

# Meningkatkan Kemampuan Beradaptasi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X MAN 2 Kudus

Sutarti, Masturi, Sucipto<sup>1</sup>

Diterima : 13 September 2013

disetujui : 9 November 2013

diterbitkan : 20 Desember 2013

## ABSTRAK

Dalam upaya pencapaian hasil belajar yang optimal, kemampuan siswa dalam beradaptasi di dalam lingkungan sekolah, baik dengan teman, guru, kurikulum juga saat pembelajaran sangatlah penting karena berpengaruh terhadap keberhasilan belajar siswa. Kemampuan beradaptasi siswa tidaklah sama satu dengan lainnya. Hal itu dikarenakan ada faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan beradaptasi siswa. Dari hasil pengamatan banyak peserta didik masih kurang beradaptasi. Salah satunya ditandai dengan banyaknya penyimpangan dalam beradaptasi siswa Kelas X MAN 2 Kudus. Dalam usaha untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa, maka peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa

Bentuk penelitian dari penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling, Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 2 Kudus. Siswa kelas tersebut berjumlah 24 siswa, yang terdiri dari 8 laki-laki dan 16 perempuan. Dalam kelas X tersebut di berikan angket tentang beradaptasi, setelah itu angket analisis untuk mengetahui siswa yang masih rendah dalam beradaptasi, selanjutnya diberikan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi. Adapun prosedur PTBK pada tiap siklus akan dilakukan dalam empat tahap yaitu tahap perencanaan, tahap tindakan, tahap observasi, dan refleksi. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian: Berdasarkan hasil observasi ketepatan peneliti dan anggota juga hasil wawancara diperoleh temuan bahwa pelaksanaan meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa melalui layanan bimbingan kelompok hasilnya sudah sangat tinggi. Ada peningkatan ketepatan peneliti dan anggota dari siklus I ke siklus II 22% untuk peneliti dan 32% untuk anggota. Sedangkan hasil wawancara pada akhir siklus ke II menunjukkan jumlah terbanyak pada tingkat tinggi.

**Kata kunci :** Meningkatkan Kemampuan Beradaptasi, Bimbingan Kelompok.

## ABSTRACT

*To attain a optimal students learning, the students' adaptation ability in school environment, whether with friends, teachers, curriculum are important because it can gives affects in the success of students' learning. That's because there are many factors that influence students' adaptability. From the result of researcher's observation, many learners are still less in adaptation.*

*The research design of this study is counselling action research. Subject of this study are the tenth grade students in MAN 2 Kudus. In this grade there are 24 students, consist of 8 males and 16 females. In this subject the researcher gave questionnaires about adaptation, after that the researcher analyzed the questionnaires to determine students who are still low in adaptation, furthermore the researcher provided group counselling services to improve their adaptability. The procedures of this counselling action research are on each cycle performed in four stages; these are planning, action, observation, and reflection. The methods of collecting data are observation, interviews, documentation and questionnaires. The data analyzing used descriptive qualitative analysis.*

*The result: Based on the observations' result of researcher accuracy and member, also the interview found that it improved the implementation of students' adaptation through group counselling services was very high. There are improvement of researcher accuracy and members of cycle 1 to cycle 2 that are 22% for researcher and 30% for members. While the results of the interview at the end of cycle 2 showed the highest number at a high level.*

**Keywords:** Group Counseling Service and Adaptation.

---

<sup>1</sup> Staf Pengajar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UMK

## PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam mewujudkan kemajuan dan keberhasilan suatu sekolah. Kemajuan dan keberhasilan suatu sekolah dapat diperoleh secara maksimal dari suatu program sekolah tersebut. Salah satu program sekolah yang sangat berpengaruh adalah layanan bimbingan kelompok.

