bintang, piala, medali, buku, stiker, gambar, cokelat, dan lain-lain.

Reinforcement positif yang diberikan oleh guru dapat bermacam-macam bentuknya, antara lain yaitu penguatan verbal, penguatan gestural, penguatan kegiatan, penguatan mendekati, penguatan sentuhan, dan penguatan tanda. Penguatan verbal dilakukan guru untuk merespon tingkah laku siswa dalam bentuk ucapan, misalnya saja memberikan pujian berupa bagus, benar, atau tepat kepada siswa yang rajin. Penguatan gestural berupa gerak tubuh guru sangat berkaitan erat dengan penguatan verbal, misalnya saja guru memberikan tepuk tangan, acungan jempol, senyuman atau mimik muka yang cerah. Guru juga dapat memberikan penguatan kegiatan berupa sebuah tugas yang memiliki keterkaitan dengan tujuan pembelajaran yang dirancang menjadi suatu hadiah untuk siswa. Selain hal tersebut guru dapat mendekati tempat duduk

siswa sebagai bentuk penguatan mendekati yang memperkuat penguatan verbal, penguatan tanda dan penguatan sentuhan. Penguatan sentuhan berkaitan dengan penguatan mendekati, guru dapat secara fisik menyentuh siswa dengan tujuan memberikan penghargaan atas penampilan siswa. Guru juga dapat memberikan penguatan berupa tulisan, simbol sebagai penghargaan atas penampilan siswa yang dapat disebut penguatan tanda.

4. Prinsip-prinsip Penerapan *Reinforcement* Positif

Dalam penguatan positif terkandung beberapa prinsip dasar dalam penerapannya, yakni:

- a. Penguatan positif tergantung pada penampilan tingkah laku yang diinginkan
- b. Tingkah laku yang diinginkan diberi penguatan segera setelah tingkah laku tersebut ditampilkan
- c. Pada tahap awal, proses perubahan tingkah laku yang diinginkan diberi penguatan setiap kali tingkah laku tersebut ditampilkan
- d. Ketika tingkah laku yang diinginkan sudah dapat dilakukan dengan baik, penguatan diberikan secara berkala dan pada akhirnya dihentikan.
- e. Pada tahap awal, penguatan sosial selalu diikuti dengan penguatan yang berbentuk benda.²⁰

Guru sebagai pemeran utama dalam pemberi *positive reinforcement* harus mengerti prinsip-prinsip penggunaannya. Kehangatan dan penyampaian guru yang antusias dalam memberikan *reinforcement* positif akan lebih berdampak pada siswa, terlebih lagi jika guru menerapkannya dengan lebih bervariasi. Guru harus menghindari penguatan yang negatif karena akan mempengaruhi psikologis siswa

²⁰ *Ibid.*, h. 162

dalam penerimaannya. Penggunaan penguatan yang negatif nantinya akan berdampak kurang baik bagi siswa, seperti mereka menjadi frustrasi, menjadi pemberani, dan merasa hukuman dianggap sebagai kebanggaan. Selain itu, dengan pemberiana hukuman, akan membuat siswa mencari cara agar ia terbebas dari hukuman, siswa akan memikirkan cara apapun meskipun salah dan buruk untuk terbebas. Hal ini tentunya kurang baik bagi perkembangan psikologi siswa terutama siswa sekolah dasar karena di sekolah dasar siswa mengembangkan sikapnya.

Pendapat ini diperkuat oleh pernyataan Skinner:

1. Pengaruh hukuman terhadap perubahan tingkah laku sangat bersifat sementara.
2. Dampak psikologis yang buruk mungkin akan terkondisi (menjadi bagian dari jiwa si trhukum) bila hukuman berlangsung lama.
3. Hukuman mendorong si terhukum mencari cara lain (meskipun salah dan buruk) agar ia terbebas dari hukuman. Dengan kata lain, hukuman dapat mendorong si terhukum melakukan hal-hal lain yang kadangkala lebih buruk dari kesalahan yang diperbuatnya.²¹

Hal ini menjadi salah satu dasar alasan penulis memfokuskan penelitian pada penerapan *positive reinforcement*.

5. Jenis-jenis Reinforcement Positif

Terdapat tiga jenis penguatan pada umumnya yang dapat digunakan untuk modifikasi tingkah laku seseorang, yaitu:

- a. *Primary reinforcer* atau *uncondition reinforcer*, yaitu penguatan yang langsung dapat dinikmati, misalnya makanan dan minuman

²¹*Ibid.*, h. 163

- b. *Secondary reinforcer* atau *condition reinforcer*. Pada umumnya tingkah laku manusia berhubungan dengan ini, misalnya, uang, senyuman, pujian, medali, pin, hadiah, dan kehormatan
- c. *Contingency reinforcement*, tingkah laku tidak menyenangkan dipakai sebagai syarat agar anak melakukan tingkah laku menyenangkan, misalnya kerjakan dulu PR baru nonton TV. *Reinforcement* ini sangat efektif dalam modifikasi tingkah laku.²²

6. Langkah-langkah Penerapan *Reinforcement* Positif

Untuk menerapkan penguatan positif yang efektif, konselor perlu mempertimbangkan beberapa syarat, di antaranya adalah:

1. Memberikan penguatan dengan segera
2. Penguatan akan memiliki efek yang lebih bermakna bila diberikan segera setelah tingkah laku yang diinginkan dilakukan oleh konseli. Alasan pemberian penguatan dengan segera adalah untuk menghindari terdapat tingkah laku lain yang menyela tingkah laku yang diharapkan. Dengan demikian, tujuan pemberian penguatan terfokus pada tingkah laku yang diharapkan
3. Memilih penguatan yang tepat
4. Mengatur kondisi situasional
5. Menentukan kuantitas penguatan
6. Memilih kualitas dan kebaruan penguatan
7. Memberikan sampel penguatan
8. Menangani persaingan asosiasi
9. Mengatur jadwal penguatan
10. Mempeetimbangkan efek penguatan terhadap kelompok
11. Menangani efek kontrol kontra.²³

Adapun langkah-langkah pemberian *reinforcement positive* adalah sebagai berikut:

1. Mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC
 - a. Antecedent (pencetus perilaku)
 - b. Behavior (perilaku yang dipermasalahkan; frekuensi, intensitas, dan durasi)
 - c. Consequence (akibat yang diperoleh dari perilaku tersebut)

²² *Ibid.*, h. 163

²³ *Ibid.*, h. 164

2. Memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan
3. Menetapkan data awal, perilaku awal
4. Menentukan reinforcement yang bermakna
5. Menerapkan jadwal pemberian reinforcement
6. Penerapan reinforcement positif
5. Tahap-tahap Pemberian Penguatan Positif.²⁴

Ketika konselor memberikan *reinforcement* positif kepada para peserta didik di sekolah, maka terdapat beberapa tahapan atau jadwal pemberian *reinforcement* yang dibutuhkan sesuai dengan karakteristik konseli.

1. Penguatan berkelanjutan (*continuous reinforcement*), yaitu tahap pemberian setiap kali tingkah laku muncul. Bila penguatan diberikan maka tingkah laku akan cepat hilang.
2. Penguatan berselang-seling (*intermittent reinforcement*), yaitu tahap yang diberikan secara berselang-seling.

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Menurut Lazarus, menyesuaikan diri berasal dari kata *to adjust* yang berarti membuat sesuai atau cocok, beradaptasi, atau mengakomodasi. Penyesuaian diri terdiri dari proses bagaimana individu mengatur berbagai “demands” atau permintaan.²⁵ Permintaan ini berupa permintaan internal maupun eksternal.

²⁴ Wirna Bin Ary, Tri Rjeki Andayani, dan Dian Ratna Sawitri, “Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas Akselerasi di SMP Negeri 2 dan SMP Pldominico Savio Semarang”, dalam *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 3 No. 1, Maret 2014, h. 4

²⁵ Lazarus, Richard S, *Personality and Adjustment*, Englewood Cliffs, Prentice, 1969, h. 7

Terkadang kedua permintaan tersebut sering menimbulkan pola perilaku yang tidak adaptif atau *maladjustment* karena tidak mampu menyesuaikan diri terhadap permintaan tersebut.

Dalam masa remaja, penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial menjadi hal yang cukup menakutkan. Menurut Hurlock, penyesuaian yang paling sulit dirasakan oleh remaja adalah penyesuaian terhadap lingkungan sosialnya. Begitu juga saat remaja memasuki sekolah baru, yang sangat mungkin berbeda kondisinya seperti sekolah sebelumnya.²⁶ Stadium perkembangan tertentu seperti awal masuk sekolah, sering disertai dengan terjadinya gangguan penyesuaian pada siswa yang dapat dilihat pada gejala emosional ataupun perilaku sebagai respon stressor. Kemampuan siswa menyesuaikan diri mempunyai pengaruh yang cukup besar pada keadaan siswa untuk memberikan respon pada setiap keadaan yang dihadapi.

Schneider mendefinisikan penyesuaian diri secara sosial adalah kemampuan individu untuk bereaksi secara sehat dan efektif terhadap hubungan, situasi dan kenyataan sosial yang ada sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan.²⁷ *“The capacity to react effectively and wholesomely to sosial realities, situations, and relations so that he requirements for*

²⁶Hurlock, E., *Perkembangan Anak*, Jilid 2, Erlangga, Jakarta, 1999, h. 44

²⁷Wirna Bin Ary, Tri Rjeki Andayani, dan Dian Ratna Sawitri, “Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas Akselerasi di SMP Negeri 2 dan SMP Pldominico Savio Semarang”, dalam *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 3 No. 1, Maret 2014, h. 4

sosial living is fulfilled in an acceptable and satisfactory manner”.²⁸

Berdasarkan definisi tersebut dapat dikatakan bahwa penyesuaian sosial individu menunjukkan kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas sosial, situasi, dan hubungan sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan. Jika individu ingin mengembangkan kemampuan dalam penyesuaian sosial maka ia harus menghargai hak orang lain, mampu menciptakan suatu relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, menghargai nilai-nilai dari hukum-hukum sosial dan tradisi. Apabila prinsip-prinsip ini dilakukan secara konsisten, maka penyesuaian sosial yang baik akan tercapai.

