

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL  
DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA  
DIDIK SMA NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

**Oleh :**

**ERMAYANTI**

**NPM : 1711080149**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UIN RADEN INTAN LAMPUNG  
1443 H/ 2021 M**

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL  
DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA  
DIDIK SMA NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh :

**ERMAYANTI**

**NPM : 1711080149**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Pembimbing I : Dr.Laila Maharani, M.Pd**

**Pembimbing II: Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UIN RADEN INTAN LAMPUNG  
1443 H/ 2021 M**

## ABSTRAK

### **Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung**

**Oleh:  
Ermayanti**

Bimbingan pribadi sosial sangat penting dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik, guna untuk meminimalisir permasalahan-permasalahan yang terjadi seperti kurang kemampuan dalam membangun kehangatan dan keakraban diantara peserta didik. Peserta didik perlu mempunyai penyesuaian diri yang baik agar dapat diterima dalam lingkungan sosial. Salah satu metode yang dianggap tepat dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik adalah dengan menggunakan bimbingan pribadi sosial, yakni layanan bimbingan yang diberikan kepada peserta didik untuk menemukan dan mengembangkan diri pribadinya sehingga menjadi pribadi yang lebih baik dan bertanggung jawab.

Subjek penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 7 Bandar Lampung. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dimana pengumpulan datanya menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung, Penelitian ini dilakukan pada 16 maret 2021 sampai dengan 20 april 2021.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan guru bk dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik yaitu dengan cara memberikan layanan bimbingan pribadi sosial melalui bimbingan klasikal, layanan konsultasi, layanan konseling idividu dan juga layanan konseling kelompok, guru bk juga melakukan evaluasi kegiatan dan *follow up*.

**Kata kunci:** Penyesuaian diri, Bimbingan pribadi sosial

## ABSTRACT

### **Implementation of Social Personal Guidance Services in Improving Student Adjustment at SMA Negeri 7 Bandar Lampung**

Social personal guidance is very important in improving the adjustment of students, in order to minimize problems that occur such as lack of ability to build warmth and intimacy among students. Students need to have good adjustments to be accepted in the social environment. One method that is considered appropriate in improving students' self-adjustment is to use personal social guidance, namely guidance services provided to students to find and develop themselves so that they become better and responsible individuals.

The subject of this research is the guidance and counseling teacher of SMA Negeri 7 Bandar Lampung. This type of research is a descriptive qualitative research where the data collection uses observation, interviews, and documentation techniques. The purpose of this study was to determine the implementation of personal social guidance services in improving the self-adjustment of students at SMA Negeri 7 Bandar Lampung. This research was conducted on March 16, 2021 to April 20, 2021.

The results of this study indicate that the efforts made by BK teachers in improving students' self-adjustment are by providing personal social guidance services through classical guidance, consulting services, individual counseling services and group counseling services, BK teachers also evaluate activities and follow up.

**Keywords:** Self-adjustment, Social Personal Guidance

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ermayanti

NPM : 1711080149

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di Sma Negeri 7 Bandar Lampung** adalah benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun pengutipan dari karya orang lain kecuali bagian-bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpanan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Bandar Lampung, 19 Oktober 2021

Penulis



Ermayanti  
1711080149



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

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

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI  
SOSIAL DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN  
DIRI PESERTA DIDIK SMA NEGERI 7 BANDAR  
LAMPUNG**

**Nama : Ermayanti  
NPM : 1711080149  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqsyahkan dan dipertahankan  
dalam sidang munaqsyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Dr. Laila Maharani, M.Pd**  
**NIP. 196701151993032001**

**Pembimbing II**

**Defriyanto, S.I.Q., M.Ed**  
**NIP. 197803192008011012**

**Mengetahui,**

**Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Rifda El Fah, M.Pd**  
**NIP. 196706221994032002**



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


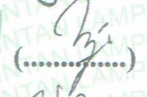

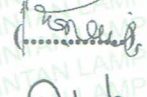

*Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260*

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK SMA NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG**, Disusun oleh **Ermayanti**, NPM 1711080149, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal: Rabu, 01 Desember 2021 Pukul 13.00-15.00 WIB, Tempat: *Virtual Google Meet*.

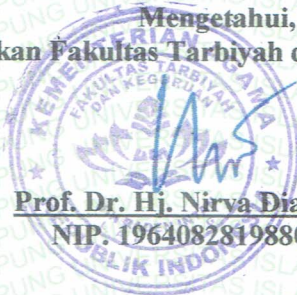
**TIM MUNAQAASYAH**

**Ketua** : **Rahma Diani, M.Pd**  
**Sekretaris** : **Iip Sugiharta, M.Si**  
**Pembahas Utama** : **Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I**  
**Pembahas Pendamping I** : **Dr. Laila Maharani, M.Pd**  
**Pembahas Pendamping II** : **Defriyanto, S.I.Q., M.Ed**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

**Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd**  
**NIP. 196408281988032002**



## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”<sup>1</sup>

(QS. Ali Imran: 139)



---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur‘an dan Terjemahan Al-Hikmah, (Bandung : CV Penerbit Diponegoro 2005)



## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmanirohim*

Teriring doa dan rasa syukur yang teramat dalam karya sederhana namun penuh perjuangan ini dengan segala kerendahan hati sebagai tanda bakti dan rasa cinta yang teramat dalam kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Ibunda tercinta, Alm. Siti Surtini yang telah memberikan seluruh cintanya semasa hidup dan menjadi motivasi penulis agar terus berjuang menjadi sarjana seperti yang beliau inginkan semasa hidup.
2. Pakde budeku, suyono dan sarmila yang selama ini sudah menganggapku seperti anaknya sendiri. Kata terimakasih mungkin tidak akan bisa membayar semuanya maka izinkan penulis mempersembahkan karya kecil ini.
3. Kakak dan adikku tercinta, wiwit novita dan hafiz karunia saghusti dua orang yang sangat berarti dalam hidupku terimakasih karna selalu mendoakan dan menjadi support system dalam perjalanan hidup.
4. Alamamater tercinta UIN Raden Intan Lampung

## **RIWAYAT HIDUP**

Ermayanti, dilahirkan di desa Gunung Timbul, Kecamatan Tumijajar, Kabupaten Tulang Bawang Barat pada tanggal 16 Maret 1999. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan ibu Siti Surtini dan bapak Ahmad Tukin.

Pendidikan penulis diawali dari Pendidikan TK pertiwi 02 Gunung Timbul, lulus pada tahun 2005. Selanjutnya penulis melanjutkan Pendidikan di SDN 02 Gunung Timbul, lulus pada tahun 2011. Selanjutnya penulis melanjutkan Pendidikan di SMPN 02 Tumijajar dan lulus pada tahun 2014. selanjutnya penulis melanjutkan Pendidikan di SMKN 01 Tulang Bawang Tengah lulus pada tahun 2017 selanjutnya penulis melanjutkan Pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung program strata satu (S1) Fakultas Tarbiyan dan Keguruan jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam lulus pada tahun 2021.



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim,*

*Alhamdulillah Rabbil'alamin*, puji syukur kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, dan tak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabatnya termasuk kita selaku umatnya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung”.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mencapai Gelar Sarjana (S.Pd) dalam Ilmu Pendidikan, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidaklah dapat berhasil begitu saja tanpa adanya bimbingan, arahan, dukungan, motivasi dan semangat yang diberikan. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materi sehingga terselesaikannya skripsi ini,

Rasa Hormat dan Terima Kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh Mukri, M.Ag., selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung
2. Dekan fakultas Tarbiyan dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd.
3. Ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
4. Sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling pendidikan ibu Rahma Diani M.Pd.
5. Bapak Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktu dan pemikirannya untuk memberikan bimbingan dan arahnya agar tersusunnya skripsi ini. Dan terimakasih atas banyak pelajaran hidup yang telah diberikan tentang arti berjuang dan sabar.