Namun kenyataan di lapangan, masih jarang layanan bimbingan kelompok dilaksanakan. Adapun terkadang pelaksanaan bimbingan tersebut belum sesuai tahapan atau prosedur yang ditentukan. Alasan belum berjalannya layanan bimbingan kelompok secara maksimal beragam, diantaranya: a. Waktunya tidak memungkinkan, b. Anak terlalu banyak kegiatan setelah pelajaran, c. Bagaimana melaksanakan pembelajaran dengan satu pemimpin, d. Bolehkah guru pembimbing melatih beberapa siswa.

Manusia dalam kehidupan kesehariannya tidak akan pernah terbebas dari berbagai perasaan yang tidak menyenangkan. Beradaptasi merupakan salah satu aspek penting dalam usaha manusia untuk menguasai perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. adaptasi diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan tercipta keselarasan antara individu dengan realitas, Maka beradaptasi termasuk reaksi seseorang karena adanya tuntutan yang dibebankan pada dirinya.

Kemampuan beradaptasi merupakan masalah yang dialami oleh anak usia sekolah, baik berada di lingkungan sekolah, di lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat. Hubungan anak dengan lingkungan yang baik akan mendukung diri anak berperilaku yang sesuai, begitu juga sebaliknya. Maka secara otomatis lingkungan pergaulan selalu berhubungan dengan beradaptasi anak dimana ia berada. Siswa MAN yang berada dalam tahap perkembangan sebagai seorang remaja tentunya sangat membutuhkan adaptasi dalam dirinya untuk dapat

beraktualisasi dalam lingkungannya dengan baik. Mengingat remaja sebagai manusia yang dinamis yang selalu membentuk diri dan melaksanakannya, serta selalu membenahi keadaan dirinya sekarang menuju masa depan. Oleh karena itu diperlukan kontak dan komunikasi dengan orang lain. Karena dengan melakukan kontak dengan orang lain akan menjadikan dirinya lebih berkembang. Untuk itulah manusia menggunakan fungsi dalam dirinya sebagai makhluk sosial yang dalam perkembangannya memerlukan orang lain seperti halnya menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, untuk itulah diperlukan adaptasi yang baik pada tiap individu.

Dari peneliti yang dilakukan dengan guru pembimbing di MAN 2 Kudus menunjukkan banyak peserta didik kelas X masih kurang beradaptasi. Salah satunya ditandai dengan banyaknya penyimpangan dalam beradaptasi siswa Kelas X MAN 2 Kudus. Penyimpangan-penyimpangan yang berkaitan dengan gangguan beradaptasi tercermin dalam beberapa bentuk kenakalan remaja seperti berselisih paham dengan teman sebaya, kurang menghargai teman, tidak sopan terhadap guru, adanya siswa yang terisolir, tidak percaya diri dengan kondisi dirinya sendiri. Selain itu kenyataan yang terjadi siswa dalam beradaptasi di sekolah tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sekolah.

Dari pengalaman-pengalaman yang didapat di sekolah dan di luar sekolah ia memiliki sejumlah pengetahuan, kecakapan, minat-minat, dan sikap-sikap. Dengan pengalaman-pengalaman itu ia secara berkesinambungan dibentuk menjadi seorang pribadi seperti apa yang dia miliki sekarang dan menjadi seorang pribadi tertentu di masa mendatang. Seseorang tidak dilahirkan dalam keadaan telah mampu beradaptasi atau tidak mampu beradaptasi. Kondisi fisik, mental, dan emosional dipengaruhi oleh faktor-faktor lingkungan di mana kemungkinan akan berkembang proses beradaptasi yang baik atau yang salah.

Layanan Bimbingan kelompok adalah salah satu teknik bimbingan dan konseling yang mempunyai dasar, kegiatan, sasaran dan tujuan dasar yang dilaksanakan dalam situasi kelompok, diberikan pada sekelompok individu di dalam dinamika kelompok yang membahas masalah inndividu.

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli atau siswa. Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran, termasuk juga di dalamnya akan tercipta komunikasi antar anggota kelompok, dan dinamika kelompok sehingga siswa bisa meningkatkan kemampuan beradaptasi di sekolahnya.