Schneiders memberi penekanan pada tiga definisi penyesuaian diri, yaitu:

- 1) Penyesuaian Diri sebagai Adaptasi (*Adaptation*)

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi. Padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, atau biologis. Misalnya, seseorang yang pindah tempat dari daerah panas ke daerah dingin harus beradaptasi dengan iklim yang berlaku di daerah dingin tersebut.

²⁸Sri Muslihah, “Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Pestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat”, *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 10 No. 2, Oktober 2011, h. 107

Dengan demikian, dilihat dari sudut pandang ini, penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempertahankan diri secara fisik. Oleh sebab itu jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri, maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Padahal, dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekadar penyesuaian fisik, melainkan yang lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah hanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

2) Penyesuaian Diri sebagai bentuk Konformitas

Ada juga penyesuaian diri diartikan sama dengan penyesuaian yang mencakup konformitas terhadap suatu norma. Pemaknaan penyesuaian diri seperti ini terlalu banyak membawa akibat lain. Dengan memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, menyiratkan bahwa di sana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Dalam sudut pandang ini, individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Keraguan pada individu menyebabkan penyesuaian diri tidak dapat dimaknai sebagai usaha konformitas. misalnya, pola perilaku pada anak-anak berbakat

atau anak-anak genius ada yang tidak berlaku atau tidak dapat diterima oleh anak-anak berkemampuan biasa. Namun demikian, tidak dapat dikatakan bahwa mereka tidak dapat menyesuaikan diri.

3) Penyesuaian Diri sebagai usaha Penguasaan (*Mastery*)

Sudut pandang berikutnya adalah bahwa penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sedangkan konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi. Dengan kata lain, penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah. Hal itu juga berarti penguasaan dalam memiliki kekuatan-kekuatan terhadap lingkungan, yaitu kemampuan menyesuaikan diri dengan realitas berdasarkan cara-cara yang baik, akurat, sehat, dan mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif dan efisien, serta mampu memanipulasi faktor-faktor lingkungan sehingga penyesuaian diri dapat berlangsung dengan baik.²⁹

Namun demikian, pemaknaan penyesuaian diri sebagai penguasaan (*mastery*) mengandung kelemahan, yaitu menyamaratakan semua individu. Oleh sebab itu perlu dirumuskan prinsip-prinsip penting mengenai hakikat penyesuaian diri, yaitu sebagai berikut:

- a. Setiap individu memiliki kualitas penyesuaian diri yang berbeda

²⁹ *Ibid.*, h. 108

- b. Penyesuaian diri sebagian besar ditentukan oleh kapasitas internal atau kecenderungan yang telah dicapainya
- c. Penyesuaian diri juga ditentukan oleh faktor internal dalam hubungannya dengan tuntutan lingkungan individu yang bersangkutan.

2. Macam-macam Penyesuaian Diri

Bernard Mengatakan terdapat tiga masalah dalam penyesuaian diri di sekolah. Pertama, penyesuaian diri dengan kelompok teman sebaya. Permasalahan sering muncul saat remaja memiliki keinginan bergaul dan bergabung dengan teman sebayanya. Seringkali remaja tidak mendapatkan tempat yang baik di mata teman sebayanya. Kedua, penyesuaian diri dengan pengajar atau guru. Kebutuhan remaja untuk menjadi individu yang lebih dewasa semakin terlihat. Remaja sudah mulai melepaskan dirinya sebagai anak kecil di mata orang tua dan masyarakat. Kebutuhan untuk dihargai oleh guru sebagai orang dewasa lain menjadikannya sahabat atau pembimbing. Ketiga, penyesuaian diri dalam hubungan dengan orang tua, guru dan murid. Remaja ingin menunjukkan ketidaktergantungannya pada orang tua, ingin diakui sebagai pribadi yang dewasa, mampu bergaul dengan baik, mampu menyelesaikan persoalan pribadinya sendiri dan keinginan untuk diakui akan hak-haknya.³⁰

3. Proses Penyesuaian Diri

³⁰ Bernard, H. W, *Psychology of Learning and Teaching* (2nd ed), McGraw Hill Book Company, New York, 1995, h. 205

Masa remaja adalah masa yang sangat membutuhkan proses penyesuaian diri. Proses penyesuaian diri remaja berbeda dengan masa anak-anak atau dewasa. Sesuai dengan kekhasan perkembangan fase remaja, maka penyesuaian diri positif di kalangan remaja memiliki karakteristik yang unik dan tersendiri.

Acuan dari teori psikologi menjelaskan bahwa konsep diri positif adalah pandangan dan sikap individu terhadap diri sendiri. Pandangan diri sendiri ini terkait dengan dimensi fisik, karakteristik individual, dan motivasi diri.³¹ Dengan demikian, orang yang memiliki penyesuaian diri positif adalah orang yang memiliki karakteristik individu yang juga positif serta mampu memotivasi dirinya menjadi lebih baik.

Hal ini sejalan dengan teori tentang proses penyesuaian diri dari Schein, sebagaimana dikutip Muhammad Ali dan Muhammad Asrori. Menurutnya, dalam proses penyesuaian diri anak, setidaknya melibatkan tiga unsur pokok, yaitu: (1) motivasi; (2) sikap terhadap realitas, dan; (3) pola dasar penyesuaian diri.³²

a. Motivasi dan Proses Penyesuaian Diri

Faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi, sama halnya dengan kebutuhan, perasaan dan emosi, merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam organisme. Ketegangan dan ketidakseimbangan merupakan kondisi yang tidak menyenangkan karena sesungguhnya kebebasan dari ketegangan dan keseimbangan dari kekuatan-kekuatan internal lebih wajar dalam

³¹Dian Ratna Sari, Sari Kusuma, dkk., *Konsep Diri Positif: Menentukan Prestasi Anak*, Kanisius, Yogyakarta, 2006, h. 32

³² Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Op.Cit.*, h. 176

organisme apabila dibandingkan dengan kedua kondisi tersebut. Ini sama dengan konflik dan frustrasi yang juga tidak menyenangkan, berlawanan dengan kecenderungan organisme untuk meraih keharmonisan internal, ketentraman jiwa, dan kepuasan dari pemenuhan kebutuhan dan motivasi. Ketegangan dan ketidakseimbangan memberikan pengaruh kepada kekacauan perasaan patologis dan emosi yang berlebihan atau kegagalan mengenal pemuasan kebutuhan secara sehat karena mengalami frustrasi dan konflik.³³

Respon penyesuaian diri, baik dan buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya organisme untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara keseimbangan yang lebih wajar. Kualitas respon, apakah itu sehat, efisien, merusak atau patologis ditentukan terutama oleh kualitas motivasi, selain juga hubungan individu dengan lingkungan.

b. Sikap terhadap Realitas dan Proses Penyesuaian Diri

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. Secara umum, dapat dikatakan bahwa sikap yang sehat terhadap realitas dan kontak yang baik terhadap realitas itu sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Beberapa perilaku seperti sikap antisosial, kurang berminat terhadap hiburan, sikap bermusuhan, kenakalan, dan semanya

³³ Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Op.Cit.*, h. 176-177

sendiri, semuanya itu sangat mengganggu hubungan antara penyesuaian diri dengan realitas.

Berbagai tuntutan realitas, adanya pembatasan, aturan, dan norma-norma, menuntut individu untuk terus belajar menghadapi dan mengatur proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap dengan tuntutan eksternal dari realitas. Jika individu tidak tahan terhadap tuntutan-tuntutan itu, akan muncul situasi konflik, tekanan, dan frustrasi. Dalam situasi seperti itu, organisme didorong untuk mencari perbedaan perilaku yang memungkinkan untuk membebaskan diri dari ketegangan.

c. Pola Dasar Proses Penyesuaian Diri

Dalam penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri. Misalnya, seorang anak membutuhkan kasih sayang dari orang tuanya yang selalu sibuk. Dalam situasi itu, anak akan frustrasi dan berusaha menemukan pemecahan yang berguna mengurangi ketegangan antara kebutuhan akan kasih sayang dengan frustrasi yang dialami. Boleh jadi, suatu saat upaya yang dilakukan itu mengalami hambatan. Akhirnya dia akan beralih kepada kegiatan lain untuk mendapat kasih sayang yang dibutuhkannya, misalnya dengan mengisap-isap ibu jarinya sendiri. Demikian juga pada orang dewasa, akan mengalami ketegangan dan frustrasi karena terhambatnya keinginan memperoleh rasa kasih sayang, memperoleh anak, meraih prestasi, dan sejenisnya. Untuk itu, dia akan berusaha mencari kegiatan yang dapat

mngurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat tidak terpenuhi kebutuhannya.³⁴

4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Proses Penyesuaian Diri

Menurut Scheiders, sebagaimana dikutip Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, setidaknya ada lima faktor yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri remaja, yaitu:

- a. Kondisi fisik
- b. Kepribadian
- c. Proses belajar
- d. Lingkungan; dan
- e. Agama serta budaya.³⁵

Kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat memengaruhi penyesuaian diri remaja adalah hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh dan kesehatan fisik. Dalam mengidentifikasi pengaruh hereditas terhadap penyesuaian diri, digunakan pendekatan fisik karena hereditas dipandang lebih dekat dan tak terpisahkan dari mekanisme fisik. Dari sini berkembang prinsip umum bahwa semakin dekat kapasitas pribadi, sifat, atau kecenderungan berkaitan dengan konstitusi fisik maka akan semakin besar pengaruhnya terhadap penyesuaian diri.³⁶

³⁴ *Ibid.*, h. 177

³⁵ *Ibid.*, h. 181

³⁶ *Ibid.*, h. 181-182

Sistem utama tubuh memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar dan otot. Sementara kesehatan fisik berpengaruh terhadap penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri.

Kepribadian berpengaruh terhadap faktor penyesuaian diri di antaranya yaitu (a) kemauan dan kemampuan untuk berubah, (b) pengatura diri, (c) realisasi diri, (d) inteligensi.