6. Ibu Dr. Laila Maharani, M.Pd selaku pembimbing I yang telah menyediakan waktu dan pemikirannya untuk memberikan bimbingan dan arahnya agar tersusunnya skripsi ini.
7. Seluruh dosen, staf dan karyawan fakultas Tarbiyan dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Ucapan terimakasih juga penulis ucapkan untuk para dosen yang telah membantu dalam memberikan pencerahan, motivasi, dan menstrasfer ilmu pengetahuannya kepada penulis selama menjadi mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling pendidikan islam UIN Raden Intan Lampung.
9. Ibu lesi angaria, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 7 Bandar Lampung yang telah bersedia membantu saya dalam mendapatkan data untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat terbaikku Fiki Bayu Fernando, yang selalu ada di dalam hari-hari yang aku lewati, terimakasih atas bantuannya selama ini, susah dan senang selama masa perkuliahan yang kita lewati tidak akan pernah terlupakan. Semoga allah membalas semua kebaikanmu selama ini. See you on top and i will miss you-
11. Teman-teman terbaikku Miftahul Janah, Murniati, Yuyun Lestari yang selalu menemani dalam perjalanan masa-masa kuliah. Sukses selalu and i love you guys
12. Teman teman yang aku sayangi, Mita septi juniarti, dwi novita, fika khoirunisa, melsy agustina, ajeng rachma pratiwi.
13. Teman-teman seperjuanganku BKPI angkatan 2017.
14. Keluarga BKPI Kelas C, yang telah memberi warna selama proses perkuliahan serta saling memberi semangat dan motivasi.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan dan menyelesaikan skripsi ini. Semoga atas motivasi, dukungan serta doa dari semua pihak menjadi catatan ibadah disisi Allah SWT. Aamiin.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam skripsi ini yang disebabkan keterbatasan ilmu dan teori penelitian yang penulis kuasai. Oleh karena itu penulis mengharapkan masukan dan kritik yang bersifat membangun untuk skripsi ini. Mudah-mudahan hasil penelitian ini bermanfaat, tidak hanya bagi penulis namun juga pembaca.

Bandar Lampung, 1 Juni 2021  
Penyusun



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang Masalah .....	2
C. Fokus dan Sub fokus Penelitian .....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
G. Penelitian yang Relevan .....	8
H. Metode Penelitian .....	9
I. Sistematika Pembahasan .....	17

### **BAB II LANDASAN TEORI**

A. Layanan Bimbingan Pribadi Sosial .....	19
1. Pengertian Bimbingan Pribadi sosial .....	19
2. Tujuan Bimbingan Pribadi Sosial .....	24
3. Fungsi Bimbingan Pribadi Sosial .....	27
4. Metode Bimbingan Pribadi Sosial .....	28
B. Penyesuaian Diri .....	30
1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	30
2. Proses Penyesuaian Diri .....	33
3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	36
4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri .....	37

**BAB III GAMBARAN UMUM SMA NEGERI 7  
BANDAR LAMPUNG**

A. Gambaran Umum SMA Negeri 7 Bandar Lampung.....	39
1. Sejarah Berdirinya SMAN 7 Bandar Lampung.....	39
2. Identitas Sekolah.....	40
3. Situasi dan Kondisi Sekolah.....	40
4. Keadaan Sarana dan Prasarana Sekolah.....	42
5. Keadaan Guru dan Siswa (3 tahun terakhir).....	43
6. Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa.....	43
7. Visi, Misi dan Tujuan SMAN 7 Bandar Lampung.....	44
B. Deskripsi Data Penelitian.....	46

**BAB IV ANALISIS DATA PENELITIAN**

A. Hasil Penelitian.....	47
B. Temuan Penelitian.....	61

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	64
B. Rekomendasi.....	64

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 data masalah penyesuaian diri peserta didik .....	5
Tabel 1.2 kisi-kisi pedoman observasi .....	12
Tabel 1.3 data dokumentasi .....	14
Tabel 3.1 tanah dan bangunan.....	41
Tabel 3.2 data bangunan dan ruangan.....	41
Tabel 3.3 kegiatan ekstrakurikuler .....	44





## DAFTAR LAMPIRAN

wawancara dengan guru BK .....	71
wawancara dengan peserta didik.....	72
wawancara dengan wali kelas .....	72
pedoman wawancara dengan guru BK.....	73
pedoman wawancara dengan wali kelas .....	73
pedoman wawancara dengan peserta didik.....	74
RPL .....	75
Kisi kisi pedoman observasi .....	87
Surat izin penelitian .....	88
Surat keterangan telah melaksanakan penelitian.....	89
Hasil turnitin .....	90



# BAB I PENDAHULUAN

## A. Penegasan Judul

Penulis mengambil judul **“Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung”**, dimana penulis ingin melihat bagaimana dan seperti apa pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian diri yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling. Untuk menghindari kesalah pahaman dalam memahami maksud dan tujuan serta ruang lingkup maka perlu adanya penegasan atau pembatasan-pembatasan terhadap judul ini, yaitu sebagai berikut:

1. Pelaksanaan

Pelaksanaan menurut KBBI (kamus besar Bahasa Indonesia) adalah proses, usaha atau cara<sup>1</sup>

2. Bimbingan pribadi sosial

Bimbingan pribadi adalah bimbingan yang diberikan kepada individu atau siswa untuk menemukan dan mengembangkan diri dan pribadinya sehingga menjadi pribadi yang baik. Menurut Tohirin bimbingan pribadi bisa dimaknai sebagai “suatu bantuan dari pembimbing kepada terbimbing (individu) agar dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi dalam mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara baik.”<sup>2</sup>

Bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri, mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran waktu luang, serta upaya membantu

---

<sup>1</sup> KBBI Daring, *Pelaksanaan*, 2021

<sup>2</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta:Raja Grafindo Persada, 2011), h. 124

individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan atau pergaulan sosial.<sup>3</sup>

### 3. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal.<sup>4</sup>

### 4. SMA Negeri 7 Bandar Lampung

SMA Negeri 7 Bandar Lampung merupakan sekolah menengah atas yang berdiri berdasarkan SK Mendikbud No. 0558/1984 tertanggal 20 November 1984, dengan alamat: Jl. Teuku Cik Dirito No.2 Kemiling, Bandar Lampung.

Berdasarkan penegasan pengertian diatas, maka dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud “Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung” adalah pelaksanaan layanan bimbingan pribadi yang dilakukan oleh guru BK dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik yang meliputi penyesuaian terhadap lingkungan sekolah dan lingkungan sosial.

## B. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa lepas satu dengan yang lainnya, dalam proses individu bermasyarakat mereka tidak selalu melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dia mau dan apa yang menurut dia baik. Individu yang hidup dilingkungan yang didalamnya terdapat aturan-aturan yang membatasi apa yang dilakukannya atau tingkah lakunya, oleh karna itu individu harus dapat

---

<sup>3</sup> Dani Tohir, “ Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa”, (skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia), h. 13

<sup>4</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*. (Bandung : Remaja Rosda Karya, 2009) h.43

menempatkan diri dan menyesuaikan diri dilingkungan fisik maupun lingkungan sosialnya. Pada adaptasi, bentuk penyesuaian diri yang dilakukan berupa fisik, dimana individu individu akan berusaha menyesuaikan diri dengan masyarakat, sebab tingkah lakunya tidak hanya fisik tapi juga berhubungan langsung dengan masyarakat yang berarti berada dilingkungan sosial yang sudah pasti ada aturan-aturan dan juga norma-norma yang ada dan mengikat setiap individu yang ada didalam lingkungan sosial tersebut.

Pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya, penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin serta menelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup (semiun, 2006).<sup>5</sup>

Menurut Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefinisikan penyesuaian diri dapat ditinjau dari 3 sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri sama dengan adaptasi.<sup>6</sup>

Telaah penyesuaian diri telah tertuang dalam surah Al-Isra ayat 15

---

<sup>5</sup> Oki Tri Handoko "Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru" Jurnal Fakultas Psikologi Vol.1, No 2, 2013. h.80

<sup>6</sup> Ali, M. Asrori, M. Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik. (Jakarta: Bumi Aksara 2006) h. 173

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا  
 وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ﴿٥٧﴾

Artinya : “Barangsiapa berbuat sesuai dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) itu bagi dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, tetapi Kami tidak akan menyiksa sebelum Kami mengutus seorang rasul”<sup>7</sup>

Permasalahan tentang penyesuaian dan keterkaitannya dengan pola asuh telah banyak disoroti oleh peneliti, sebagaimana Maretiana dalam penelitiannya yang berjudul hubungan perilaku lekat dengan penyesuaian sosial anak telah menemukan bahwasanya perilaku sangat berpengaruh dengan lingkungan sosial anak mempunyai korelasi yang signifikan yang artinya ada hubungan yang signifikan.<sup>8</sup>

Selama proses pembinaan, Pendidikan disekolah biasanya terjadi interaksi antara sesama anak siswa, dan antar anak-anak siswa dengan para pendidik. Proses interaksi itu dalam kenyataannya bukan hanya memiliki aspek sosiologis yang sangat positif, akan tetapi juga membawa akibat lain yang memberi dorongan bagi siswa didik untuk menjadi nakal (*delinquency*).<sup>9</sup>

Menurut Schneiders indikator penyesuaian diri di sekolah diantaranya yaitu :

- 1) Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah.
- 2) Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur unsur sekolah.
- 3) Mau menerima tanggung jawab.
- 4) Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

<sup>7</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur’an dan Terjemahan Al-Hikmah, (Bandung : CV Penerbit Diponegoro 2005)

<sup>8</sup> Maretiana, A. *Hubungan perilaku lekat dengan penyesuaian sosial anak*, Jurnal Psikodinamika. (vol.3 no.2,2001) h.5

<sup>9</sup> (www.masbied.com) diakses 20 oktober 2020

Berkaitan dengan hal tersebut maka sekolah sebagai tempat pendidikan anak-anak dapat pula menjadi sumber terjadinya konflik-konflik kejiwaan sehingga memudahkan anak-anak menjadi nakal (*delinquency*).