*Bimbingan* adalah suatu proses bantuan khusus yang diberikan kepada para siswa dengan memperhatikan kemungkinan-kemungkinan dan kenyataan-kenyataan tentang adanya kesulitan yang dihadapinya dalam rangka perkembangannya yang optimal, sehingga mereka dapat memahami diri, mengarahkan diri, dan bertindak serta bersikap sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Dalam perkembangannya, bimbingan muncul dengan berbagai bentuk, misalnya bimbingan spiritual, bimbingan karier, bimbingan mental, dan lain sebagainya.

Menurut Ifdil (dalam [http:// konselingindonesia.com](http://konselingindonesia.com)) tujuan bimbingan kelompok secara umum adalah mengembangkan kepribadian siswa di mana berkembang kemampuan sosialisasinya, komunikasinya, kepercayaan diri, kepribadian, dan mampu memecahkan masalah yang berlandaskan nilai ilmu dan agama.

Menurut Ifdil (dalam [http:// konselingindonesia.com](http://konselingindonesia.com)) tujuan bimbingan kelompok secara khusus adalah membahas topik yang mengandung masalah aktual, hangat dan menarik perhatian anggota kelompok.

Ewintri (Dalam [http:// ewintri.wordpress.com/2012/01/02/ bimbingan kelompok](http://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/bimbingan_kelompok)) mengemukakan fungsi bimbingan kelompok sebagai berikut : (1) Memberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar. (2) Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal tentang apa yang mereka bicarakan. (3) Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok. (4) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan

penolakan terhadap sesuatu hal yang buruk dan memberikan dukungan terhadap sesuatu hal yang baik. (5) Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.

Menurut Surya dan Natawidjaja (dalam Rusmana, 2009: 13) manfaat bimbingan kelompok sebagai berikut: (1) Bimbingan kelompok dapat memanfaatkan pengaruh-pengaruh seseorang atau beberapa orang individu terhadap anggota lainnya. (2) Bimbingan kelompok lebih bersifat efektif dan efisien. (3) Dalam bimbingan kelompok dapat terjadi saling tukar pengalaman diantara para anggotanya yang dapat berpengaruh terhadap perubahan tingkah laku individu. (4) Dalam bimbingan kelompok terdapat kesempatan untuk menyegarkan watak/pikiran.

Asas-asas bimbingan kelompok akan memperlancar pelaksanaan dan tercapainya keberhasilan dari layanan bimbingan kelompok, adapun asas-asas bimbingan kelompok dapat dijelaskan dibawah ini:

#### **Asas kesukarelaan**

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor. Kesukarelaan terus-menerus dibina melalui upaya konselor mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan bimbingan kelompok. Dengan adanya asas kesukarelaan pada tiap anggota kelompok akan dapat mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing untuk mencapai tujuan layanan.

#### **Asas kegiatan dan keterbukaan**

Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu.

#### **Asas kekinian**

Merupakan asas yang memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.

#### **Asas kenormatifan**

Asas kenormatifan merupakan asas yang menghendaki adanya tatakrama dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok baik itu cara berkomunikasi maupun dalam bersikap.

### **Asas keahlian**

Asas keahlian diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.

Sukardi (2008: 65) mengemukakan materi bimbingan kelompok sebagai berikut: (1) Pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat dan minat dan cita-cita serta penyalurannya. (2) Pengenalan kelemahan diri dan penanggulangannya, kekuatan diri dan pengembangannya. (3) Pengembangan kemampuan berkomunikasi, menerima/menyampaikan pendapat, bertingkah laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah maupun di masyarakat, teman sebaya di sekolah dan luar sekolah dan kondisi/ peraturan sekolah. (4) Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik di sekolah dan di rumah sesuai dengan kondisi fisik, sosial, dan budaya. (5) Pengembangan teknik-teknik penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian sesuai dengan kondisi fisik, dan upaya memperoleh penghasilan. (6) Orientasi dan informasi karier, dunia kerja, dan upaya memperoleh penghasilan. (7) Orientasi dan informasi perguruan tinggi sesuai dengan karier yang hendak dikembangkan. (8) Pengambilan keputusan dan perencanaan masa depan.