Sementara itu yang termasuk unsur penting dalam edukasi pendidikan yang dapat memengaruhi penyesuaian diri adalah faktor (a) belajar, (b) pengalaman, (c) latihan, (d) determinasi diri.

5. Indikator Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri siswa dalam penelitian ini memiliki dua indikator, yaitu penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif. Penyesuaian diri positif ada beberapa aspek yaitu tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya frustasi dalam diri, memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahannya diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif.

Sementara itu, penyesuaian diri negatif memiliki beberapa aspek yaitu reaksi bertahan, reaksi untuk menyerang, dan reaksi untuk melarikan diri.

BAB III METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah suatu, tehnik, cara dan alat yang dipergunakan untuk menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu dengan menggunakan metode ilmiah. Maka metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Adapun yang dimaksud metode penelitian kualitatif di sini adalah prosedur sistematis (metode) yang disepakati oleh suatu komunitas ilmiah untuk mengungkap suatu makna subjektif partisipan penelitian tentang suatu gejala yang menjadi objek kajian penelitian bidang ilmu.³⁷

Dengan demikian, penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang lain tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya.³⁸

Dengan kata lain, metode kualitatif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Peneliti mendeskripsikan apa yang diamati,

³⁷ Fattah Hanurawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, Rajawali Pers, Jakarta, 2016, h. 26

³⁸ Lexy Moloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, :PT Rosda Karya, Bandung, 1994, h. 3

menggambarkan masalah-masalah yang diteliti, serta situasi-situasi tertentu termasuk tentang hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh-pengaruh dari suatu fenomena. Dalam metode deskriptif, peneliti berusaha membandingkan fenomena-fenomena tertentu sehingga merupakan suatu studi komparatif.

Penelitian ini digunakan untuk menjawab pertanyaan tentang apa dan bagaimana suatu keadaan (fenomena, kejadian) dan melaporkan, menggambarkan, sebagaimana adanya. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki. Metode ini mendasarkan diri pada proses *verstehen* (penghayatan dari dalam) ketimbang *arklaren* (penjelasan dari luar)³⁹

2. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung karena di madrasah ini guru bimbingan konseling dan guru yang lainnya memberikan layanan bimbingan bagi penyesuaian diri siswa.

³⁹Fattah Hanurawan, *Op.Cit.*, h. 27-28

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang yang sedang diteliti. Dalam konteks pendidikan di sekolah subjek penelitian adalah siswa, guru, kepala sekolah serta staf dan karyawan. Dalam skripsi ini yang menjadi subjek peneliti adalah guru, siswa kelas VII yang difokuskan pada 7 siswa berdasarkan hasil observasi dimana dari jumlah keseluruhan siswa kelas VII, yaitu 29 siswa, ada 7 siswa yang penyesuaian dirinya rendah. Sesuai dengan keterangan guru BK kelas VII tersebut teridentifikasi, terdapat masalah dalam penyesuaian diri ketujuh siswa tersebut, karena :

- a. Dalam satu kelas tidak hanya terdapat siswa dengan latar belakang pendidikan dari MIN, melainkan ada juga yang dari SD.
- b. Terdapat teman yang berbeda-beda yang baru dikenal.
- c. Termasuk kelas unggulan sehingga menjadi sorotan kelas-kelas yang lain.

4. Informan penelitian

Sumber data atau obyek dari mana data dapat diperoleh. Sumber data kualitatif adalah tindakan dan perkataan manusia dalam suatu latar yang bersifat alamiah.⁴⁰

⁴⁰ http://www.freewebs.com/santayasa/pdf2/ Penelitian_Tindakan_Kelas. diakses tanggal 08 April 2017

Sumber data yang peneliti gunakan pada penelitian ini adalah:

- a. Sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Dalam penelitian ini yang termasuk sumber data primer adalah siswa kelas VII dan guru bimbingan dan konseling di MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung.
- b. Sumber data skunder yaitu adalah merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, yang termasuk sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah kepala sekolah, guru bidang studi, karyawan (TU) yang ada di madrasah yang sama.⁴¹

5. Alat Pengumpul Data

Untuk memperoleh data sesuai harapan peneliti, maka digunakan tiga perangkat pengumpul data, yaitu observasi, wawancara, dan studi dokumentasi.

- a. Observasi atau pengamatan

Seringkali orang mengartikan observasi sebagai suatu aktifa yang sempit yakni menghasilkan sesuatu dengan menggunakan mata. Di dalam pengertian psikologik, observasi atau yang disebut juga dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemuatan perhatian

309 ⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, IKAPI, Jakarta, 2008, h. 308-

terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Jadi observasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran peraba, dan pengecap. Apa yang dikatakan ini adalah pengamatan langsung. Dalam penelitian ini penulis menggunakan observasi untuk mengetahui secara langsung tentang pelaksanaan konseling kelompok yang dilakukan guru BK MTs Al-KHairiyah Kaliawi Bandar Lampung. Adapun yang diobservasi adalah proses konseling, penguatan (reinforcement) positif yang dilakukan guru BK, serta hasil konseling bagi peserta didik.

b. Wawancara

wawancara atau sering juga disebut interview atau kuesioner lisan, adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewee*). Wawancara digunakan oleh peneliti untuk menilai keadaan seseorang misalnya untuk mencari data tentang proses pelaksanaan konseling, metode konseling, hasil konseling, dan lain sebagainya.

Disini penulis melakukan wawancara dengan guru BK untuk mendapatkan informasi langsung mengenai implementasi reinforcement positif terhadap penyesuaian diri peserta didik.

Wawancara juga dilakukan kepada peserta didik untuk mengkrecek kebenaran informasi yang diberikan guru BK sehingga ada pembanding informasi.

c. Dokumentasi

Dalam uraian tentang studi pendahuluan, telah disinggung pula bahwa sebagai objek yang diperhatikan atau ditatap dalam memperoleh informasi, kita memperhatikan tiga macam sumber, yaitu tulisan (*paper*), tempat (*pleace*), dan kertas atau orang (*people*). Dalam mengadakan penelitian yang bersumber pada tulisan inilah kita telah menggunakan metode dokumentasi.

Dokumentasi, dari asal katanya dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi. Teknik ini penulis gunakan untuk memperoleh data tentang berdirinya sekolah, keadaan sarana prasarana, surat-surat pribadi.⁴²

6. Tehnik Analisis Data

Burhan Bungin mengatakan bahwa analisis data kualitatif umumnya tidak digunakan untuk mencari data dalam arti frekuensi, tetapi digunakan untuk menganalisis makna dari data yang tampak di permukaan. Dengan demikian, analisis kualitatif digunakan untuk

⁴²Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Melalui Praktek*, PT Asdi Mahasatya, Jakarta, 2002, h. 132-135

memahami sebuah fakta, bukan untuk menjelaskan fakta tersebut.⁴³

Dengan perkataan lain, analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Adapun langkah-langkah yang harus ditempuh dalam melakukan analisis data adalah sebagai berikut:

a. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya.⁴⁴

b. Penyajian data

Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan. Hubungan antar kategori *flowcard* dan sejenisnya. Dalam

⁴³ Burhan Bungin (Ed), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Rajawali Pers, Jakarta, cet.ke-10, 2015, h. 66

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Alfabeta, Bandung, 2014, h. 338

hal ini Miles dan Huberman menyatakan “ *the most frequent form of display data for qualitative research data in the past has been narrative texts*”. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Selain itu dapat di gunakan juga grafik, matrik, *network* (jejaring kerja) dan *chart*.

c. Kesimpulan atau verifikasi

Menurut Miles dan Huberman pada penarikan kesimpulan atau verifikasi pada dasarnya Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah jika di temukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.⁴⁵

Dari permulaan pengumpulan data seorang penganalisis kualitatif mulai mencari arti, pola-pola, penjelasan, konfigurasi-konfigurasi yang mungkin, alur sebab akibat, dan proporsi. Peneliti akan menangani kesimpulan-kesimpulan itu dengan longgar tetap terbuka dan skeptis, tetapi kesimpulan sudah disediakan mula-mula belum jelas kemudian menjadi lebih rinci dan mengakar dengan kokoh. Kesimpulan-kesimpulan “final” mungkin tidak muncul sampai pengumpulan data terakhir, bergantung besarnya

⁴⁵ *Ibid.*, h. 341-345

kumpulan-kumpulan catatan lapangan, pengkodeannya, penyimpanan dan metode pencarian ulang yang digunakan, kecakapan peneliti dan tuntutan-tuntutan pemberian dana, tetapi sering kesimpulan itu telah dirumuskan sejak awal, sekalipun seorang peneliti menyatakan telah melanjutkannya secara “induktif”. Pada tahap akhir kesimpulan- kesimpulan ini harus diverifikasikan pada catatan-catatan yang dibuat oleh peneliti selanjutnya.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pelaksanaan konseling dilakukan dengan tehnik penguatan positif melalui konseling kelompok. Hal ini mengacu pada rencana pelaksanaan lapangan (PL) yang telah dibuat sebelum penelitian (terlampir). Konseling kelompok dilakukan sebanyak enam kali konseling dengan hasil observasi dari masing-masing peserta didik dapat dilaporkan sebagai berikut.

1. Hasil Observasi

a. Observasi Tahap Pertama

Observasi tahap pertama ini dilakukan pada saat guru BK melakukan konseling tahap pertama kali. Peneliti mengamati teknik konseling yang digunakan guru BK, yaitu teknik konseling kelompok. Topik bahasan yang disampaikan guru BK berikut cara penyampaian materi juga diamati. Topik pada konseling pertama yang disiapkan guru BK yakni “Penyesuaian diri pada remaja”. Pada tahap pembukaan peneliti mengamati dari dekat ketika guru BK membuka konseling yang dimulai dengan mengucapkan salam dan berdoa. Guru BK kemudian meminta kelompok saling memperkenalkan diri, perkenalan diawali dari pemimpin kelompok, kemudian dilanjutkan oleh anggota secara bergantian mulai dari nama, kelas, alamat dan hobi. Namun suasana yang terlihat sepi karena anggota masih saling diam, meskipun

diantara mereka sudah saling kenal. Akan tetapi guru BK mengambil inisiatif dengan memotivasi agar peserta tidak ragu di dalam kelompok. Selanjutnya guru BK menjelaskan materi yang akan dibahas yaitu topik yang pertama yaitu pemahaman tentang penyesuaian diri pada remaja. Guru BK terlihat membuka kertas yang berisi topik konseling.