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan di SMA Negeri 7 Bandar Lampung terdapat beberapa peserta didik yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara dengan guru BK terkait indikator penyesuaian diri yaitu : mau menerima dan menghormati otoritas sekolah, membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah, mau menerima tanggung jawab, membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan. Dari indikator penyesuaian diri yang dituangkan kedalam wawancara dengan guru BK didapatkan hasil 4 peserta didik yang memiliki penyesuaian diri yang rendah sebagai berikut :

**Table 1.1**  
**Data Masalah Penyesuaian Diri Peserta Didik**

No	Nama	Masalah penyesuaian diri
1	NS	Tidak Mampu Mengeluarkan Pendapat Ketika Ada Diskusi Di Dalam Kelas
2	YN	Tidak Mampu Berinteraksi Secara Baik Dengan Guru
3	LA	Tidak Mampu Bergaul Dengan Teman-Temannya Disekolah Maupun Diluar Lingkungan Sekolah (Sering Menyendiri)
4	AR	Sering Membolos Dan Tidak Mengerjakan Tugas

Sumber : Dokumentasi guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

Menurut hasil wawancara dengan ibu Lesi Anggaria, S.pd yang merupakan salah satu guru BK di SMA Negeri 7 Bandar Lampung, dikatakan bahwa

*“terdapat beberapa peserta didik yang dirasa kurang dalam penyesuaian diri contohnya 1)peserta didik tidak mampu mengeluarkan pendapat ketika ada diskusi di dalam kelas, 2)peserta didik tidak mampu berinteraksi secara baik dengan guru, 3)peserta didik tidak mampu bergaul dengan teman-temannya disekolah maupun diluar lingkungan sekolah (sering menyendiri), 4) peserta didik sering membolos dan tidak mengerjakan tugas. Identifikasi masalah peserta didik ini didapat berdasarkan hasil pengamatan dan informasi dari beberapa pihak seperti wali kelas, guru bidang study dan juga siswa itu sendiri, setelah itu guru bk akan mengambil tindakan untuk melakukan layanan bimbingan konseling”.*<sup>10</sup>

Peran bimbingan dan konseling tidak hanya mencakup pada bidang akademik tetapi juga bidang bimbingan pribadi, sosial, intelektual dan pemberian nilai. Dengan adanya bimbingan konseling maka Pendidikan tidak hanya akan menciptakan manusia yang berorientasi pada nilai akademik, melainkan menjadi manusia yang memiliki kepribadian dan hubungan sosial yang baik. Peserta didik adalah manusia yang berpotensi yang layak dikembangkan untuk mencapai kemandirian, kreativitas. Karena itu diperlukan sistem Pendidikan yang kondusif agar segala aspek potensial dalam diri peserta didik berkembang secara optimal.<sup>11</sup>

Dengan memperhatikan latar belakang diatas, maka penulis terdorong untuk meneliti tentang **“Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung”**.

### **C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah: “Pelaksanaan

---

<sup>10</sup> Wawancara dengan ibu Lesi Anggaria S.Pd, guru BK SMA Negeri 7 Bandar Lampung,

<sup>11</sup> Sofyan S Willis, *Konseling Individu*, (Bandung, Alfabeta, 2011) h.25

layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung?.

Sedangkan sub fokus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial melalui layanan klasikal
2. Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial melalui layanan konsultasi
3. Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial melalui layanan konseling individu
4. Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial melalui layanan bimbingan kelompok
5. Melihat evaluasi kegiatan, dan follow up.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, fokus masalah, dan pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Dapat menjadi bahan pertimbangan atau bahan masukan bagi pihak sekolah atau lembaga-lembaga Pendidikan pada umumnya dan khususnya bagi guru



bimbingan dan konseling yang menyangkut tentang bimbingan pribadi sosial dalam mengembangkan penyesuaian diri.

## 2. Manfaat Praktis

Dapat menambah wawasan peneliti dalam bidang bimbingan dan konseling terutama yang menyangkut bimbingan pribadi sosial dalam mengembangkan penyesuaian diri.

## G. Kajian Penelitian yang Terdahulu yang Relevan

Terdapat beberapa karya ilmiah yang membahas tentang penyesuaian diri pada peserta didik diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Jurnal psikologi pendidikan dan konseling yang berjudul “Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Mengembangkan perilaku moral siswa” didalam jurnal ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen dan desain non-equivalent control group design terhadap siswa kelas VIII SMPN Bandung tahun ajaran 2017/2018.<sup>12</sup>
2. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam yang berjudul “Konsep Bimbingan Pribadi-Sosial dalam Mengembangkan Sikap Positif Siswa” jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pustaka yang memiliki sifat penelitian kualitatif deskriptif yang berkeinginan mendapatkan data analisis tentang bimbingan pribadi sosial dalam upaya pembentukan mental positif.<sup>13</sup>
3. Penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Darusalam Banda Aceh tahun 2017 bernama Fardhalina dengan judul Penelitian ‘Bimbingan Pribadi Dalam Mengembangkan Konsep Diri

---

<sup>12</sup> Mamat supriatna “Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Mengembangkan perilaku moral siswa”, jurnal psikologi pendidikan dan konseling, vol.4 No.1(Juni 2018) h.54-62

<sup>13</sup> Sulfikar “Konsep Bimbingan Pribadi-Sosial dalam Mengembangkan Sikap Positif Siswa Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, vol.3 No.2 (November 2019) h.155-166”

Siswa Di Siswa Smpn 2 Banda Aceh''. Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik rancangan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang menggunakan pendekatan naturalistic untuk mencari dan menemukan pengertian dan pemahaman tentang fenomena dalam suatu latar yang berkonteks khusus.

4. Penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2019 bernama Ayundari dengan judul penelitian "pengaruh layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas ix b mts al khairiyah natar lampung selatan tahun pelajaran 2019/2020" dalam penelitian ini dibuktikan bimbingan pribadi sosial mampu untuk mengatasi rasa percaya diri siswa.
5. Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Megita Destriana, Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri peserta didik kelas VIII di Mts N 2 Bandar Lampung, dalam hasil penelitian ini menemukan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat di gunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII D dari hasil hipotesis maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII D MtsN 2 Bandar Lampung.

Dari beberapa penelitian sebelumnya diatas dapat diketahui, bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini memang berbeda dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan ini terletak pada jenis penelitian dan variable yang diteliti oleh peneliti.

#### **H. Metode Penelitian**

Untuk mendukung proses penelitian ini, maka digunakanlah metode penelitian. Metode penelitian pada

dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>14</sup>

### 1. Pendekatan dan prosedur penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Jhon W. Creswell, Penelitian kualitatif tersebut merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna-makna yang di peroleh dari sejumlah individu atau sekelompok yang di anggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif tersebut melibatkan upaya-upaya penting, seperti mengajukan pertanyaan yang spesifik, mengumpulkan data yang spesifik dari para partisipan menganalisis data secara induktif mulai dari tema-tema yang khusus ke tema-tema yang umum, dan menafsirkan makna data. Pendekatan-pendekatan di dalam penelitian kualitatif memiliki prosedur yang lengkap dan jelas yaitu sebagai berikut.<sup>15</sup>

- a. Etnografi merupakan salah satu strategi penelitian yang didalamnya peneliti menyelidiki suatu kelompok buya yang ada di lingkungan yang alamiah dalam priode waktu yang cukup lama dalam pengumpulan data utama, observasi, dan data wawancara.
- b. *Grounded theory* merupakan strategi penelitian yang didalamnya peneliti memproduksi teori umum dan abstrak dari suatu proses, aksi, atau interaksi tertentu yang berasal dari pandangan-pandangan partisipan.
- c. Studi kasus merupakan strategi penelitian di mana di dalamnya peneliti menyelidiki secara cermat suatu program, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu.

---

<sup>14</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2010), h.2

<sup>15</sup>Jhon W. Creswell, *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuanti Dan Mixed, Edisi Ketiga* (Yogyakarta: pustaka belajar, 2013). H.4.

- d. Fenomenologi merupakan strategi penelitian di mana di dalamnya peneliti menyelidiki secara hakikat pengalaman manusia tentang suatu fenomena tertentu.
- e. Naratif merupakan strategi penelitian di mana di dalamnya peneliti menyelidiki kehidupan individu-individu dan meminta seorang atau sekelompok individu untuk menceritakan kehidupan mereka.