Beradaptasi merupakan kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungan<sup>5</sup>.

Beradaptasi dapat diartikan sebagai suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup<sup>6</sup>.

Sundari (dalam <http://www.scribd.com/doc/36996268/10/b-Aspek-Aspek-Penyesuaian-Diri>) seseorang dikatakan memiliki kemampuan beradaptasi yang positif apabila ia dapat menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut :

### **Tidak adanya ketegangan emosi**

Bila individu menghadapi masalah, emosinya tetap tenang, tidak panik, sehingga dalam memecahkan masalah dengan menggunakan rasio dan dapat mengendalikan emosinya

### **Dalam memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan rasional**

Mengarah pada masalah yang dihadapi secara langsung dan mampu menerima segala akibatnya.

### **Dalam memecahkan masalah bersikap realistis dan objektif**

Bila seseorang menghadapi masalah segera dihadapi secara apa adanya, tidak ditunda-tunda. Apapun yang terjadi dihadapi secara wajar tidak menjadi frustrasi, konflik maupun kecemasan.

### **Mampu belajar ilmu pengetahuan**

Ilmu pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi, sehingga dengan pengetahuan itu dapat digunakan menanggulangi timbulnya masalah.

Dalam menghadapi masalah butuh kesanggupan membandingkan pengalaman diri sendiri maupun pengalaman orang lain. Pengalaman-pengalaman ini tidak sedikit sumbangannya dalam pemecahan masalah.

Lima faktor yang mempengaruhi proses beradaptasi, yaitu<sup>7</sup>: kondisi fisik ; kepribadian ; proses belajar ; lingkungan ; agama dan budaya. Proses penyelenggaraan beradaptasi di sekolah madrasah merupakan suatu perjalanan untuk menuju suatu keberhasilan, dan di dalamnya membutuhkan suatu unsur-unsur yang bisa mendukung proses beradaptasi berjalan dengan baik.

Proses Beradaptasi ada tiga unsur, yaitu<sup>7</sup>: motivasi dan beradaptasi, sikap terhadap realitas dan beradaptasi, dan pola dasar proses beradaptasi.

Proses beradaptasi terhadap sekolah meliputi beradaptasi terhadap guru, mata pelajaran, teman sebaya, dan lingkungan sekolah<sup>5</sup>.

Pada dasarnya siswa dituntut untuk bisa berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Menjalin hubungan dengan sesama sebagai kebutuhan yang semestinya dapat dipenuhi dengan baik, oleh karena itu membina hubungan dan berinteraksi dengan sesama manusia dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan kemampuan beradaptasi, sehingga dengan cara meningkatkan kemampuan beradaptasi dapat menjadikan individu tersebut merasa nyaman, dan bisa

menjalankan kehidupan dengan baik. Begitu juga dengan siswa yang bisa beradaptasi dengan baik akan menjadikan siswa menjadi nyaman dan perkembangannya tidak akan terhambat.

Sebagaimana telah dipaparkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu. Sedangkan beradaptasi proses kegiatan manusia untuk mengubah kelakuannya agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terjadi dinamika dan saling berkomunikasi serta berinteraksi antara peserta yang satu dengan peserta yang lain dalam kelompok. Setelah dimunculkannya topik bahasan pribadi, setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk saling menanggapi, saling bertanya jawab, menyampaikan pengalamannya, serta pendapatnya yang berkaitan dengan topik bahasan pribadi yang sedang dibahas bersama. Kemampuan bertenggang rasa perlu diperhatikan, yang akhirnya terjadi proses diskusi kelompok.