Selanjutnya terlihat guru BK membatasi sub topik yang akan dibahas yaitu pengertian, dan aspek penyesuaian diri pada remaja. Tujuan pembahasan topik ini dijelaskan oleh guru BK yaitu agar anggota kelompok yang mengikuti proses konseling memahami pengertian penyesuaian diri pada remaja sehingga mampu mengetahui kemampuannya berkaitan dengan penyesuaian diri. Pada mulanya hampir semua peserta belum pernah mengetahui tentang penyesuaian diri pada remaja sehingga guru perlu membagikan kertas berisi penjelasan mengenai pengertian dan aspek penyesuaian diri pada remaja. Setelah diberikan penjelasan masing-masing anggota mengemukakan pendapatnya berkaitan dengan penjelasan guru BK.

Selanjutnya, cara penyampaian materi yang dilakukan guru BK cukup berhasil memancing siswa untuk berdiskusi dan memahami topik penyesuaian diri di kalangan remaja. Menurut pengamatan peneliti pembahasan topik tentang pemahaman penyesuaian diri pada remaja belum sepenuhnya dapat dipahami oleh peserta. Pada tahap pengakhiran guru mengungkapkan kesimpulan hasil pembahasan topik. Kegiatan konseling diakhiri dengan doa dan salam penutup.

Konseling kelompok yang dilakukan guru BK memungkinkan terjadinya suasana kelompok yang memiliki komunikasi multi arah dalam pembahasan masalah atau topik mengenai penyesuaian diri remaja. Siswa yang mengikuti kegiatan konseling kelompok diajak oleh guru BK untuk berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok di kelas. Kegiatan ini merupakan tempat pengembangan diri dalam rangka belajar berkomunikasi secara positif dan efektif dalam kelompok kecil.

Teknik dalam bimbingan kelompok yang digunakan guru BK yaitu teknik umum atau disebut juga “tiga M”, yaitu mendengar dengan baik, memahami secara penuh, dan merespon secara tepat dan positif. Kemudian pemberian dorongan minimal dan penguatan positif kepada para peserta.

Teknik yang digunakan dalam proses layanan konseling kelompok ini sangat penting, karena teknik tersebut dapat menentukan keberhasilan atau tidaknya kegiatan layanan penguatan positif secara berkelompok. Teknik “tiga M” dapat membantu guru BK dalam melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok dan dengan teknik tersebut guru BK berharap layanan konseling kelompok dapat berjalan lancar dan memperoleh perkembangan yang baik.

Adapun langkah-langkah konseling kelompok yang ditempuh guru BK ketika dilakukan observasi adalah sebagai berikut:

1). Tahap pembentukan kelompok.

Pengenalan dan melibatkan dari anggota ke dalam kelompok dengan bertujuan agar anggota memahami maksud konseling kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan konseling kelompok dalam rangka penguatan, yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. Kegiatan yang dilakukan guru BK pada tahap ini adalah mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan konseling kelompok; menjelaskan cara-cara dan asas-kegiatan kelompok; anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri; dan melakukan permainan pengakraban dalam suasana yang hangat dan ceria.

Hasil yang diperoleh pada tahap pembentukan ini berdasarkan pengamatan di lapangan yaitu terjadi perkenalan yang lebih dalam di antara anggota kelompok dan dengan diadakannya permainan kelompok terjadi kehangatan dan kebersamaan di antara anggota kelompok. Di sini guru BK berhasil mencairkan suasana dan membangun keakraban sesama peserta kelompok.

Guru BK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan dan mengamati para anggota kelompok yang siap untuk melangkah ke tahap berikutnya yaitu tahap kegiatan serta meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok.

Hasil yang diperoleh pada tahap peralihan ini yaitu terlihat para anggota kelompok memahami topik yang akan dibahas oleh guru BK dan siap mengikuti tahap kegiatan selanjutnya dengan antusias.

2) Tahap kegiatan

Guru BK memberikan topik konseling yang telah disiapkan sebelumnya yang akan dibahas secara bersama-sama oleh anggota kelompok. Sebelumnya guru BK memberikan sedikit penjelasan tentang uraian materi yang akan dibahas. Kemudian anggota kelompok diberikan seluas-luasnya untuk mengeluarkan ide-idenya dalam berpendapat, bertanya, menjelaskan, memberi contoh, mengungkapkan pengalaman pribadi dan menanggapi topik yang dibahas. Semua anggota terlibat dalam interaksi dan komunikasi yang multi arah. Suasana hangat dapat tercipta, anggota saling berpendapat dan memberikan pendapat sehingga anggota kelompok yang tadinya kurang penyesuaian diri dapat mengubah sikapnya menjadi lebih berani tampil di depan umum dan berani menyatakan pendapat. Kehangatan dan keantusiasan guru BK dalam memberikan penguatan kepada siswa memiliki aspek penting dalam tingkah laku dan hasil belajar siswa. Kehangatan dan keantusiasan adalah bagian yang tampak dari interaksi guru dan siswa.

3) Tahap pengakhiran

Konselor mengemukakan bahwa kegiatan akan diakhiri. Ia kemudian mengemukakan kesan-kesan selama melaksanakan konseling kelompok. Hasil

yang diperoleh pada tahap pengakhiran ini yaitu berupa kesan-kesan yang siswa sampaikan positif mengenai pelaksanaan konseling kelompok dan mereka merasa memperoleh manfaat bagi diri mereka karena mulai mampu menyesuaikan diri.

Layanan konseling kelompok yang diterapkan guru BK cukup efektif sebagai upaya dalam menguatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah, karena dalam kegiatan layanan konseling kelompok ini siswa diajak untuk berlatih berinteraksi dengan siswa lain dalam satu kelompok yang didalamnya membahas materi bimbingan yang disajikan. Dari hal tersebut siswa akan memperoleh berbagai pengalaman, pengetahuan dan gagasan. Dari topik itu pula siswa dapat belajar mengembangkan nilai-nilai dan menerapkan langkah-langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok tersebut.

Guru sebagai pemeran utama dalam pemberi *positive reinforcement* memahami situasi dan kondisi siswa serta mengerti prinsip-prinsip penggunaan penguatan positif dalam konseling kelompok. Kehangatan dan penyampaian guru yang antusias dalam memberikan *positive reinforcement* berdampak pada tujuh siswa yang mengikuti kegiatan konseling. Ini karena guru menerapkan penguatan secara positif. Guru BK terlihat sekali berusaha menghindari penguatan yang negatif karena akan mempengaruhi psikologis siswa dalam penerimaannya. Penggunaan penguatan yang negatif nantinya akan berdampak kurang baik bagi siswa, seperti mereka menjadi frustrasi, menjadi pemberani, dan merasa hukuman dianggap sebagai kebanggaan. Selain itu, dengan pemberiana hukuman,

akan membuat siswa mencari cara agar ia terbebas dari hukuman, siswa akan memikirkan cara apapun meskipun salah dan buruk untuk terbebas. Hal ini tentunya kurang baik bagi perkembangan psikologi siswa terutama siswa sekolah dasar karena di sekolah dasar siswa mengembangkan sikapnya.

b. Observasi Tahap Kedua

observasi tahap kedua dilakukan ketika guru BK melakukan konseling tahap kedua juga. Guru Bk memulai konseling dengan pertama-tama membuka pertemuan dengan siswa dengan salam dan berdoa, selanjutnya saling menanyakan kabar masing-masing, setelah itu mengingatkan kembali tentang cara-cara pelaksanaan konseling kelompok seperti pada saat pertemuan sebelumnya. Dalam tahap konseling kedua ini guru BK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap selanjutnya. Dalam tahap kegiatan, guru BK mengemukakan materi yang akan dibahas yaitu topik yang kedua yaitu “Berpikiran Positif”. Guru BK membagikan materi berupa kertas satu lembar kepada seluruh peserta konseling. Sub topik yang dibahas yaitu pengertian, manfaat, tujuan dan tips bersikap positif. Dalam tahap kegiatan ini, guru BK bersemangat dan antusias dalam mengemukakan pendapat, saling berdiskusi dan menuangkan idenya masing-masing dan mempersialhkan peserta bertanya jika ada yang kurang jelas. Dalam pengamatan peneliti, cara guru BK memberikan penguatan sangat kaku dan kurang santai sehingga siswa kurang bersemangat mengikuti konseling. Penguasaan materi juga kurang karena guru BK masih sering

membuka lembar topik yang telah disiapkannya. Selain itu, masih terlihat beberapa peserta yang masih diam atau ragu dalam mengungkapkan pendapatnya sementara guru BK kurang kreatif dalam memancing siswa untuk bertanya.

Dalam tahapan konseling kedua ini memang dapat terwujud dinamika kelompok, namun pembahasan topik tentang mengembangkan sikap positif masih kurang dipahami oleh peserta. Pada tahap pengakhiran guru BK mengungkapkan kesimpulan hasil pembahasan topik dan membahas kapan konseling selanjutnya akan dilanjutkan. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam penutup.

3. Observasi Tahap Ketiga

Observasi yang ketiga ini bertepatan ndengan konseling ketiga yang dilakukan guru BK. Topik konseling yaitu “Belajar Menerima Keadaan Diri. Mula-mula guru BK menjelaskan maksud topik ini dan tujuan adanya topik konseling kali ini. Lalu guru BK membagikan kertas berisi topik bahasan dan meminta peserta berdiskusi. Guru BK kemudian meminta peserta untuk tetap bersemangat dan interaktif dalam diskusi sehingga tidak membosankan. Guru BK menyampaikan poin-poin materi mengenai cara belajar menerima keadaan diri, dan manfaat menerima keadaan diri. Masing- masing peserta yang mengikuti konseling kelompok dimkinta mengemukakan pendapatnya tentang cara dan manfaat menerima keadaan diri. Dalam tahap kegiatan ini, anggota dapat saling

mengemukakan pendapat, saling berdiskusi dan menuangkan idenya masing-masing dan satu dua orang siswa terlihat bertanya kepada guru BK dan guru BK menjelaskan dengan terlebih dahulu memuji siswa yang bertanya.