## 2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus (*case study*). Studi kasus merupakan strategi penelitian di mana di dalamnya peneliti menyelidiki secara cermat suatu program, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu. Kasus-kasus di batasi oleh waktu dan aktivitas, dan peneliti mengumpulkan informasi secara lengkap dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data berdasarkan waktu yang telah ditentukan.<sup>16</sup>

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti hanya menggambarkan, menguraikan, atau melaporkan fenomena atau kenyataan- kenyataan yang fokus pada pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

## 3. Partisipan dan Lokasi Penelitian

### a. Partisipan

Partisipan penelitian ini adalah guru BK SMA Negeri 7 Bandar Lampung, wali kelas XI Ips dan juga peserta didik kelas XI SMA Negeri 7 Bandar Lampung,

### b. Lokasi penelitian

Penelitian dengan judul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMA Negeri 7

---

<sup>16</sup> Ibid.

Bandar Lampung” dilaksanakan di SMA Negeri 7 Bandar Lampung yang terletak di Jl. Teuku Cik Dirito No.2 kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung.

#### 4. Teknik pengumpulan data

Menurut Jhon, Creswell, di dalam pengumpulan data penelitian kualitatif dapat menggunakan strategi yaitu observasi, wawancara, dokumentasi, dan materi audio dan visual.<sup>17</sup>

Berdasarkan teknik pengumpulan data tersebut, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

##### a. Observasi

Observasi kualitatif merupakan observasi yang didalamnya peneliti langsung turun ke lapangan untuk mengamati perilaku dan aktivitas individu-individu di lokasi penelitian. Dalam pengamatan ini, peneliti merekam atau mencatat baik dengan cara terstruktur maupun semistruktur aktivitas-aktivitas dalam lokasi penelitian. Adapun hal yang akan diobservasi dalam penelitian ini adalah terkait pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

**Tabel 1.2**  
**Kisi-kisi Pedoman Observasi**

No	Subjek Penelitian	Aspek	Sasaran
1	Peserta didik	Bentuk-bentuk penyesuaian diri di lingkungan sosial	Peserta didik yang kesulitan dalam penyesuaian diri di

<sup>17</sup> Ibid.

			lingkungan sosial
2	Guru BK	Pelaksanaan BK pribadi sosial Dan bentuk-bentuk penyesuaian diri peserta didik di lingkungan sosial	Mengungkap peserta didik yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri di lingkungan sosial

- 1) Observasi ketersediaan program dan fasilitas sarana dan prasarana bimbingan dan konseling.
- 2) Observasi pelaksanaan bimbingan dan konseling pribadi sosial.

b. Wawancara

Wawancara kualitatif, peneliti dapat melakukan *face to face interview* dengan partisipan mewawancarai mereka dengan telepon, atau dengan bertemu secara langsung.

Wawancara-wawancara seperti ini tentu saja memerlukan pertanyaan-pertanyaan secara umum tidak terstruktur dan bersifat terbuka yang di rancang untuk memunculkan pandangan dan opini dari partisipan. Wawancara ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh gambaran dari responden terkait pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan penyesuaian peserta didik di SMA Negeri 7 Bandar Lampung.

c. Dokumentasi

Dokumentasi, dari asal kata dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dalam pelaksanaan

metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya.<sup>18</sup>

Melalui metode dokumentasi, peneliti gunakan untuk menggali data berupa dokumen terkait proses bimbingan pribadi dan sosial, di antaranya: study kasus, dokumen penilaian, jadwal bimbingan, sarana dan prasarana, foto-foto dokumenter, dan sebagainya.

Adapun dokumen yang diperoleh dari hasil penelitian adalah sebagai berikut :

**Table 1.3**  
**Data Dokumentasi**

No	Dokumen	Sumber
1	Absensi peserta didik	Wali kelas
2	Buku layanan konseling	Guru BK

## 5. Prosedur analisis data

Analisis data merupakan proses berkelanjutan yang membutuhkan refleksi terusmenerus terhadap data, mengajukan pertanyaan-pertanyaan analitis, dan menulis catatan singkat sepanjang penelitian.<sup>19</sup>

Dalam menganalisis data, terdapat langkah-langkah yaitu sebagai berikut ini:

- a. Mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis. Langkah ini melibatkan transkripsi wawancara, men-scanning materi, mengetik data lapangan, atau memilih-milah dan menyusun data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung pada sumber informasi.
- b. Membaca keseluruhan data. Langkah pertama adalah membangun general sense atas informasi yang

<sup>18</sup> Ibid h.149.

<sup>19</sup> John W. Creswell “ Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed” Edisi ke-3, (Yogyakarta :Pustaka Belajar, 2013)

diperoleh dan merefleksikan maknanya secara keseluruhan.

- c. Menganalisis lebih detail dengan meng-coding data. Coding merupakan proses mengolah materi/informasi menjadi segmen-segmen tulisan sebelum memaknainya. Dalam coding ini, penulis mengkombinasikan kode-kode yang telah ditemukan sebelumnya (predetermined code) dan membuat kode-kode berdasarkan informasi yang muncul dengan sendirinya (emerging code). Sehingga proses coding dalam penelitian ini adalah dengan men-fitkan kode-kode yang muncul selama proses analisis data dengan data penelitian.
- d. Menerapkan proses coding untuk mendeskripsikan setting, orang-orang, ketegorikategori, dan tema-tema yang dianalisis. Pada langkah ini, penulis membuat kodekode untuk mendeskripsikan semua informasi, lalu menganalisisnya. Tema-tema inilah yang kemudian dijadikan judul dalam bagian hasil penelitian.
- e. Menunjukkan bagaimana deskripsi dan tema-tema ini akan disajikan kembali dalam narasi/laporan kualitatif. Pendekatan naratif ini bisa meliputi pembahasan tentang kronologis peristiwa, tema-tema tertentu, atau tentang keterhubungan antar tema.
- f. Langkah terakhir adalah dengan menginterpretasi atau memaknai data. Langkah ini akan membantu penulis dalam mengungkap esensi dari suatu gagasan. Interpretasi juga bisa berupa makna yang berasal dari perbandingan antara hasil penelitian dengan informasi yang berasal dari literatur atau teori.

## 6. Pemeriksaan Keabsahan Data

### 1. Reliabilitas

Reliabilitas kualitatif mengindikasikan bahwa pendekatan yang digunakan peneliti



konsisten jika diterapkan oleh peneliti-peneliti lain (dan) untuk proyekproyek yang berbeda. Gibbs sebagaimana yang dikutip oleh Creswell memiliki sejumlah prosedur reliabilitas sebagai berikut :

- 1) Mengecek hasil transkrip untuk memastikan tidak adanya kesalahan yang dibuat selama transkrip.
- 2) Memastikan tidak ada definisi dan makna yang mengambang mengenai kodekode selama proses coding. Hal ini dapat dilakukan dengan terus membandingkan data dengan kode-kode atau dengan menulis catatan tentang kode-kode dan definisi-definisinya.
- 3) Untuk penellitian yang berbentuk tim, mendiskusikan kode-kode bersama partner satu tim dalam pertemuan rutin sharing analisis.
- 4) Melakukan cross-check dan membandingkan kode-kode yang dibuat oleh peneliti lain dengan kode-kode yang telah dibuat sendiri.<sup>20</sup>

## 2. Validasi

Validitas merupakan upaya pemeriksaan terhadap akurasi hasil penelitian dengan menerapkan prosedur-prosedur tertentu.

- 1) Mentriangulasi (triangulate) sumber-sumber data yang berbeda dengan memeriksa bukti-bukti yang berasal dari sumber-sumber tersebut dan menggunakannya untuk membangun justifikasi tema-tema secara koheren. Tema-tema yang dibangun berdasarkan sejumlah sumber data atau

---

<sup>20</sup> Ibid., h.285

perspektif dari partisipan akan menambah validitas penelitian.