Melalui dinamika kelompok diharapkan setiap anggota memperoleh pemahaman dari topik-topik yang dibahasnya dan pada gilirannya dapat mengembangkan pribadi secara utuh dan seoptimal mungkin dalam upaya menyelesaikan tugas dan tanggungjawabnya sebagai manusia yang mulia. Sesuai tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah mengembangkan aspek kepribadian dari anggota kelompoknya, antara lain mampu menahan diri dan bertenggang rasa, serta berusaha untuk pengembangan bakat dan minatnya.

Dalam proses sosialisasi, anak menunjukkan perilaku sesuai aturan-aturan sosial yang ditentukan. Anak pun mulai membutuhkan teman dekat, yaitu teman sebagai orang yang dapat membantu jika dibutuhkan. Umumnya teman dekat ini adalah teman sebaya. Kelompok sebaya dapat sebagai model dalam berperilaku, dimana anak cenderung meniru perilaku kelompoknya. Jika mempunyai teman berperilaku sesuai tuntutan masyarakat, anak pun akan mengikutinya. Berbagai karakteristik

dari kelompok sebaya menunjukkan bahwa kelompok sebaya memiliki keunikan tersendiri yang mungkin tidak dijumpai di kelompok yang lain. Hal ini pula yang membuat anak sebagai anggota kelompok dapat mempelajari pola-pola perilaku anggota kelompoknya. Meskipun kelompok sebaya merupakan hal yang diutamakan dalam perkembangan seorang anak, namun peran guru maupun orang tua tetap diperlukan dalam menanamkan norma yang sesuai dengan tuntutan lingkungan agar apa yang dituntut oleh kelompok seimbang dengan apa yang dituntut oleh lingkungan.

Bimbingan kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada sekelompok siswa yang mengalami masalah yang sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu interaksi masing-masing anggota yang menghidupkan proses kegiatan bimbingan kelompok. Keadaan dan situasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, sangat efektif bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi, karena tanpa disadari setiap anggota harus aktif dalam mengikuti bimbingan kelompok, sehingga siswa mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan, berani berbicara di hadapan orang banyak, belajar menghargai pendapat orang lain, menjadi akrab satu sama lainnya, mampu mengendalikan diri dan dapat dengan mudah bersosialisasi, mudah memperoleh pemahaman dalam pembelajaran di sekolah, dapat mengembangkan pengetahuannya, yakni belajar dari pengalamannya, dan beradaptasi dengan lingkungannya. Pada akhirnya aktifitas siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan beradaptasi. Dengan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa, sebagaimana yang terjadi di MAN 2 Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012, di mana dengan adanya layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan di sekolah terutama siswa kelas X dapat meningkatkan kemampuan beradaptasi.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini Lokasi yang akan digunakan untuk penelitian ditetapkan di MAN 2 Kudus Jalan Jepara Prambatan Kidul, Kaliwungu Kudus. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 2 Kudus. Siswa kelas tersebut berjumlah 320



siswa. Semua siswa diberi angket tentang beradaptasi, kemudian hasil angket dianalisis untuk menemukan siswa yang masih kurang dalam beradaptasi. Selanjutnya dibentuk kelompok – kelompok dan diberi bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 2 Kudus. Siswa kelas tersebut berjumlah 320 siswa. Semua siswa diberi angket tentang beradaptasi, kemudian hasil angket dianalisis untuk menemukan siswa yang masih kurang dalam beradaptasi. Selanjutnya dibentuk kelompok – kelompok dan diberi bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi.

Variable dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok sebagai variable bebas (independent variable atau X), sedangkan kemampuan beradaptasi merupakan variable tergantung (dependent variable atau Y).