Dalam pengamatan peneliti, penerapan penguatan positif belum begitu baik dan efektif untuk memacu proses penyesuaian diri. Guru BK justru lebih banyak melakukan konseling kelompok dan masih kurang memberi penguatan kepada peserta.

4. Observasi Tahap Keempat

Seperti sebelumnya, guru BK memulai konseling dengan tahap pembukaan, yaitu dibuka dengan salam dan berdoa. Selanjutnya guru BK memberikan semangat dan menantang siswa untuk mereview konseling tahap ketiga minggu sebelumnya dengan menawarkan hadiah sebuah pena kepada siswa yang berani menyampaikan review. Ada satu orang yang menunjuk dan menyampaikan kembali topik bahasan minggu lalu serta kesan-kesan yang ia peroleh setelah dilakukan konseling. Guru BK kemudian memberinya hadiah berupa sebuah pena berwarna hitam dan siswa tersebut diberi tepuk tangan oleh rekannya.

Selanjutnya guru BK menanyakan kabar masing-masing, setelah itu mengingatkan kembali tujuan konseling hari ini. Dalam tahap keempat ini guru BK meminta siswa bernyanyi dan mencairkan suasana sehingga tidak tegang. Kemudian guru BK menyampaikan topik bahasan yaitu “Meningkatkan Percaya Diri”. Guru BK menjelaskan pentingnya memiliki

kepercayaan diri dan menghubungkan orang-orang sukses karena memiliki kepercayaan diri dan orang-orang gagal karena kurang percaya diri. Selanjutnya guru BK membatasi sub topik yang akan dibahas yaitu cara meningkatkan percaya diri, tujuan dan manfaat dari meningkatkan percaya diri di kalangan siswa. Dalam tahap ini peserta kelompok mulai belajar untuk merencanakan kegiatan-kegiatan yang mendukung pencapaian tujuan mereka, baik tujuan yang bersifat akademis maupun non akademis. Seluruh anggota sudah berani mengungkapkan pendapatnya dengan baik dan tanpa ragu-ragu. Dalam pertemuan kali ini dapat terwujud dinamika kelompok, sehingga pembahasan topik dapat dipahami oleh peserta tiap kelompok. Pada tahap pengakhiran guru kembali mengingatkan pentingnya memiliki kepercayaan diri karena percaya diri erat hubungannya dengan proses penyesuaian diri siswa. Guru BK kemudian mengungkapkan kesimpulan hasil pembahasan topik dan membahas waktu pelaksanaa konseling kelompok selanjutnya. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam penutup.

5. Observasi Tahap Kelima

Guru membuka dengan salam dan berdoa, selanjutnya guru menanyakan tentang kabar masing-masing serta meminta siswa ada yang bercerita sebelum dimulai konseling. Cerita secara bebas yang bertujuan untuk melihat keberanian siswa dan perkembangan penyesuaian dirinya. Satu siswa maju ke depan dan bercerita tentang Orang yang membuang sampah dari atas

mobil dan melemparnya ke luar mengenai dirinya. Setelah selesai bercerita guru BK memberi pujian dan apresiasi kepada siswa tersebut dan peserta lain tepuk tangan. Lalu guru BK mengingatkan kembali tentang cara-cara pelaksanaan konseling kelompok seperti pada saat pertemuan sebelumnya. Kemudian ia memberikan permainan yang bernama "tebak kata", sebelum permainan dimulai guru BK memberikan instruksi tentang cara bermain dan aturan dalam bermain. Anggota kelompok sangat menikmati permainan. Dalam tahap peralihan ini guru BK menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap selanjutnya. Dalam tahap kegiatan, guru BK mengemukakan materi yang akan dibahas yaitu mengendalikan rasa cemas. Pemimpin membatasi sub topik yang akan dibahas yaitu pentingnya mengendalikan emosi, cara mengendalikan rasa cemas dan emosi, serta tujuan dan manfaat dari mengendalikan rasa cemas. Masing-masing anggota kelompok saling berbagi pendapat mengenai cara cara mengendalikan rasa cemas, serta tujuan dan manfaat dari mengendalikan emosi. Dalam tahap kegiatan ini, guru meminta siswa untuk dapat saling mengemukakan pendapat dengan melakukan penguatan dan dorongan agar siswa terus memacu kepercayaan dirinya, saling berdiskusi dan menuangkan idenya masing-masing. Dalam pertemuan kali ini dapat terwujud dinamika kelompok, sehingga pembahasan topik dapat dipahami oleh seluruh anggota kelompok dan sebagian besar siswa sudah terlihat mampu menyesuaikan diri di lingkungan teman-temannya. Pada tahap pengakhiran

guru BK memberi pujian dan mengungkapkan kesimpulan hasil pembahasan topik dan memberikan kesempatan bagi anggota kelompok untuk mengungkapkan pesan, kesan, dan harapan terhadap kegiatan konseling kelompok yang telah dilaksanakan dalam lima kali pertemuan. Lalu guru BK mengucapkan terimakasih kepada seluruh peserta karena sangat antusias mengikuti layanan konseling.

6. Observasi Tahap Keenam

Pada konseling keenam ini berbeda dengan konseling sebelumnya. Setelah guru membuka dengan salam, guru BK kemudian bercerita dan bertanya kepada para peserta apakah menyukai cerita dan peserta menjawab menyukai cerita. Guru BK membuka lembar kertas berisi cerita seputar membangun kepercayaan diri. Ada seorang gadis cantik yang buta. Suatu hari gadis itu bertemu seorang pesulap yang kemudian mengajaknya bermain sulap. Ajaib sekali bahwa sang gadis bisa menebak seluruh kartu yang diberikan sang pesulap. Kok bisa? Ternyata rahasianya ada pada kecerdikan sang pesulap. Dengan menggunakan beberapa tipuan, ia berhasil mengeluarkan potensi sang gadis untuk bermain sulap bersamanya. Tanpa ragu sang pesulap mengajak sang gadis bermain di hadapan keluarganya, di hadapan orang banyak. Kepercayaan diri sang pesulap yang begitu tinggi menular pada sang gadis buta. Sejak saat itu sang gadis merasa telah menjadi seorang bintang di rumahnya. Ini terjadi hanya karena ada orang yang memberinya kesempatan untuk bersinar sejenak dan merasa istimewa di depan keluarganya. Ia yang selama ini merasa

menjadi beban dalam keluarganya kini merasa sejajar dengan mereka karena peristiwa itu.

Selesai bercerita guru meminta siswa mengomentari ceritanya, isi cerita, substansi cerita. Siswa sebagian besar mengacungkan tangan. Satu per satu guru meminta siswa menyampaikan apa yang ditangkapnya dari cerita itu. Kemudian guru menjelaskan bahwa cerita tersebut menggambarkan bagaimana pentingnya rasa percaya diri yang harus dimiliki oleh setiap orang. Selanjutnya guru menutup konseling dengan mengucapkan salam serta memberikan apresiasi kepada seluruh peserta kelompok yang telah antusias mengikuti proses konseling dari awal hingga akhir.

3. Hasil Wawancara dengan Guru BK (Bapak HC)

Wawancara dengan guru BK, bapak HC, dilakukan sebanyak dua kali. Hasil wawancara tersebut dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tanya : Bagaimana Bapak membangun proses penyesuaian diri terhadap 7 peserta didik?

Jawab: Saya melakukan konseling kelompok dengan teknik reinforcement positif. Teknik ini membutuhkan persiapan yang tidak mudah bagi saya karena yang mula-mula harus saya lakukan adalah memahami dengan baik implementasi reinforcement positif ini ketika melakukan proses konseling. Sejauh ini tidak terdapat kesulitan yang berarti dalam menerapkan teknik ini karena konseling dilakukan

secara kelompok sehingga memudahkan saya untuk mengamati perkembangan masing-masing peserta didik.

Tanya: Bagaimana langkah-langkah penerapan reinforcement positif tersebut?

Jawab: Dalam menerapkan reinforcement positif yang efektif, saya mempertimbangkan beberapa syarat yang saya baca dari buku tentang teknik ini. Syarat itu seperti di dalam memberikan penguatan dilakukan dengan segera. Penguatan akan memiliki efek yang lebih bermakna bila diberikan segera setelah tingkah laku yang diinginkan dilakukan oleh konseli. Alasan pemberian penguatan dengan segera adalah untuk menghindari terdapat tingkah laku lain yang menyela tingkah laku yang diharapkan. Dengan demikian, tujuan pemberian penguatan terfokus pada tingkah laku yang diharapkan. Selain itu, saya juga mempertimbangkan masalah memilih penguatan yang akan digunakan dan sesuai, lalu mengatur kondisi situasional, menentukan kuantitas penguatan, hingga mengatur jadwal penguatan

Setelah itu, lalu saya mempersiapkan langkah-langkah pemberian *reinforcement* positif seperti: Mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC, memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan, menetapkan data awal yang akan dibimbing, menentukan *reinforcement* yang bermakna, sampai pada tahap penerapan reinforcement positif di kelas ketika melakukan konseling.

Tanya: Menurut Bapak apakah efektif penggunaan teknik reinforcement positif dalam rangka membangun proses penyesuaian diri peserta didik?

Jawab: Efektif atau tidaknya tergantung dari hasil yang dicapai kemudian. Sejauh ini teknik reinforcement positif cukup efektif sebagai alat membangun penyesuaian diri serta percaya diri peserta didik. Ini ditunjukkan dengan adanya perubahan bentuk perilaku penyesuaian diri yang sebelumnya tidak nampak kemudian perlahan-lahan ada perubahan perilaku seperti berani, ceria, responsif, tanggap, yakin, optimis.