- 2) Menerapkan member cheking untuk mengetahui akurasi hasil penelitian. Member cheking ini dapat dilakukan dengan membawa kembali laporan akhir atau deskripsi-deskripsi atau tema-tema spesifik ke hadapn partisipan untuk mengecek apakah mereka merasa bahwa laporan/deskripsi/tema tersebut sudah akurat.
- 3) Membuat deskripsi yang kaya dan padat (rich and thick description) tentang hasil penelitian.
- 4) Mengklarifikasi bias yang mungkin dibawa peneliti ke dalam penelitian. Dengan melakukan refleksi diri terhadap kemungkinan munculnya bias dalam penelitian, peneliti akan mampu membuat narasi yang terbuka dan jujur yang akan dirasakan oleh pembaca.
- 5) Menyajikan informasi “yang berbeda” atau “negatif” (negative or discrepant information) yang dapat memberikan perlawanan pada tema-tema tertentu.
- 6) Memanfaatkan waktu yang relatif lama (prolonged time) di lapangan atau lokasi penelitian.
- 7) Melakukan tanya jawab dengan sesama rekan peneliti (peer de-briefing) untuk meningkatkan keakuratan hasil penelitian.
- 8) Mengajak seorang auditor (external auditor) untuk mereview keseluruhan proyek penelitian.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Ibid., h.288

## 7. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini disusun menjadi lima bab, Adapun sistematika pembahasannya adalah sebagai berikut :

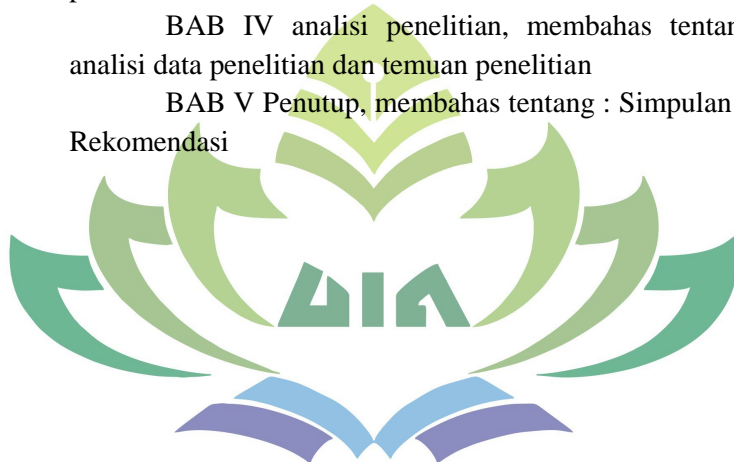
BAB I Pendahuluan, membahas tentang : penegasan judul, latar belakang masalah, fokus masalah dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan (Study Pustaka)

BAB II landasan teori, membahas tentang : bimbingan pribadi sosial, penyesuaian diri,

BAB III Deskripsi objek penelitian, membahas tentang : gambaran umum objek dan deskripsi data penelitian

BAB IV analisis penelitian, membahas tentang : analisis data penelitian dan temuan penelitian

BAB V Penutup, membahas tentang : Simpulan dan Rekomendasi



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Layanan Bimbingan Pribadi Sosial**

##### **1. Pengertian Bimbingan Pribadi Sosial**

Secara harfiah, istilah Bimbingan berasal dari bahasa Inggris, yaitu “guidance”. Guidance dapat diartikan sebagai bimbingan, bantuan pimpinan, arahan, pedoman, petunjuk. Guidance sendiri berasal dari kata “(to) guide” yang berarti menuntun, mempedomani, menjadi petunjuk jalan, mengemudikan. Adapun pembahasan dalam buku ini kata guidance dipergunakan untuk pengertian bimbingan atau bantuan.<sup>22</sup> Secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu atau kelompok tersebut dapat memahami dirinya sendiri sehingga ia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupannya. Pakar psikologi berpendapat bahwa, pengertian bimbingan adalah sebagai berikut:

- a. Crow dan Crow berpendapat bahwa, guidance dapat diartikan sebagai yang diberikan oleh seseorang baik pria maupun wanita, yang memiliki pribadi yang baik dan pendidikan yang memadai, kepada seseorang individu dari setiap usia untuk menolong dalam mengemudikan kegiatan-kegiatan hidupnya sendirian, membuat pilihannya sendiri dan memikul bebannya sendiri;
- b. Tohari Musnamar mengutip Athur Jones mendefinisikan bimbingan sebagai: “... pertolongan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain

---

<sup>22</sup> Rifda El Fiah, Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, (yogyakarta: IDEA Press, 2014), h. 1

dalam hal membuat pilihan, penyesuaian diri dan pemecahan berbagai problem. Tujuannya agar yang dibantu tersebut dapat tambah dalam kemandirian dan kemampuan bertanggung jawab bagi dirinya sendiri”.

- c. Furqon mengemukakan bahwa bimbingan sebagai bagian dari aspek pendidikan yang berfokus pada upaya membantu individu memenuhi kebutuhan, memahami potensi, dan mengembangkan tujuan kehidupan. Bimbingan adalah bantuan dari seorang profesional untuk membantu perkembangan individu.<sup>23</sup>

Dari pendapat para ahli di atas bahwa bimbingan adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu atau sekelompok individu untuk memecahkan kesulitan-kesulitan agar mereka dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan menjadi pribadi yang mandiri, yang mencakup pokok diri sendiri dan lingkungan. Sedangkan konseling adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu dengan tatap muka melalui wawancara untuk memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi individu oleh seorang pekerja yang profesional atau terlatih.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada klien dalam memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi agar klien dapat mandiri, mengembangkan kemampuan dirinya sendiri maupun lingkungannya.<sup>24</sup> Dalam bimbingan dan konseling terdapat empat bidang diantaranya bidang pribadi, bidang sosial, bidang belajar, bidang karir, dan bidang pribadi-sosial. Maka

---

<sup>23</sup> Ibid. h.5

<sup>24</sup> Winarsih, “Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017” (Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung, 2017), h.17

dalam penelitian ini terfokus pada bidang layanan bimbingan pribadi-sosial.

Menurut Prayitno, Bimbingan adalah sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik. Seperti firman Allah dalam Al-qur'an surah An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ  
بِأَلَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ  
وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya : “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”. (An-Nahl : 125)<sup>25</sup>

Dari pengertian di atas, dapat diketahui bahwa Bimbingan adalah Suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang yang ahli, yang dimaksudkan agar individu dapat memahami dirinya, lingkungan serta dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat.

Bimbingan Pribadi merupakan upaya untuk membantu individu dalam menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa

<sup>25</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahan Al-Hikmah, (Bandung : CV Penerbit Diponegoro 2005)

kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani. Sementara bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu dalam mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi dengan budi pekerti luhur dan tanggung jawab. Menurut Yusuf Bimbingan Pribadi-Sosial berarti upaya untuk membantu individu dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri sebagai upaya untuk mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang dan sebagainya, serta upaya untuk membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan (pergaulan sosial).<sup>26</sup>

Pada dasarnya, bimbingan tidak hanya berfungsi untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi individu (kuratif), melainkan memiliki fungsi lain yaitu sebagai upaya pencegahan (preventif) dan pengembangan (developmental). Lynn Bullar dalam Syamsul Yusuf mengungkapkan bahwa untuk melakukan reformasi (Pembaharuan) program bimbingan dan konseling secara tepat maka layanan-layanannya harus diintegrasikan kedalam program-program yang berorientasi pengembangan, yang membantu para peserta didik mengembangkan dan memperaktekkan kompetensi-kompetensinya.

Syamsul yusuf dan Juntika Nurihsan merumuskan bimbingan pribadi-sosial sebagai suatu upaya membantu individu dalam memecahkan masalah yang berhubungan dengan keadaan psikologis dan sosial klien, sehingga individu memantapkan kepribadiannya dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> Sulistiyarini, mohammad jauhar, Dasar-dasar Konseling, (Jakarta: Prestasi pustakaraya, 2014), h. 175

<sup>27</sup> Ibid, h.176

Bimbingan pribadi sosial juga sebagai upaya pengembangan kemampuan peserta didik untuk menghadapi dan mengatasi masalah-masalah pribadi-sosial dengan cara menciptakan lingkungan yang interaksi pendidikan yang kondusif, pengembangan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta dengan pengembangan kemampuan pribadi-sosial.

Bimbingan pribadi-sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan anak dalam menangani-menangani masalah dirinya. Bimbingan ini diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaktif pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta keterampilan pribadi-sosial yang tepat.

Menurut Syaodih Bimbingan pribadi-sosial dimaksudkan untuk mencapai tujuan tugas perkembangan pribadi-sosial anak dalam mewujudkan pribadi yang mampu menyesuaikan diri dan bersosialisasi dengan lingkungannya secara baik.<sup>28</sup>

Winkel menyatakan bahwa bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri, mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran waktu luang, serta upaya membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan atau pergaulan sosial.<sup>29</sup>

Ruang lingkup pendidikan di sekolah, bimbingan tidak lagi peruntukkan kepada siapa saja, melainkan lebih dibatasi dengan batasan lingkup sekolah. Fokus pada bimbingan di lingkungan adalah peserta didik

---

<sup>28</sup> Suharni, Beny Dwi Pratama, "Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi sosial dalam menumbuhkan perilaku Prosocial anak Usia dini" (jurnal : program Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun), h. 33

<sup>29</sup> Dani Tohir, " Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa", (skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia), h. 13



dalam sekolah yang dilakukan oleh orang-orang dewasa yang relatif matang (guru atau konselor), dengan harapan peserta didik dapat berkembang maksimal mencapai dewasa dan matang, sehingga dia lebih berdaya guna bagi diri dan lingkungan sekitarnya. Bimbingan pribadi-sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh individu. Mengacu pada pendapat para ahli di atas dinyatakan bahwa bimbingan pribadi-sosial merupakan usaha bimbingan dalam membantu menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah yang dialami peserta didik baik pribadi maupun sosial dan mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap yang positif sehingga mampu membina hubungan yang harmonis di lingkungannya.

