

BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS DARING TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN SISWA SMA KELAS X

Rahayu Tresnasari¹, Euis Eti Rohaeti², Alvian Agung Nurhaqy³

¹evaleovinda@gmail.com, ²e2rht@ikipsiliwangi.ac.id, ³alvianagungn@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

Self-adjustment of high school students is a process / effort carried out by individuals in dealing with new environments, new friends, new teachers with the aim of being accepted by others as in the previous school environment (SMP). This Online Implementation is a service process carried out by BK teachers to their students who have problems related to adjustment during the COVID-19 pandemic. As a result, all students are required to participate in all online learning activities (on the network). The purpose of holding this service is so that students can solve problems and get solutions related to self-adjustment assisted by BK teachers, and other students, one of which is by discussing, asking questions, via Whatsapp Group, researcher uses instruments in form interviews, observations and documentation. The results of this study students feel helped and can adapt well, so that the service process held at SMAN 1 Cipongkor can be carried out smoothly.

Keywords: *Self-Adjustment, Group Guidance, Online*

Abstrak

Penyesuaian diri siswa SMA yakni suatu proses/usaha yang dilakukan individu dalam menghadapi lingkungan baru, teman baru, guru baru dengan tujuan dapat diterima oleh orang lain seperti dilingkungan sekolah sebelumnya (SMP). Pelaksanaan Secara Daring ini ialah proses layanan yang dilakukan guru BK terhadap siswanya yang memiliki permasalahan terkait penyesuaian diri pada masa pandemi covid-19 ini. Imbasnya seluruh siswa diwajibkan mengikuti semua kegiatan belajar secara daring (dalam jaringan). Tujuan diadakannya layanan ini agar siswa dapat memecahkan permasalahan dan mendapatkan solusinya terkait penyesuaian diri dibantu guru BK, dan siswa lain, salah satunya dengan berdiskusi, tanya jawab, melalui Whatsapp Group. Metode yang digunakan peneliti yakni kualitatif deskriptif, peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun hasil dari penelitian ini siswa merasa terbantu dan dapat beradaptasi dengan baik, sehingga proses layanan yang diadakan di SMAN 1 Cipongkor dapat terlaksana dengan lancar.

Kata Kunci: Penyesuaian Diri, Bimbingan Kelompok, Daring

PENDAHULUAN

Penyesuaian diri sebagai usaha individu dalam berinteraksi dengan orang lain dalam lingkungan baru. Bagi seorang siswa keberhasilan dalam penyesuaian diri sangat berpengaruh dalam proses belajar. Keberhasilan dapat menciptakan suasana nyaman, semangat dalam belajar, dan dapat mencapai keselarasan dilingkungan berada. Menurut Semion (dalam Handono & Bashori, 2013) berpendapat bahwa “pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya, penyesuaian diri adalah sebagai 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 menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup”. Senada dengan itu menurut Kartono (dalam Mahmudi, 2014) “Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan, sebagai respon pribadi dan kurang efisien bisa dikikis habis”.

Dari pernyataan para ahli diatas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan seseorang terhadap orang lain dengan tujuan untuk mencapai rasa aman, nyaman, dan bahagia dilingkungan berada. Siswa adalah orang yang datang kesekolah untuk memperoleh pendidikan. Salah satunya memperoleh pendidikan ditingkat SMA (Sekolah Menengah Atas). Siswa SMA adalah pelajar yang sebelumnya telah selesai mengikuti pendidikan ditingkat SMP (Sekolah Menengah Pertama). Masa peralihan dari SMP ke SMA merupakan hal yang tidak mudah bagi sebagian siswa, dimana siswa baru dihadapkan dengan lingkungan baru, suasana baru, teman baru, mata pelajaran baru dan guru baru. Begitupun dengan siswa SMA kelas X di SMAN 1 Cipongkor pertama kali masuk sekolah dihadapkan pada situasi dan kondisi baru, serta lingkungan baru. Salah satu wadah yang bisa saling mengenal satu sama lainnya dan yang paling ditunggu oleh siswa baru yaitu melalui Kegiatan MOPD (Masa Orientasi Peserta Didik) dimana mereka bisa berinteraksi langsung dengan lingkungan barunya.