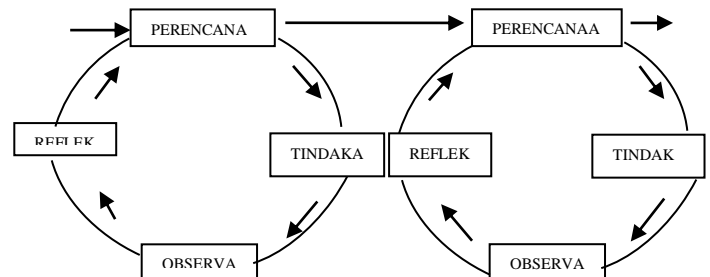
Rancangan penelitian : Perencanaan; Identitas Masalah Siswa; Analisis Masalah; Rumusan Masalah; Rumusan Hipotesis Tindakan; Skenario Layanan Bimbingan Kelompok (Siklus I & Siklus II).

Proses keberhasilan siswa dalam meningkatkan kemampuan beradaptasi terdapat dua aspek penekanan yaitu: aspek pemahaman dan penerapan. Aspek pemahaman siswa dalam meningkatkan kemampuan beradaptasi dapat diamati lewat keterlibatan siswa dalam mengikuti bimbingan kelompok. Sedangkan untuk penerapan meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa dapat dilihat dari keseharian siswa mulai saat siswa berada di lingkungan sekolah, di dalam kelas, saat proses belajar mengajar, juga pada saat di luar kelas (istirahat) bersama – sama dengan teman - temannya.

Aspek-aspek tersebut di atas dapat dicapai dengan memberikan proses bimbingan kelompok yang direncanakan secara sistematis sehingga proses bimbingan kelompok menjadi efisien dan efektif. Bimbingan yang efisien dan efektif dapat dilaksanakan jika guru pembimbing dapat memberdayakan dinamika kelompok pada setiap tahapan bimbingan kelompok yang harus dijalankan.

Bidang bimbingan kelompok, peneliti mngembangkan bimbingan pribadi dan sosial

dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siklus I dan siklus II. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap (2 siklus). Berdasarkan prosedur PTK BK dapat digambarkan rangkaian PTK menurut Tripp (dalam Sukiman, 2011: 138) adalah sebagai berikut.



Untuk pengumpulan data dalam penelitian ini digunakan beberapa metode, yaitu observasi sebagai metode utama, wawancara dan angket metode pendukung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pra Penelitian Tindakan Bimbingan Kelompok

Sebelum dilakukan penelitian tindakan bimbingan kelompok (PTBK), peneliti melakukan survei awal. Survei awal ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal siswa kelas X MAN 2 Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012

Pada survei awal, peneliti membagikan angket beradaptasi kepada kelas X MAN 2 Kudus. Pengisian angket beradaptasi sebagai titik tolak pemilihan anggota dalam bimbingan kelompok. Setelah memperoleh anggota dari hasil angket, peneliti juga melakukan wawancara pada siswa yang akan menjadi anggota bimbingan kelompok, pemberian angket dan wawancara untuk mendapatkan kondisi awal para anggota sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan hasil temuan pada survei awal, ada beberapa siswa yang memiliki tingkat beradaptasi yang rendah, dari hasil survei awal peneliti menentukan 24 siswa yang akan dijadikan anggota pada pelaksanaan bimbingan kelompok, yang dibagi menjadi 3 kelompok, ke 24 siswa yang telah dijadikan subyek dalam bimbingan kelompok peneliti juga melakukan wawancara pada ke 24 siswa tersebut untuk

mengetahui kondisi awal beradaptasi dari siswa tersebut.

### **Pelaksanaan Penelitian Siklus I**

Kegiatan bimbingan kelompok pada siklus I belum menunjukkan antusias siswa yang tinggi selama mengikuti layanan bimbingan kelompok, karena para anggota belum pernah melakukan kegiatan bimbingan kelompok, namun siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk bekerjasama dengan anggota dalam satu kelompok yaitu saling berkomunikasi, bertukar pikiran dan pendapat dalam membahas topik.

Pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai alat meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa pada siklus I pertemuan pertama dalam kelompok 1 menunjukkan peneliti dalam melaksanakan bimbingan kelompok dapat dikategorikan sedang, kelompok 2 dikategorikan sedang, dan kelompok 3 dikategorikan sedang karena semuanya pada rentang (41%-60%). Adapun ketepatan anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok pada kelompok 1 dapat dikategorikan rendah, kelompok 2 dikategorikan rendah dan kelompok 3 dikategorikan rendah karena semuanya pada rentang (21%-40%), karena para anggota kelompok baru pertama kali mengikuti layanan bimbingan kelompok sehingga siswa dalam dinamika kelompok, keterampilan bertanya, keterampilan mengemukakan pendapat, dan keberanian untuk tampil di dalam kelompok masih kurang. Juga dengan ketepatan peneliti yang sedang dalam memberikan layanan bimbingan kelompok.

Pada pertemuan kedua siklus I anggota sudah mulai merasa nyaman melakukan atau mengikuti pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok, peneliti juga terus berusaha menciptakan suasana yang menyenangkan kepada para anggota, ditujukan dengan ketepatan peneliti dalam melaksanakan bimbingan kelompok, kelompok 1 memperoleh hasil pada kategori Tinggi, kelompok 2 dikategorikan tinggi, dan kelompok 3 dikategorikan tinggi karena semuanya pada rentang (61%-80%). Adapun ketepatan anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok, kelompok 1 dapat dikategorikan sedang, kelompok 2 dikategorikan sedang, dan kelompok 3 dikategorikan sedang karena semuanya pada rentang (41%-60%), sehingga pada siklus I pertemuan kedua ketepatan peneliti dan anggota mengalami peningkatan dalam ketepatan pelaksanaan bimbingan kelompok, kelompok 1 sebesar 6% yang semula sedang (58%) menjadi

tinggi (64%), kelompok 2 sebesar 8% yang semula sedang (60%) menjadi tinggi (68%), dan kelompok 3 sebesar 9% yang semula sedang (56%) menjadi tinggi (65%) dan anggota juga mengalami peningkatan kelompok 1 sebesar 15% yang semula rendah (35%) menjadi sedang (50%), kelompok 2 sebesar 18% yang semula rendah (39%) menjadi sedang (57%) dan kelompok 3 sebesar 15% yang semula rendah (38%) menjadi sedang (53%)

### **Pelaksanaan Penelitian Siklus II**

Hasil pengamatan pada saat kegiatan bimbingan kelompok pada siklus II menunjukkan antusias siswa yang tinggi selama mengikuti layanan bimbingan kelompok, karena para anggota sudah mulai bisa mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, para anggota sudah menunjukkan kerjasama dengan teman-teman dalam satu kelompok yaitu saling berkomunikasi, bertukar pikiran dan pendapat dalam membahas topik.

Pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai alat meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa pada siklus II pertemuan pertama kelompok 1 menunjukkan peneliti dalam melaksanakan bimbingan kelompok dapat dikategorikan tinggi (61%-80%), kelompok 2 dikategorikan sangat tinggi yaitu pada rentang (81%-100%), dan kelompok 3 dikategorikan tinggi yaitu pada rentang (61%-80%). Adapun ketepatan anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok pada kelompok 1 dapat dikategorikan tinggi yaitu pada rentang (61%-80%), kelompok 2 dikategorikan tinggi yaitu pada rentang (61%-80%) dan kelompok 3 dikategorikan tinggi yaitu pada rentang (61%-80%), karena para anggota sudah mulai bisa berdinamika kelompok, keterampilan bertanya, keterampilan mengemukakan pendapat, dan keberanian untuk tampil di depan saat mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Juga dengan ketepatan peneliti yang tinggi dalam memberikan layanan bimbingan kelompok.