## **2. Tujuan Bimbingan Pribadi Sosial**

Syamsu Yusuf, secara rinci menyebutkan tujuan yang ingin dicapai dari layanan bimbingan pribadi-sosial adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan yang maha esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah, tempat kerja maupun masyarakat pada umumnya;
- b. Memiliki sifat toleransi terhadap umat beragama lain dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajibannya masing-masing;
- c. Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fruktatif antara yang menyenangkan dan tidak menyenangkan serta mampu meresponnya

- secara positif sesuai dengan ajaran agama yang di anutnya;
- d. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan baik fisik maupun psikis;
  - e. Memiliki sifat yang positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain;
  - f. Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat;
  - g. Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat dan harga dirinya;
  - h. Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibannya;
  - i. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (human relationship) yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia;
  - j. Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal maupun dengan orang lain; dan
  - k. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.<sup>30</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa tujuan dari layanan bimbingan pribadi-sosial adalah membantu peserta didik untuk dapat mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mampu memahami dan menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, bersikap respek terhadap sesama dan diri sendiri, mengambil keputusan secara efektif, memiliki rasa tanggung jawab, memiliki kemampuan berinteraksi sosial dan dapat menyelesaikan konflik pribadi maupun sosial.

---

<sup>30</sup> Ibid, h.177

Inti dari pendapat ahli akan tujuan yang ingin dicapai dari bimbingan pribadi-sosial adalah membantu individu atau peserta didik agar mampu menerima dan memahami dirinya sendiri serta lingkungan sekitarnya, sehingga peserta didik dapat menyelesaikan masalah pribadi dan sosial yang dihadapi. Berkaitan dengan pribadi-sosial hendaknya seorang konselor mengusahakan beberapa hal berikut demi pendampingan kepada para peserta didiknya:

- a. Mengetahui diri, keluarga, teman, dan orang lain;
- b. Masalah pergaulan, hubungan dengan keluarga dan teman;
- c. Menyelesaikan konflik dengan orang tua, teman, dan diri;
- d. Penyesuaian diri dengan lingkungan;
- e. Masalah perkembangan diri, intelektual, sosial, emosional, dan spiritual;
- f. Memotivasi diri, mengendalikan diri, menghargai orang lain, percaya diri;
- g. Nilai-nilai hidup kebersamaan, keadilan, kejujuran, kesetiaan, cinta kasih, tanggung jawab, kedisiplinan, ketekunan, kebersihan; dan
- h. Mengatasi rasa malu, rasa minder, dan rasa takut berlebihan.<sup>31</sup>

### **3. Fungsi Bimbingan Pribadi Sosial**

Fungsi bimbingan pribadi-sosial sebagai berikut:

- a. Perubahan menuju pertumbuhan. Pada bimbingan pribadi-sosial, konselor secara berkesinambungan memfasilitasi individu agar mampu menjadi agen perubahan (agen of change) bagi dirinya dan lingkungannya. Konselor juga berusaha membantu individu sedemikian rupa sehingga individu mampu menggunakan segala sumberdaya yang dimilikinya untuk berubah;

---

<sup>31</sup> Winarsih, "Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017" (Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung, 2017), h. 21

- b. Pemahaman diri secara penuh dan utuh. Individu mahami kelemahan dan kekuatan yang ada dalam dirinya, serta kesempatan dan tantangan yang ada diluar dirinya. Pada dasarnya melalui bimbingan pribadisosial diharapkan individu tidak memiliki kepribadian yang terpecah lagi dan mampu mengintegrasikan diri dalam segala aspek kehidupan secara utuh, selaras, serasi dan seimbang;
- c. Belajar berkomunikasi yang lebih sehat. Bimbingan pribadi sosial dapat berfungsi sebagai media pelatihan bagi individu untuk berkomunikasi secara lebih sehat dengan lingkungannya;
- d. Berlatih tingkah laku baru yang lebih sehat. Bimbingan pribadi sosial digunakan sebagai media untuk menciptakan dan berlatih perilaku baru yang lebih sehat;
- e. Belajar mengungkapkan diri secara penuh dan utuh. Melalui bimbingan pribadi sosial diharapkan individu dapat dengan spontan, kreatif, dan efektif dalam mengungkapkan perasaan, keinginan, dan inspirasinya;
- f. Individu mampu bertahan. Melalui bimbingan pribadi sosial diharapkan individu dapat bertahan dengan keadaan masa kini, dapat menerima keadaan dengan lapang dada, dan mengatur kembali kehidupannya dengan kondisi yang baru.<sup>32</sup>

Dari pelajaran di atas bahwa fungsi bimbingan pribadi-sosial adalah agar individu mampu memahami, menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya serta mampu mengadakan perubahan-perubahan positif pada diri individu itu sendiri dan dapat menyelesaikan permasalahan secara baik. Pada hakekatnya kompetensi pribadi-sosial banyak dirumuskan secara berbeda, intrapersonal dan interpersonal, self-knowledge, interpersonal skill, dan atau personal and social skills.

---

<sup>32</sup> Sulistiyarini, *ibid.* h. 179

Ketiga rumusan tersebut pada hakekatnya memiliki maksud dan pengertian yang relatif sama, yaitu menggambarkan antara kompetensi pribadi-sosial yang terkait dengan orang lain atau lingkungannya yang didasari dengan adanya komitmen transcendent, yaitu dengan terciptanya. Kedua realasi intra dan inter pribadi-sosial merupakan suatu kesatuan yang secara fungsional sulit dipisahkan, sehingga kedua kecakapan dipandang lebih fungsional dan bermakna, manakala disatukan.

#### 4. Metode Bimbingan Pribadi Sosial

Metode adalah suatu kerangka kerja dan dasar-dasar pemikiran yang menggunakan cara-cara khusus untuk menuju suatu tujuan. Sedangkan teknik merupakan penerapan suatu metode dalam praktek.<sup>33</sup> Berikut ini konsep metode bimbingan dan konseling menurut Ainur Rahim Faqih yang dapat dijadikan rujukan dalam menjelaskan metode bimbingan pribadi sosial, karena bimbingan pribadi-sosial merupakan bagian atau bidang dari bimbingan dan konseling. Konsep tersebut sebagai berikut:

##### a. Metode Langsung

Metode langsung atau metode komunikasi secara langsung adalah metode dimana pembimbing secara individual dengan pihak yang dibimbing. Adapun teknik digunakan yaitu:

1. Metode Individual: Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbing. Adapun teknik yang digunakan yaitu:
  - a) Percakapan pribadi, yaitu pembimbing melakukan dialog langsung secara tatap muka dengan pihak yang dibimbing.

---

<sup>33</sup> Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling*, h.53-55

b) Kunjungan rumah (home visit), yaitu pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya dan orang tuanya tetapi dilaksanakan dirumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan kehidupan sosial klien di lingkungan rumah.

2. Metode Kelompok: Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara berkelompok dan dapat dilakukan dengan teknik-teknik sebagai berikut.

a) Diskusi kelompok, yaitu pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama;

b) Karya wisata, yaitu bimbingan atau konseling yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajaran karya wisata sebagai forumnya;

c) Sosiodrama (role playing), yaitu bimbingan pribadi yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah;

d) Group teaching, yaitu pemberian bimbingan dengan memberikan materi yang sesuai dengan topik bimbingan kepada kelompok yang telah disiapkan;

b. Metode tidak langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan yang dilakukan melalui media masa dan dapat dilakukan secara individual maupun kelompok. Metode individual meliputi surat menyurat dan telepon, sedangkan metode kelompok meliputi papan bimbingan, surat kabar atau majalah, brosur, radio, dan televisi. Metode dan teknik yang

digunakan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling tergantung pada masalah yang dihadapi, tujuan penyelesaian masalah, keadaan yang dibimbing atau klien, kemampuan pembimbing atau konselor mempergunakan metode dan teknik, sarana dan prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi sekitar, organisasi dan administrasi layanan bimbingan dan konseling serta biaya yang tersedia.<sup>34</sup>

## B. Penyesuaian Diri

### 1. Pengertian Penyesuaian Diri

Sudah menjadi kodratnya manusia sebagai makhluk sosialis berinteraksi dengan lingkungannya. Beradaptasi dengan lingkungan, manusia melibatkan kecerdasan dalam sosial, kognitif, dan emosional. Namun, berbeda halnya dengan manusia yang memiliki hambatan dalam melakukan interaksi dengan lingkungannya. Hambatan—sangat mempengaruhi kehidupan sosial manusia tersebut dengan lingkungan sekitarnya. Manusia supaya dapat melakukan interaksi harus melakukan penyesuaian diri, dengan keinginan sendiri dan bantuan orang sekitarnya.

Pengertian penyesuaian diri berasal dari pengertian yang didasarkan pada ilmu Biologi, yaitu dikemukakan oleh Charles Darwin yang terkenal dengan teori evolusi. Ia mengatakan “*genetic Changes can improve the ability of organism to survive, reproduce, and in animals, raise offspring this process is called adaptation*”. Artinya tingkah laku manusia dapat dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat ia hidup, seperti cuaca dan berbagai unsur alamiah lainnya.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Winarsih, Ibid, h. 24

<sup>35</sup> Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2006), h. 194.