Peneliti dalam hal ini berharap penyesuaian diri dapat meningkat kembali dengan diadakannya bimbingan kelompok, menurut Romlah (2013, hlm. 45) “mengatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan upaya membantu peserta didik dalam suasana

kelompok yang berfokus kepada pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dengan tujuan agar seseorang dapat memahami dirinya, dapat menyesuaikan dirinya, memecahkan masalah yang dialaminya (*problem solving*), mampu memperbaiki diri, dan menjalani perkembangan secara optimal”.

Prayitno (2012, hlm. 178) “mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Kemudian Gibson (2011, hlm. 257) “mengatakan bahwa bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi”.

METODE

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Sugiyono (2017) mengemukakan penelitian kualitatif yakni metode penelitian berdasarkan filsafat postpositivisme atau enterpretif, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Adapun jenis metode ialah deskriptif, dimaksudkan peneltiain dapat menemukan solusi permasalahan menurut informasi-informasi terkait permasalahan tersebut.

Jenis penelitian deskriptif kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini ialah untuk memperoleh informasi terkait layanan bimbingan kelompok secara daring di SMAN Cipongkor. Peneliti mengambil subjek dalam penelitiannya yakni kelas X IPS 1 yang berjumlah enam orang siswa, berdasarkan rekomendasi dari Guru BK dan Wali Kelas. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Implementasi dan Skenario Pelaksanaan Secara Daring.

Layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan dari mulai tahap awal, inti, dan tahap akhir dengan jumlah anggota enam siswa, bimbingan kelompok ini dilaksanakan secara daring melalui aplikasi *Whatsapp* dalam waktu 1x40 menit. Kegiatan layanan bimbingan kelompok secara daring ini diawali dengan guru BK membuat *Whatsapp Group* dan memasukan siswa ke dalam *Whatsapp Group* tersebut, lalu guru Bimbingan dan Konseling mengabsen kehadiran siswanya sebelum dimulai, guru Bimbingan dan Konseling menggunakan media gambar sebagai bahan materi pelaksanaan layanan secara daring, kemudian guru Bimbingan dan

Konseling memaparkan proses pelaksanaan secara daring, guru Bimbingan dan Konseling mengajak siswa untuk mengungkapkan permasalahan yang dihadapi siswa mengenai penyesuaian diri, guru BK menjelaskan kembali secara singkat kegiatan bimbingan kelompok, lalu guru BK menyimpulkan secara singkat mengenai layanan bimbingan kelompok secara daring dan manfaatnya, pada tahap akhir setelah pelaksanaan bimbingan selesai guru BK menutup *Whatsapp Group* dan meminta siswa untuk keluar dari *Whatsapp Group* tersebut.

Respon Guru BK dan Siswa Saat Pelaksanaan Secara Daring.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan Guru BK Ibu NA, mengenai peran dan pelaksanaan secara daring di sekolah, beliau menjawab “saat ini Guru BK menerapkan layanan bimbingan kelompok secara daring dimasa pandemi ini. Mengingat saat ini kondisi yang tidak memungkinkan untuk melakukan kegiatan layanan BK dan belajar mengajar secara tatap muka. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini beliau sangat mengapresiasi kepada siswa yang ikut berpartisipasi karena bisa melaksanakan bimbingan kelompok meskipun tidak secara langsung”.

Kendala yang Dihadapi Siswa Saat Pelaksanaan Secara Daring.

Kendala yang dihadapi siswa saat proses bimbingan layanan kelompok ini berlangsung, peneliti bertanya kepada siswa SN, ia menjawab “kendalanya karena lokasi rumah saya ka, didaerah saya signalnya jelek, walaupun bagus saya meski naik ke atas genteng rumah, jadi lumayan ribet”.

Kendala yang Dihadapi Guru BK Saat Pelaksanaan Secara Daring.