Tanya: Apakah terdapat kendala dalam memberikan teknik reinforcement positif terhadap penyesuaian diri peserta didik?

Jawab: Kendalanya hanya soal waktu. Memberikan konseling dengan teknik reinforcement positif dengan tujuan meningkatkan penyesuaian diri peserta didik tidak bisa dilakukan hanya sekali melainkan berkali-kali sampai ada hasil yang positif, yaitu perubahan dari kurang penyesuaian diri menjadi sudah mampu menyesuaikan diri dengan baik. Jika waktu konselingnya cukup sering dilakukan maka hasilnya akan optimal.

Tanya: Apa indikatornya bahwa ketujuh peserta didik telah mampu melakukan proses penyesuaian diri dengan baik?

Jawab: Indikatornya yaitu ketujuh siswa tersebut tidak lagi menunjukkan adanya ketegangan emosional ketika diskusi kelompok, tidak menunjukkan adanya frustrasi dalam diri ketika tidak dapat menjawab atau memberikan keterangan, dan telah memiliki pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri yang stabil, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, mampu bersikap realistik dan objektif terhadap lingkungan sosial.

4. Hasil Wawancara dengan Peserta Didik

Ketujuh siswa meyampaikan kesan yang positif dalam menilai pelaksanaan konseling kelompok setelah dilakukan wawancara dengan peneliti. Mereka merasa mendapatkan manfaat dari pelaksanaan teknik reinforcement positif yang diberikan guru BK. Anggota kelompok menyimpulkan tindakan apa yang tepat untuk mereka laksanakan sesuai dengan permasalahan mereka. Setiap anggota kelompok mengungkapkan perkembangan yang mereka rasakan sebagai berikut:

1. Subjek AD: Setelah guru BK mengajak berkelompok, saya mencoba belajar lebih berani ketika di depan banyak orang. Saya berusaha menggunakan kata-kata yang dapat membangkitkan rasa percaya diri bahwa saya yakin bisa. Saya merasakan ada perubahan sedikit demi sedikit mengenai penyesuaian diri setelah dilakukan konseling.
2. Subjek NN: Saya memberanikan diri untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan saat dalam konseling kelompok. Dalam setiap pertemuan saya merasa puas ketika dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan terhadap teman-teman.
3. Subjek SYS: Saya berusaha untuk bersikap optimis, mempersiapkan diri ketika akan melakukan sesuatu. Saya juga melakukan interaksi dengan kemampuan saya jika saya salah melakukan, maka saya dapat mencoba belajar lagi sehingga memiliki persiapan dalam melakukan selanjutnya.

4. Subjek KM: Saya mencoba menyesuaikan diri dengan membangkitkan rasa percaya diri bahwa saya bisa melakukannya dan tidak ada orang yang akan memarahinya jika saya salah. Saya menanamkan dalam hati bahwa teman-teman lain akan menerima dan tetap memberi semangat jika saya melakukan kesalahan.
5. Subjek FM: Saya bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Saya memberanikan diri untuk menyesuaikan diri dengan mencoba sesuatu yang baru dengan pemikiran dan kemampuan yang saya miliki. Meskipun saya tidak mengetahui apa yang saya lakukan benar atau salah, saya tetap harus menyesuaikan diri dengan baik.
6. Subjek AF: Saya mencoba untuk lebih berani dengan berimajinasi bahwa tidak ada mata yang memperhatikan saya kalau saya salah. Saya menganggap semua itu boneka pajangan. Sehingga saya tidak perlu takut untuk diperhatikan teman-teman lain.
7. Subjek RH: Saya mencoba memberanikan diri untuk menjawab soal di depan kelas dengan kemampuan saya. Saya berusaha untuk tidak menghiraukan jika ada teman yang menertawakan saya ketika jawaban saya salah.

Dari hasil wawancara dengan siswa di atas dapat diambil kesimpulan bahwa setelah dilakukan proses penguatan positif melalui konseling kelompok selama enam kali pertemuan, ketujuh siswa tersebut mulai menunjukkan gejala penyesuaian diri yang positif. Adapun kesimpulan yang diperoleh dari hasil wawancara dengan siswa tersebut dapat dideskripsikan berikut ini:

1. Berpikir positif mengenai diri sendiri bahwa setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan yang dapat menjadi potensi sehingga perlu dikembangkan proses penyesuaian diri.
2. Mengubah sikap terhadap sesuatu dengan tidak mudah putus asa dan bersikap optimis.
3. Berani mempertanggung jawabkan apa yang telah diperbuat.
4. Menggunakan kata-kata di dalam diri yang dapat membangkitkan rasa percaya diri.
5. Mempersiapkan diri ketika akan melakukan sesuatu.

5. Dokumentasi

Dari hasil observasi yang telah dideskripsikan di atas dapat diketahui bahwa guru BK telah menerapkan proses reinforcement positif dengan dibantu serangkaian materi atau dokumen tertulis yang telah ia persiapkan sebelumnya. Bentuk dokumen tertulis berupa materi konseling selama enam kali proses konseling yang masing-masing materi atau dokumen tersebut telah dipersiapkan dengan baik sebelum dimulai proses konseling. Bentuk dokumen berupa deskripsi mengenai tema terkait penyesuaian diri, pengertian penyesuaian diri, proses, langkah-langkah, dan kiat-kiat membangun kepercayaan diri dan mengatasi ketegangan atau rasa cemas.

Dokumentasi tertulis sangat menunjang bagi persiapan seorang guru BK dalam menerapkan proses konseling. Sebab, tanpa dokumen akan sangat sulit bagi guru BK untuk melaksanakan penerapan konseling kelompok di kelas selama beberapa kali.

Adanya dokumentasi berupa serangkaian materi dan bahan tertulis persiapan konseling seperti RPL yang diaipkan guru BK membantu kelancaran proses konseling dan mempermudah pencapaian tujuan konseling.

Hanya saja dokumentasi yang digunakan guru BK kurang banyak dan kurang kaya, hanya materi tertulis. Guru BK kurang kreatif memanfaatkan dokumentasi visual lainnya atau dokumen audiovisual sehingga proses konseling terasa monoton dan kurang variatif sehingga cenderung membosankan bagi peserta. Padahal dokumentasi seperti gambar, foto, film dan dokumen-dokumen persiapan layanan konseling lainnya cukup banyak dan dapat dimanfaatkan oleh guru BK dalam melaksanakan layanan konseling, seperti kartu layanan, papan nama, serta berbagai dokumen yang biasa digunakan guru BK saat layanan konseling.

Guru BK lebih banyak mengandalkan dokumen tertulis yang disarikan dari berbagai buku atau majalah yang telah dikemas dalam sebuah kertas persiapan pemberian layanan. Dokumen pegangan utama guru BK dalam memberikan layanan konseling yaitu bundel Rencana Pelaksanaan Lapangan (RPL) yang berupa serangkaian materi konseling dari tahap pertama hingga tahap keenam.

Perkembangan penyesuaian diri siswa setelah dilakukan tahapan konseling dicatat oleh guru BK dalam buku khusus sehingga masing-masing peserta dapat terpantau perkembangan penyesuaian dirinya. Setiap sesi konseling guru BK mencatat dalam dokumentasinya mengenai respon dan tanggapan siswa serta perkembangan masing-masing mengenai poin-poin yang terkait penyesuaian diri.

B. Pembahasan

Keyakinan individu terhadap dirinya timbul karena individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Seseorang yang mampu menyesuaikan diri dapat melakukan apa pun dengan keyakinan akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi tetap mempunyai semangat untuk mencoba lagi. Penyesuaian diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu seseorang bersikap dan bertindak laku. Adapun ciri-ciri orang yang mampu menyesuaikan diri adalah percaya pada kemampuan dirinya sendiri, optimis, mudah beradaptasi dan bergaul, berani menerima dan menghadapi penolakan, bisa mengendalikan diri, berusaha untuk maju, berpikir positif dan realistis.

Kesulitan penyesuaian diri kadang kala muncul secara tiba-tiba pada seseorang ketika melakukan sesuatu sehingga orang tersebut tidak mampu menunjukkan atau mengeluarkan kemampuan sesungguhnya secara optimal. Gambaran mengenai orang yang kesulitan menyesuaikan diri antara lain kikuk, salah tingkah, pesimis, ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan gagasan, bimbang dalam

menentukan pilihan dan membandingkan diri dengan orang lain. Penyesuaian diri siswa yang rendah jika dibiarkan akan menghambat aktualisasi dalam kehidupannya, terutama dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan juga akan menimbulkan masalah lain yang lebih kompleks.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Calhoun dan Acocella⁴⁶ bahwa penyesuaian dapat diartikan sebagai interaksi individu yang kontinyu dengan diri individu sendiri, dengan orang lain dan dengan dunia individu. Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri dapat digambarkan sebagai usaha individu untuk saling mempengaruhi antara dirinya sendiri, dengan orang lain, dunia luar atau lingkungannya. Penyesuaian diri tidak dapat terjadi secara instan tetapi membutuhkan waktu yang lama dalam proses penyesuaian diri.

Menurut Asril, sebagaimana dikutip Mohammad Ali dan Mohammad Asrori,⁴⁷ pada umumnya penghargaan memberi pengaruh positif terhadap kehidupan manusia, karena dapat mendorong dan memperbaiki tingkah laku seseorang serta meningkatkan usahanya. Reinforcement positif dengan demikian merupakan konsekuensi yang diberikan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang positif. Sehingga, untuk memperbaiki tingkah laku seseorang dan menguatkan perilaku tersebut maka perlu adanya penghargaan atau *positive reinforcement*.

⁴⁶ Calhoun dan Acocella, *Penyesuaian Sosial*, Terj. Sutardji Adi, Gramedia, Jakarta, 2002, h. 14

⁴⁷ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*, Bumi Aksara, Jakarta, 2014, 174

Seseorang yang mendapat penghargaan atau hadiah akan merasa senang dan membuat dirinya merasa diterima dan dihargai oleh orang lain. Sehingga seseorang akan termotivasi untuk menjadi lebih baik lagi.