Pada pertemuan kedua siklus II pertemuan kedua anggota sudah mulai merasa nyaman melakukan atau mengikuti pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok juga sudah berdinamika kelompok yang baik, juga peneliti yang terus berusaha menciptakan suasana yang menyenangkan kepada para anggota, ditujukan dengan ketepatan peneliti dalam melaksanakan bimbingan kelompok, kelompok 1 memperoleh hasil pada kategori Sangat tinggi, kelompok 2 dikategorikan sangat tinggi, dan kelompok 3 dikategorikan sangat tinggi karena semuanya

pada rentang (81%-100%). Adapun ketepatan anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok, kelompok 1 dapat dikategorikan sangat tinggi, kelompok 2 dikategorikan sangat tinggi, dan kelompok 3 dikategorikan sangat tinggi karena semuanya pada rentang (81%-100%), sehingga pada siklus II pertemuan kedua ketepatan peneliti dan anggota mengalami peningkatan dalam ketepatan pelaksanaan bimbingan kelompok, kelompok 1 sebesar 15% yang semula tinggi (76%) menjadi sangat tinggi (91%), kelompok 2 sebesar 15% yang semula sangat tinggi (81%) menjadi sangat tinggi (96%), dan kelompok 3 sebesar 12% yang semula tinggi (78%) menjadi sangat tinggi (90%) dan anggota juga mengalami peningkatan kelompok 1 sebesar 22% yang semula sedang (66%) menjadi sangat tinggi (88%), kelompok 2 sebesar 23% yang semula tinggi (72%) menjadi sangat tinggi (95%) dan kelompok 3 sebesar 19% yang semula sedang (70%) menjadi sangat tinggi (89%).

Berdasarkan analisis dan refleksi tindakan pada siklus II sudah mengalami peningkatan yang sesuai apa yang diharapkan oleh peneliti oleh karena itu penelitian tindakan bimbingan kelompok pada siklus II dipandang cukup.

## SIMPULAN

Layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa kelas X MAN 2 Kudus berjalan dengan baik, siswa aktif dalam pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok. kemampuan beradaptasi siswa dapat meningkat, baik saat menerima pelajaran, dengan guru, dengan kurikulum yang ada di MAN 2 Kudus, juga dengan lingkungan madrasah MAN 2 Kudus.

Sebelum diberikan Bimbingan Kelompok, berdasarkan hasil angket beradaptasi, peneliti menemukan 24 siswa yang memiliki tingkat beradaptasi rendah untuk mendapatkan bantuan supaya tingkat beradaptasinya lebih tinggi.

Dari 24 siswa setelah diberikan Bimbingan Kelompok sesuai dengan materi yang sudah diberikan melalui penelitian PTBK melalui 2 siklus, 4 kali pertemuan hasil ketepatan peneliti dari 56% (sedang) menjadi 90% (sangat tinggi). Hasil ketepatan anggota diperoleh dari 38% (rendah) menjadi 89% (sangat tinggi).

Setelah diberikan Bimbingan Kelompok melalui 2 siklus dan 4 kali pertemuan, hasil ketepatan anggota dari 38% menjadi 89%, berarti mengalami peningkatan/kenaikan sebesar 51%. Jadi, hipotesis yang berbunyi : Layanan Bimbingan Kelompok Dapat Meningkatkan Kemampuan Beradaptasi Siswa Dari Tingkatan Yang Rendah Kelas X MAN 2 Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012 dapat diterima kebenarannya

## DAFTAR PUSTAKA

1. Nasution, S. (2001). *Metode Research: Penelitian Ilmiah*. Jakarta: Bumi Aksara.
2. Rusmana, Nandang. (2009). *Bimbingan Dan Konseling Kelompok Di Sekolah (Metode, Teknik dan Aplikasi)*. Bandung: RIZQI Press.
3. Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R dan D*. Bandung: ALFABETA.
4. Sukardi, Dewa Ketut. (2000). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
5. Willis, Sofyan S. (2010). *Remaja & Masalahnya Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja Seperti Narkoba, Free Sex Dan Pemecahannya*. Bandung: Alfabeta.
6. Yusuf, Syamsu. (2004). *Mental Hygiene Pengembangan Kesehatan Mental Dalam Kajian Psikologi Dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
7. Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. (2005). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. PT Bumi Aksara.