Menurut Schneiders penyesuaian diri adalah “Kemampuan untuk mengatasi tekanan kebutuhan, frustrasi dan kemampuan untuk mengembangkan mekanisme psikologi yang tepat. Sawrey dan Telford mendefinisikan penyesuaian diri sebagai interaksi terus-menerus antara individu dengan lingkungannya yang melibatkan sistem behavioral, kognisi, dan emosional. Dalam interaksi tersebut baik individu maupun lingkungan menjadi agen perubahan. Penyesuaian dapat didefinisikan sebagai interaksi yang kontiniu dengan diri sendiri dengan orang lain dan dengan dunia. Ketiga faktor ini secara konsisten mempengaruhi seseorang. Hubungan ini bersifat timbal balik”.<sup>36</sup>

Penyesuaian diri merupakan suatu proses respon-mental dan behavioral individu agar dapat berhasil menghadapi tuntutan internal serta selaras dengan tuntutan lingkungan.<sup>37</sup> Hidup dalam suatu lingkungan yang memiliki beragam karakteristik dalam setiap individu, membuat manusia harus beradaptasi dengan bergaul dan berinteraksi satu sama lain untuk saling mengenal. Penyesuaian diri merupakan bagian dari kompetensi sosial, yang didalamnya melibatkan kognitif dalam memahami interaksi serta kecerdasan emosi dalam mengontrol ekspresi dalam berinteraksi.

Penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya.<sup>38</sup> Kecerdasan sosial siswa dalam melakukan penyesuaian diri, dengan mengamati dan melihat dampak dari sebuah tindakan yang dilakukan oleh seseorang serta tanggapannya dari orang disekitarnya. Sikap penyesuaian diri yang

---

<sup>36</sup> Siswanto, Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan dan Perkembangannya, (Yogyakarta: C.V Andi OFFSET, 2007), h. 35.

<sup>37</sup> M.Ali dan M.Ansori, *Psikologi Remaja* (Bumi Aksara Jakarta: 2009)

<sup>38</sup> Willis S. Willis, *Remaja dan Masalahnya*, (Alfabeta Bandung: 2008), h.58.



dilakukan oleh siswa dengan nilai dan norma yang berlaku dalam suatu lingkungan tersebut. Sebagaimana dengan pendapat M. Ali dan M. Ansori diatas, saat siswa dapat menyesuaikan perilaku, siswa pun akan mengetahui bagaimana mereka bersikap dan mengatur diri (self control). Siswa yang dapat melakukan penyesuaian diri dengan cepat maka akan berpengaruh terhadap perkembangan belajar mereka sendiri.

Menurut Desmita penyesuaian diri dalam prinsipnya merupakan proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan hidupnya untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan.<sup>39</sup> Penyesuaian terjadi kapan saja saat individu menghadapi kondisi-kondisi lingkungan baru membutuhkan suatu proses. Penyesuaian merupakan kegiatan belajar untuk menghadapi keadaan baru dalam perubahan tindakan atau sikap individu terhadap lingkungannya. Setiap individu memberikan reaksi yang berbeda terhadap situasi yang berbeda dalam menghadapi permasalahan untuk melakukan penyesuaian diri.

Menurut Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefinisikan penyesuaian diri dapat ditinjau dari 3 sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk komformitas (*comformity*), dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).<sup>40</sup>

Dari beberapa konsep mengenai penyesuaian diri dari ahli, dapat ditarik kesimpulan mengenai

---

<sup>39</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Remaja Rosdakarya: 2012), h. 193

<sup>40</sup> Ali, M & Asrori, *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, (Jajarta: Bumi Aksara, 2006) h.173

penyesuaian diri merupakan proses individu untuk membuat dirinya dapat terbiasa dan beradaptasi dengan norma dan nilai yang berada dalam lingkungan tersebut, sehingga siswa mampu untuk mengikuti proses pembelajaran dengan percaya diri.

## 2. Proses Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan bagian dari penyesuaian sosial yang dilakukan oleh pribadi untuk dapat diterima di lingkungannya. Penyesuaian sosial serangkaian proses yang dilakukan dalam perkembangan sosial manusia. Manusia selama seumur hidupnya terus melakukannya, begitu pula yang dilakukan anak dalam pembelajaran. Proses perkembangan sosial siswa selaku anggota masyarakat (lingkungan sekolah) dipengaruhi oleh interaksi siswa dengan keluarga, guru, maupun teman sebaya.

Hasil dari perkembangan sosial siswa sangat bergantung pada kualitas proses belajar baik di sekolah, keluarga, maupun masyarakat luas. Menurut Piaget dan Kohlberg dalam Muhibin mengemukakan perkembangan sosial anak dipengaruhi oleh kematangan kapasitas kognitif, lingkungan anak sebagai stimulus yang diolah otak.<sup>41</sup> Pendapat di atas menekankan bahwa siswa melakukan penyesuaian diri berdasarkan kemampuan kognitifnya dalam merespon stimulus yang diberikan oleh lingkungannya. Dalam pembelajaran, siswa akan melakukan penyesuaian diri dengan apa yang diterima dari guru dan teman sebaya, dengan hasil yang ditunjukkan bergantung pada kemampuan memori kognitif siswa menyerap dan mengolah informasi yang diterima.

Bandura tokoh teori belajar sosial mengungkapkan pendapatnya mengenai penyesuaian diri bukan hanya sekedar respon dari stimulus, lebih

---

<sup>41</sup> Muhubbin Syah, Psikologi Belajar, (Rajawali Press:2012), h. 37

kepada reaksi yang timbul dari interaksi antara lingkungan dengan skema kognitif yang dibentuk pribadi. Siswa dalam belajar melakukan penyesuaian diri diawali dengan melakukan pengamatan terhadap kejadian sekitar kemudian diwujudkan dalam perilaku. Menurut Bandura manusia dalam belajar melakukan proses penyesuaian diri dilakukan melalui imitation dan modeling.<sup>42</sup> Imitation merupakan belajar dari hasil pengamatan terhadap perilaku orang maupun kejadian sekitar dalam merespon stimulus dengan melakukan peniruan untuk diterapkannya dalam pembentukan kepribadian. Contoh kegiatan yang dilakukan misalnya, anak yang baru belajar membaca akan melihat bagaimana cara orangtua atau guru dalam mengucapkan huruf perhuruf, per-suku kata, dan kata-perkata. Selanjutnya modeling merupakan belajar dari tokoh yang dijadikan panutan dalam kehidupannya, misalnya orangtua, guru, maupun teman yang dikagumi pribadinya. Contoh kegiatan, siswa yang gemar menggambar maka dia akan terinspirasi dari pelukis yang disukai, atau anak yang ingin menjadi penghafal Al-Quran, maka dia akan mencontoh cara belajar orang yang menjadi panutannya.

Penyesuaian diri merupakan proses yang dilakukan manusia dalam perkembangan sosial. Dalam belajar menekankan pada pentingnya proses pembiasaan dengan melakukan kegiatan secara berulang-ulang sehingga tertangkap memori otak untuk ditiru dalam perilaku sehingga dapat melakukan proses penyesuaian diri secara maksimal. Bandura dalam Mulyono mengungkapkan 4 proses belajar melalui pengamatan yaitu perhatian, pencaman, reproduksi gerak motorik, serta ulangan penguatan motivasi.<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup> Ibid. h.38

<sup>43</sup> Ibid. h.22

Siswa harus perhatian terhadap apa yang ingin ditiru, supaya siswa dapat mengetahui hal penting apa saja yang harus dilakukan untuk dapat melakukannya. Kegiatan perhatian ini dapat kita lihat, saat siswa ingin memahami suatu pembelajaran, maka siswa perlu memfokuskan pikirannya terhadap pembelajaran tersebut. Otak akan menangkap aktivitas yang menjadi fokus utamanya dan membuat memori otak mengingatnya. Perhatian merupakan aktivitas awal dalam belajar, sehingga kegiatan yang sering dilakukan secara berulang-ulang akan berlanjut ke proses selanjutnya yaitu pencaman.

Siswa cenderung melakukan penyesuaian diri diawali dengan melakukan pengamatan terhadap objek disekitarnya. Berusaha untuk melakukan proses imitasi/meniru tindakan yang dilakukan oleh guru atau temannya, sehingga siswa tersebut dapat mengikuti pembelajaran (melakukan penyesuaian diri dalam pembelajaran). Pemberian perlakuan terhadap siswa akan mempengaruhi proses dalam belajar mereka. Dengan memberikan perlakuan terhadap semua siswa, maka siswa akan merasa diperhatikan dan terus melakukan penyesuaian diri supaya dapat membanggakan pencapaian atas usahanya. Perlunya menumbuhkan rasa percaya diri kepada siswa tentang kemampuan yang dimiliki.