Pemberian *positive reinforcement* bukan hanya meningkatkan perilaku namun dalam penerapannya saat pembelajaran memiliki tujuan tertentu. Menurut Gantina dan Eka Wahyuni, penguatan positif memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Meningkatkan perhatian siswa dan membantu siswa belajar bila pemberian penguatan digunakan secara selektif
- b. Memberi motivasi kepada siswa
- c. Dipakai untuk mengontrol atau mengubah tingkah laku siswa yang mengganggu, dan meningkatkan cara belajar yang produktif.
- d. Mengembangkan kepercayaan diri siswa untuk mengatur diri sendiri dalam pengalaman belajar.
- e. Mengarahkan terhadap pengembangan berpikir yang divergen (berbeda) dan pengambilan inisiatif yang bebas.⁴⁸

Berdasarkan pendapat di atas, penerapan *positive reinforcement* yang diberikan guru baik berupa hadiah ataupun bentuk penghargaan yang lain dalam kegiatan pembelajaran di kelas bertujuan untuk memberikan motivasi pada siswa agar lebih memperhatikan pembelajaran yang sedang berlangsung. Penggunaan *positive reinforcement* yang selektif juga mampu memfokuskan perhatian dan dapat mengembangkan rasa percaya diri siswa karena ia merasa dihargai. Selain itu, penerapan *positive reinforcement* yang tepat dapat mengontrol dan mengubah

⁴⁸ Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni, *Teori dan Teknik Konseling*, Indeks, Jakarta, 2016, h. 162

perilaku siswa yang dianggap kurang sesuai, sehingga nantinya ia mampu mempertahankan bahkan meningkatkan tingkah laku yang sudah baik.

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa aspek kemampuan pikir juga merupakan salah aspek dalam penyesuaian diri. Ciri yang bersangkutan dengan kemampuan pikir ditunjukkan dengan memilih pemimpin yang kecerdasannya lebih sedikit dibandingkan dengan anggota yang lainnya, kaya inisiatif dan lebih mementingkan kepentingan kelompok dibandingkan dengan kepentingan pribadinya. Pada masa remaja bahwa peran kelompok dan teman sebaya amatlah besar. Seringkali remaja bahkan lebih mementingkan urusan kelompok dibandingkan urusan dengan keluarganya. Hal tersebut merupakan suatu yang normal sejauh kegiatan yang dilakukan remaja dan kelompoknya bertujuan positif dan tidak merugikan orang lain .

Peneliti menemukan gejala tingkah laku siswa yang mengindikasikan tingkah laku dengan kemampuan penyesuaian diri melalui informasi dari guru BK. Informasi ini diperkuat dengan hasil observasi selama enam kali. Ada 7 siswa yang dijadikan subyek dalam penelitian. Untuk mengatasi kesulitan penyesuaian diri, peneliti bersama guru BK menggunakan teknik reinforcement positif dengan konseling kelompok terhadap proses penyesuaian diri siswa.

Selain itu, guru BK juga menerapkan beberapa prosedur penguatan saat melakukan konseling kelompok. Prosedur penguatan positif yang dilakukan dimulai dari menyeleksi perilaku siswa yang akan dilakukan konseling,

membangun kehangatan, tidak menggunakan penguatan positif, berusaha agar penguatan yang disampaikan bermakna bagi para siswa,

Mula-mula guru BK menyeleksi perilaku siswa yang akan ditingkatkan penyesuaian dirinya. Perilaku-perilaku yang diseleksi oleh guru BK merupakan perilaku yang khusus, misalnya tersenyum daripada perilaku yang umum, misalnya bersosialisasi. Selain itu, guru BK menggunakan beberapa penguat secara fleksibel dan kapan penguatan digunakan sesuai prosedur yang ditetapkan. Kemudian yang utama yaitu guru BK menerapkan penguatan positif dengan langkah-langkah berikut ini:

- a. Guru BK menceritakan kepada para peserta tentang rencana sebelum penguatan dimulai.
- b. Guru BK berusaha memberikan penguatan dengan segera yang mengikuti perilaku.
- c. Guru BK menjelaskan perilaku yang diinginkan kepada individu ketika penguat sedang diberikan (contoh: kamu membersihkan kamarmu dengan sangat indah).
- d. Guru BK menggunakan banyak pujian dan kontak fisik. Untuk menghindari rasa jenuh, guru BK menggunakan kata-kata ini boleh, ini baik, tepat, dan hebat.

Ketika membangun kehangatan dan keantusiasan, guru BK dalam memberikan penguatan kepada siswa memiliki aspek penting dalam

tingkah laku dan hasil belajar siswa. Kehangatan dan keantusiasan adalah bagian yang tampak dari interaksi guru dan siswa.

Pemberian penguatan yang dilakukan guru BK bervariasi, baik komponen maupun caranya. Penggunaan komponen dan cara penguatan yang sama dan berulang-ulang ia hindari karena hanya akan mengurangi efektivitas pemberian penguatan. Pemberian penguatan terasa bermanfaat karena arah pemberiannya bervariasi atau sebaiknya tidak berurutan.

Pemberian penguatan yang diterapkan guru BK terasa efektif dan bermakna karena dilaksanakan pada situasi di mana siswa mengetahui adanya hubungan antara pemberian penguatan terhadap tingkah lakunya dan melihat itu sangat bermanfaat bagi para siswa.

Dalam memberikan *reinforcement* positif, guru BK berusaha memperhatikan prinsip-prinsip di atas untuk menciptakan suasana yang hangat diantara guru dan siswa serta segera menanggapi tingkah laku siswa secara antusias, ia mengusahakan untuk tidak menggunakan penguatan negatif karena penguatan negatif akan berdampak buruk terhadap siswa, Guru BK memberikan penguatan positif secara bervariasi atau tidak monoton dengan maksud agar terasa manfaatnya bagi siswa. Guru BK juga mempertimbangkan kebermaknaan tindakan, yang berarti guru memberikan penguatan positif di saat yang paling tepat sehingga siswa memahami hubungan penguatan yang guru BK

berikan dengan tingkah laku para siswa sendiri.

Tujuan guru BK menerapkan reinforcement positif di dalam konseling kelompok yakni berusaha meningkatkan perhatian siswa dan membantu siswa belajar apabila pemberian penguatan digunakan secara selektif. Selain itu, guru BK memberi motivasi pada siswa dalam proses konseling. Penguatan dipakai untuk mengontrol atau mengubah tingkah laku siswa yang mengganggu, dan meningkatkan cara belajar produktif. Mengembangkan kepercayaan diri siswa untuk mengatur diri sendiri dalam pengalaman belajar. Mengarahkan terhadap pengembangan berfikir yang *divergen* (berbeda) dalam pengambilan inisiatif yang bebas.

Guru BK memberikan *positive reinforcement* dalam bentuk pujian terhadap siswa yang memiliki kemajuan dalam proses penyesuaian diri, yaitu berupa hadiah kepada siswa yang memiliki banyak tujuan antara lain untuk meningkatkan perhatian siswa terhadap mata pelajaran yang sedang diajarkan, mengembangkan rasa percaya diri siswa untuk belajar dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, sehingga motivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dapat meningkat karena siswa akan merasa diperhatikan dan dihargai oleh guru di dalam proses pembelajaran. Selain itu pemberian *positive reinforcement* dapat mengubah tingkah laku siswa yang kurang baik, dan mempertahankan bahkan meningkatkan tingkah laku siswa yang sudah

baik.

Penerapan reinforcement positif dalam konseling dapat mendorong proses penyesuaian diri dengan baik. Hal ini penting karena seorang individu tidak dilahirkan dalam keadaan sudah mampu menyesuaikan diri atau tidak mampu menyesuaikan diri. Banyak individu yang menderita dan merasa tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri baik dalam kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat pada umumnya. Permasalahan penyesuaian diri di sekolah dapat timbul ketika anak mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, seperti Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama.

Sekolah adalah sosialisasi yang paling dapat dilihat dalam suatu kebudayaan dan yang paling memberikan pengaruh bagi pembentukan perkembangan manusia dalam perkembangan rentang hidupnya. Masalah penyesuaian diri di sekolah menimbulkan efek yang menetap dan bertumpuk-tumpuk, masalah yang muncul pada awal karir sekolah anak sering menjadi masalah yang menetap karena faktor sosial-psikologis (misalnya penyimpangan reputasional dan *self-fulfillment prophecies*, tanpa menyadari melakukan sesuatu, orang lalu bertingkah laku seperti yang diharapkan orang lain kepada dirinya untuk bertingkah laku sedemikian) atau memperburuk keadaan saat kesulitan mulai muncul dan menghambat perkembangan selanjutnya.

Pada awalnya, proses penyesuaian diri siswa merupakan suatu proses yang sulit. Pertama, banyak kesulitan dalam menyesuaikan diri bersumber pada diri sendiri. Kedua, pengaruh-pengaruh yang ikut membentuk kepribadian individu, berada diluar individu, dan juga banyak sarana untuk menyelesaikan tugas-tugas individu. Ketiga, usaha-usaha individu untuk memenuhi keperluan dalam dan tuntutan luar dari lingkungan itu harus sesuai dengan tujuan hidup individu. Oleh karena itu, kemampuan menyesuaikan diri yang baik dapat dirumuskan sebagai “memenuhi keperluan, hasrat dan keinginan individu, serta tuntutan wajar dari lingkungan secara semestinya dan semakin mendekatkan kita kepada tujuan dan maksud sebenarnya.

Penyesuaian diri secara positif pada dasarnya menimbulkan gejala perkembangan yang sehat yang ditunjukkan dengan kategori penyesuaian diri siswa yang berada pada kategori tinggi, sebaliknya penyesuaian diri secara negatif merupakan gejala yang kurang sehat yang dapat berakibat terjadinya hambatan perkembangan.