Peneliti bertanya langsung kepada guru BK mengenai kendala saat pelaksanaan secara daring, beliau menjawab “kalau dari saya sendiri tidak mengalami kendala terkait teknis, paling kendalanya hanya soal waktu yang kurang lama, dan memerlukan waktu tambahan saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini terutama dalam pemaparan soal materi layanannya karena masih ada sebagian siswa yang merasa belum faham”.

Pembahasan

Implementasi dan Skenario Pelaksanaan Secara Daring.

Layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan dari mulai tahap awal, inti, dan tahap akhir dengan jumlah anggota enam siswa,

bimbingan kelompok ini dilaksanakan secara daring melalui aplikasi *Whatsapp* dalam waktu 1x40 menit. Kegiatan layanan bimbingan kelompok secara daring ini diawali dengan guru BK membuat *Whatsapp Group* dan memasukan siswa ke dalam *Whatsapp Group* tersebut, guru BK menggunakan media gambar sebagai bahan materi pelaksanaan layanan secara daring, kemudian guru Bimbingan dan Konseling memaparkan proses pelaksanaan kegiatan tersebut, guru Bimbingan dan Konseling mengajak siswa untuk mengungkapkan permasalahan yang dihadapi siswa mengenai penyesuaian diri, guru BK menjelaskan kembali secara singkat kegiatan bimbingan kelompok, lalu guru BK menyimpulkan secara singkat mengenai layanan bimbingan kelompok secara daring dan manfaatnya, pada tahap akhir setelah pelaksanaan bimbingan selesai guru BK menutup *Whatsapp Group* dan meminta siswa untuk keluar dari *Whatsapp Group* tersebut.

Respon Guru BK dan Siswa Saat Pelaksanaan Secara Daring.

Guru Bimbingan dan Konseling merasa termotivasi untuk memberikan layanan dengan metode dan teknik yang lebih kreatif dan menyenangkan. Kalau untuk siswanya, mereka mengikuti layanan dari awal sampai akhir dengan baik dan antusias, mereka berdiskusi saling tanya jawab terkait permasalahan yang mereka hadapi. Pelaksanaan berjalan lancar, berdiskusi dengan anggota kelompok lainnya, saling bertukar fikiran dan pendapat terkait permasalahan penyesuaian diri dilingkungan baru.

Kendala yang Dihadapi Siswa Saat Pelaksanaan Secara Daring.

Ada beberapa siswa yang mengalami kendala terkait proses layanan bimbingan kelompok ini baik dari faktor internal seperti tidak percaya diri, malu mengemukakan permasalahannya/pendapat, dan sebagainya, dan faktor eksternal seperti susah jaringan/sinyal, tidak ada kuota, dan sebagainya.

Kendala yang Dihadapi Guru Saat Pelaksanaan Kegiatan Secara Daring.

Kendala yang dihadapi yaitu terkendalanya perihal kesedian waktu siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok secara daring, sehingga perlunya tambahan waktu untuk menjelaskan tujuan diadakannya layanan bimbingan kelompok ini, ditambah lagi kendala siswa karena jaringan internet dan sistemnya hal ini berkaitan dengan lokasi atau situasi tempat tinggal siswa kurang mendukung.

SIMPULAN

Guru BK melaksanakan layanan bimbingan kelompok untuk menanggulangi permasalahan yang dialami siswa sesuai dengan laporan wali kelas mengenai pokok permasalahan siswanya. Respon siswa yang baik merupakan suatu pertanda pelaksanaan layanan berjalan dengan baik meski kendala dan hambatan seringkali datang namun tidak mengganggu keseluruhan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini.

REFERENSI

- Gibson, R. L. Mitchell, Marianne, H. (2011). "Bimbingan dan Konseling". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Handono, O, & Bashori, K. (2013). "Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru". *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79-89.
- Mahmudi, M. H, Suroso. (2014). "Efikasi Diri, Dukungan Sosial, dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar". *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Prayitno. (2012). "Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling". Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan UNP.
- Romlah, T. 2013. "Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok di Sekolah dan Madrasah". Malang: Universitas Negeri Malang. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono, (2017). "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D". Bandung Alfabeta CV.