### **3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri adalah serangkaian proses psikologis yang dilakukan manusia sepanjang hayat dalam menemukan dan mengamati tekanan serta tantangan dalam hidup. Penyesuaian diri yang baik sangat berkaitan dengan kepribadian yang sehat karena menunjukkan kehidupan hubungan baik yang didapat dalam interaksi dengan orang lain dilingkungannya serta dengan pribadinya sendiri. Penyesuaian diri memiliki

peranan yang sangat penting terhadap perkembangan emosi siswa. Menurut Schneiders (1964) aspek-aspek penyesuaian diri antara lain yaitu keharmonisan diri pribadi, kemampuan mengatasi ketegangan, konflik dan frustrasi dan keharmonisan dengan lingkungan.<sup>44</sup> Keberhasilan siswa dalam melakukan pengendalian diri dapat dilihat dari aspek-aspek yang yang dimunculkan oleh masing-masing siswa dalam pilakunya.

Desmita mengungkapkan secara garis besar penyesuaian diri dilihat dari empat aspek kepribadian yaitu: 1) kematangan emosional; 2) kematangan intelektual; 3) kematangan sosial; dan 4) tanggung jawab.<sup>45</sup> Dalam kematangan emosional yang ditunjukkan oleh kemandirian seseorang dalam suasana kehidupan emosional. Dapat dilihat dalam kemampuannya berkehidupan bersama orang lain, mengekspresikan perasaan suka dan ketidaksukaan serta aktualisasi dirinya sendiri. Kematangan intelektual ditunjukkan pribadi dalam kemampuannya mencapai wawasan diri sendiri, memahami orang lain dengan keberagamannya (orang lain), kemampuan dalam mengambil keputusan, serta keterbukaan dalam mengenal lingkungan.

Kematangan sosial ditunjukkan dalam keterlibatan dirinya dalam partisipasi kegiatan-kegiatan sosial, kesediaan berkerja sama dalam kelompok, kemampuannya dalam menjadi pemimpin, menyikapi toleransi suatu keadaan, serta keakraban dengan pergaulan. Aspek tanggung jawab sikap yang diwujudkan yaitu sikap produktif dalam mengembangkan diri, melakukan perencanaan dalam kegiatan jangka pendek maupun jangka panjang, bersikap empati, bersahabat, memiliki kesadaran untuk beretika dan berperilaku jujur, berperilaku dari segi

---

<sup>44</sup> Schneiders, A. *Personal Adjustment and Mental Health* (New York: Rinehart & Winston 1964)

<sup>45</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Remaja Rosdakarya: 2012), h. 195

menimbang konsekuensi atas dasar sistem nilai, serta kemampuannya dalam bertindak independen terhadap pilihannya.

#### 4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dilakukan oleh setiap individu untuk dapat bertahan dan berinteraksi dengan lingkungannya. Penyesuaian diri sangat berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian individu. Terjadinya proses penyesuaian diri sehingga membentuk sebuah kepribadian seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut baik dari segi internal (dalam diri) maupun eksternal (lingkungan) memiliki peran yang signifikan terhadap proses pembentukan kepribadian.

Desmita mengungkapkan bahwa proses penyesuaian diri yang dilakukan dilihat dari kondisi psikologisnya serta sosiologis.<sup>46</sup> Secara garis besar faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari dalam dirinya, baik itu kecerdasan, hambatan neurologis, maupun bakat. Sedangkan sosiologis merupakan faktor yang berasal dari luar dirinya, ini sangat erat kaitannya dengan kondisi sosial dilingkungan, baik-buruknya faktor eksternal yang diterima individu misalnya saat berada dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun lingkungan masyarakat.

Endan dalam bukunya mengungkapkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri terhadap siswa. Faktor-faktor tersebut diantaranya: 1) Fisiologis; 2) Psikologis; 3) Perkembangan dan kematangan; serta 4) Lingkungan.<sup>47</sup> Faktor-faktor yang dituliskan lebih terperinci, walaupun

---

<sup>46</sup> Ibid., h. 196

<sup>47</sup> Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan Peserta Didik (CV Pustaka Setia: Bandung, 2009), h.199

secara garis besar memiliki kesamaan. Secara fisiologi merupakan pengaruh yang berasal dari kondisi fisik, kesehatan tubuh, dan emosional individu. Aspek psikologis dipengaruhi oleh pengalaman baik itu senang maupun sulit, proses individu belajar, dorongan untuk melakukan pengendalian dalam menghadapi situasi, serta konflik yang datang. Perkembangan dan kematangan berkaitan dengan kesiapan individu menghadapi situasi sosial yang sesuai dengan perkembangan serta kematangan, sehingga dapat menemukan penyelesaian saat ada hambatan. Lingkungan yang merupakan faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan keluarga, hubungan dengan orangtua, serta hubungan dengan saudara dan masyarakat.



## DAFTAR RUJUKAN

- Abu Ahmadi, (2003) *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*.
- Ali, M. Asrori, M. (2006) *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara
- Achmad Juntika Nurihsan, (2009) *Bimbingan dan Konseling Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT Refika Aditama
- Bimo Walgito, (2004) *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Yogyakarta : Andi.
- Dani Tohir, (2016) *Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa*, skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia
- Departemen Agama RI, (2005) *Al-Qur'an dan Terjemahan Al-Hikmah*, Bandung : CV Penerbit Diponegoro
- Dewa Ketut Sukardi, (2008) *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta
- Dewa Ketut Sukari, (2008) *Pengantar Pelaksanaan Programm Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta
- Desmita, (2009) *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda Karya,
- Desmita,(2017) *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* Bandung : PT Remaja Rosdakarya,
- Djauhara Bawazir, (2004) *How To Be A Moslem Counselor* Jakarta: Bunyan Andalan Sejati
- Enung Fatimah, (2006) *Psikologi Perkembangan*, Bandung: CV Pustaka Setia.
- Enung Fatimah, (2009) *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* Bandung: CV Pustaka Setia.



Gunawan Yusuf, (2001) *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Prenhallindo.

<http://id.wikipedia.org/wiki/konselor>

John W. Creswell. (2013) *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*, Edisi ketiga Yogyakarta : Pustaka Belajar.

Lexy. J. Moleong. (2000) *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Maretiana,A. (2001) *Hubungan perilaku lekat dengan penyesuaian sosial anak*, Jurnal Psikodinamika. vol.3 no.2,2001

Moh. Agus Tulus, (1992) *Manajemen Sumber Daya Manusia* Jakarta : Gramedia pustaka Utama

M.Ali dan M.Ansori, (2009) *Psikologi Remaja*. Jakarta : Bumi Aksara

Muhubbin Syah, (2012) *Psikologi Belajar*, Rajawali Press

Nurul Istiqomah, (2016) *Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Masalah Kedisiplinan Siswa Di SMP Muhammadiyah 05 Wonosegoro Kabupaten Boyolali*, Jurnal Bimbingan Konseling IAIN SALATIGA.

Oki Tri Handoko (2013) *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru* Jurnal Fakultas Psikologi Vol.1, No 2.

Poerwodarminto, Kamus Bahasa Indonesia.

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

Rahmulyani, (2016) *Lembar Kerja Teori Layanan Bimbingan Kelompok*, Medan : Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNIMED

- Ramayulis dan Mulyadi, (2016) *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, Jakarta : Kalam Mulia
- Rifda El Fiah, (2014) *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: IDEA Press
- Suharsimi Arikunto, (2002) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta : PT. Rineka Cipta, Cet.XII
- Sugiyo, (2012) *manajemen bimbingan dan konseling Di sekolah*, semarang : widya karya,.
- Sofyan S Willis, (2011) *Konseling Individu*, Bandung : Alfabeta,
- Sugiono, (2010) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta,
- Siswanto,(2007) *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta: C.V Andi OFFSET.
- Schneiders, A. (1964) *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart & Winston.
- Sulistiyarini, mohammad jauhar, (2014) *Dasar-dasar Konseling*, Jakarta: Prestasi pustakaraya.
- Suharni, Beny Dwi Pratama, (2017) “*Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi sosial dalam menumbuhkan perilaku Prosocial anak Usia dini*” jurnal : program Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun
- Tohirin, (2011) *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Undang-Undang No.20 Tahun 2003

([www.masbied.com](http://www.masbied.com)) diakses 20 oktober 2020

([www.masbied.com](http://www.masbied.com)) diakses 20 oktober 2020

Wawancara dengan guru Bk

W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, (2012) *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan Yogyakarta* : Media Abadi

W.S Winkel, (1991) *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, Jakarta: PT. Grasindo.

Willis S. Willis, (2008) *Remaja dan Masalahnya*, Bandung : Alfabeta

Winarsih, (2017) *Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017* Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung.