Penyesuaian diri ditunjukkan dengan sikap, sifat, dan perasaan. Ciri yang bersangkutan dengan aspek ini ditunjukkan dengan memperhatikan dan memahami orang lain, senang bergaul, serta suka akan humor. Hal ini sejalan dengan pendapat Di sini penyesuaian diri ditunjukkan dengan empati terhadap orang lain. Seseorang itu semestinya harus sensitif terhadap problem dan kesulitan orang lain.

Siswa MTs adalah siswa yang berada pada fase remaja awal. Masa remaja adalah masa yang membutuhkan proses penyesuaian diri karena mereka baru saja meninggalkan fase anak-anak. Proses penyesuaian diri remaja berbeda dengan masa anak-anak atau dewasa. Sesuai dengan kekhasan perkembangan fase remaja, maka penyesuaian diri di kalangan remaja memiliki karakteristik yang unik dan tersendiri. Acuan dari teori psikologi menjelaskan bahwa konsep diri positif adalah pandangan dan sikap individu terhadap diri sendiri. Pandangan diri terkait dengan dimensi fisik, karakteristik individual, dan motivasi diri. Hal ini sejalan dengan proses penyesuaian diri dari Scheinesters, sebagaimana dikutip di BAB II, bahwa dalam proses penyesuaian diri remaja, setidaknya melibatkan tiga unsur pokok, yaitu: (1) motivasi; (2) sikap terhadap realitas, dan; (3) pola dasar penyesuaian diri.

Di sekolah, siswa seringkali dihadapkan pada masalah keyakinan diri, konsep diri, dan penyesuaian diri. Keyakinan individu terhadap dirinya, baik remaja maupun orang dewasa, timbul karena mereka memiliki konsep diri yang baik. Menurut beberapa ahli, konsep diri dikembangkan melalui interaksinya dengan orang lain maupun peniruan. Apabila sejak kecil ia diterima, disayangi, dan selalu dihargai, maka ia akan mengembangkan konsep diri yang positif, termasuk percaya diri. Sementara itu pengalaman sosial yang buruk seperti ditolak, dicela, akan membentuk konsep diri yang negatif seperti menjadi kurang percaya diri.

Penguatan positif yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki berpeluang diulang karena bersifat disenangi. Dalam memahami

penguatan positif, perlu dibedakan dengan penguatan negatif. Penguatan negatif yakni menghilangkan perbuatan yang biasa dilakukan agar tingkah laku yang tidak diinginkan berkurang dan tingkah laku yang diinginkan meningkat. Penguatan negatif yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki kecil peluangnya untuk diulang. Penguatan dapat bersifat tidak menyenangkan atau tidak memberi dampak pada perubahan tingkah laku tujuan

Konseling kelompok merupakan usaha yang diberikan guru BK dalam suasana kelompok yang memungkinkan terjadinya suasana kelompok yang memiliki komunikasi multi arah dalam pembahasan masalah atau topik. Siswa yang mengikuti kegiatan konseling kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok. Kegiatan ini merupakan tempat pengembangan diri dalam rangka belajar berkomunikasi secara positif dan efektif dalam kelompok kecil.

Layanan konseling kelompok dengan penguatan positif cukup efektif sebagai upaya dalam meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah siswa, karena dalam kegiatan layanan konseling kelompok tersebut, siswa diajak untuk berlatih berinteraksi dengan siswa lain dalam satu kelompok yang didalamnya membahas materi konseling yang disajikan dan guru dapat memantau dengan baik prosesnya. Dari hal tersebut siswa akan memperoleh berbagai pengalaman, pengetahuan dan gagasan. Dari topik itu pula siswa dapat belajar mengembangkan nilai-nilai dan menerapkan langkah-langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok tersebut. Dari aspek guru, guru BK merasa

terbantu dalam proses konseling dan mempermudahnya untuk menilai dan melihat perkembangan kemajuan masing-masing siswa terkait penyesuaian diri.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan reinforcement positif yang diterapkan guru BK ketika melakukan konseling kelompok yaitu:

7. Mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC
 - d. Antecedent (pencetus perilaku)
 - e. Behavior (perilaku yang dipermasalahkan; frekuensi, intensitas, dan durasi)
 - f. Consequence (akibat yang diperoleh dari perilaku tersebut)
8. Memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan
9. Menetapkan data awal, perilaku awal
10. Menentukan reinforcement yang bermakna
11. Menerapkan jadwal pemberian reinforcement
12. Penerapan reinforcement positif.⁴⁹

Terkait dengan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan reinforcement positif yang dilakukan guru BK masih kurang maksimal karena guru BK lebih banyak melakukan konseling kelompok sehingga tahapan-tahapan dan prosedur reinforcement positif banyak terabaikan. Apa yang dilakukan guru BK dalam pelaksanaan layanan

⁴⁹*Ibid.*, h. 163

konseling kelompok memang sudah terlihat kesungguhan, hanya saja kurang ditunjang oleh pengalaman menerapkan teknik reinforcement positif, masih minimnya pemanfaatan dokumentasi dalam proses layanan karena hanya mengandalkan dokumen tertulis berupa materi konseling dan kurang diperkaya dengan dokumen visual atau audiovisual lainnya.



BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerapan reinforcement positif yang dilakukan guru BK masih kurang maksimal karena guru BK lebih banyak melakukan konseling kelompok sehingga tahapan-tahapan dan prosedur reinforcement positif banyak terabaikan. Apa yang dilakukan guru BK dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok memang sudah terlihat kesungguhan, hanya saja kurang ditunjang oleh pengalaman menerapkan teknik reinforcement positif, masih minimnya pemanfaatan dokumentasi dalam proses layanan karena hanya mengandalkan dokumen tertulis berupa materi konseling dan kurang diperkaya dengan dokumen visual atau audiovisual lainnya.

Kesimpulannya yakni penerapan *reinforcement* positif kurang berjalan dengan efektif.

B. Saran-saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di MTs Al-Khairiyah Kaliawi Bandar Lampung adalah:

1. Kepada siswa

Bagi siswa yang menjadi subjek penelitian agar bisa lebih baik lagi sehingga

mampu menyesuaikan diri dengan baik dan mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkannya dalam proses layanan konseling teknik reinforcement positif langsung dan menjadi contoh yang baik bagi teman-temannya yang lainnya.

2. Kepada guru Bimbingan dan Konseling

Bagi guru hendaknya melakukan kegiatan layanan konseling teknik reinforcement positif pada siswa yang lain, sehingga tidak akan ada lagi siswa yang sulit menyesuaikan diri di sekolah.

3. Kepada para peneliti

Kepada para peneliti hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai masalah yang sama tetapi dengan subjek yang usianya berbeda. Serta menyiapkan rencana pelaksanaan penelitian setelah sebelumnya melakukan penelitian pendahuluan terlebih dahulu terhadap masalah yang akan diteliti. Agar lebih mudah menjalankan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bernard, H. W, *Psychology of Learning and Teaching* (2nd ed), McGraw Hill Book Company, New York, 1995
- Daniel Goleman, *Social Intelligence: Ilmu Baru tentang Hubungan Antar-Manusia*, terj. Hartono S. Imam, Gramedia, Jakarta, 2015
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Lembaga Pentahbis Al-Qur'an, Jakarta, 1995
- Dian Ratna Sari, Sari Kusuma, dkk., *Konsep Diri Positif: Menentukan Prestasi Anak*, Kanisius, Yogyakarta, 2006,
- Fred S. Keller, *Learning: Reinforcement Theory*, Random House, New Yor, 1987
- Gantina Komalasari, Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, Indeks, Jakarta, Cet.ke-5, 2016
- Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, terj. Khalifurrahman Fathdan M. Taufik Daamas, Zaman, Jakarta, cet. Ke-XIX, 2015
- Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, Ciputat Press, Jakarta, 2002
- Hurlock, E., *Perkembangan Anak*, Jilid 2, Erlangga, Jakarta, 1999
- Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, terj. Khalifurrahman Fath dan M. Taufik Daamas, Zaman, Jakarta, cet. Ke-XIX, 2015
- Iman Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Sainifik Menuju Kebahagiaan*, Gramedia, Jakarta, 2016
- John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, terj. Almubarok, Kencana, Jakarta, 2013
- Lazarus, Richard S, *Personality and Adjustment*, Englewood Cliffs, Prentice, 1969
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Remaja Rosdakarya, Bandung, 2002
- M. Iqbal Hasan, *Pokok- Pokok Materi Metodologi Penelitiandan Aplikasinya*, Ghalia Indonesia, Jakarta, 1992

- Mohamad Surya, *Mewujudkan Bimbingan dan Konseling Profesional*, Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2008
- Muhammad Ali dan Muhammad Asori, *.Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, Bumi Aksara, Jakarta, 2014
- Munro, Manthi dan Small, *Penyuluhan (Counselling): Suatu Pendekatan Berdasarkan Keterampilan*, Ghalia Indonesia, Jakarta, 1985
- MuhibbinSyah, *Psikologi Belajar*, PT. Raja GrafindoPersada, Jakarta, cet.ke-12, 2012
- RianRokhmadHidayat, NurRahayu, Muwakidah, “Teknik Reinforcement dalam Konseling untuk Penyesuaian Diri Siswa”, *Jurnal Pendidikan Indonesia Edisi IV/Tahun II/2009*
- Sukadji S., *Modifikasi Prilaku: Penerapan Sehari-hari dan Penerapan Profesional*, Liberti, Yogyakarta, 1983
- Sulistiyorini, *Konsep Diri Positif: Menentukan Prestasi Anak*, Kanisius, Yogyakarta, 2006
- Sri Muslihah, “Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Pesta Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat”, *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 10 No. 2, Oktober 2011
- Uget Apayo Uguak, Habibah bt. Elias, Jegak Uli, Turiman Suandi, “Academic Adjustment And Psychological Well-Being Among Student in An International School in Kualalumpur, Malaysia”, *Jurnal Pendidikan* 2006, Universitas Malaya. Diunduh pada 30 September 2016
- Wirna Bin Ary, Tri Rjeki Andayani, dan Dian Ratna Sawitri, “Hubungan Konsep Dii dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas Akselerasi di SMP Negeri 2 dan SMP Pldominico Savio Semarang”, dalam *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 3 No. 1, Maret 2014