

BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA TERISOLIR

Ainur Rosidah

Prodi Bimbingan dan Konseling STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung
email: Rosyidahainur71@yahoo.co.id

Abstract

Adaptation of isolated students is a kind of students incapacity in social relationship such as be alone, and be avoided by milieu friends. This study aims to investigate the effectiveness of group guidance by using problem solving technique toward isolated students. This study used quantitative approach and quasi experimental method with nonequivalent pretest-posttest control group design. 26 students of seventh grade of State Islamic Junior High School (Mts) Pringsewu were choosen as the sample. They were selected by using simple random sampling technique. The research finding shows that group guidance with problem solving technique is effective to improve adaptation of isolated students.

Keywords: *group guidance, problem solving technique, and isolated students.*

1. PENDAHULUAN

Individu dalam menjalani kehidupan saat sekarang dihadapkan pada tuntutan suatu kebutuhan yang harus terpenuhi dengan semakin canggih dan berkembangnya berbagai teknologi yang ada, sehingga muncul persoalan hidup yang semakin kompleks dan sulit untuk diatasi seperti perasaan cemas, stress, minder, malu, senang menyendiri, menarik diri dari teman sebayanya, gelisah, dan gangguan jiwa lainnya. Persoalan hidup itu timbul karena adanya sesuatu yang dirasakan sulit untuk dilaksanakan dan ditemukan penyelesaiannya yang disebabkan oleh adanya ketidakmampuan diri dalam melakukan suatu penyesuaian diri dengan

segala bentuk perubahan yang ada dalam rangka untuk mempertahankan kelangsungan hidup dan berdampak pada ketidak bahagiaan bagi dirinya, atau dengan kata lain individu belum memiliki keterampilan dalam menyesuaikan diri.

Schneiders (1964:51) menjelaskan bahwa penyesuaian diri (adjustment atau personal adjustment) pada prinsipnya merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha mengulangi kebutuhan-kebutuhan didalam dirinya, mengatasi ketegangan dan frustasi dan menyelesaikan konflik dengan tujuan untuk mendapatkan keselarasan tuntutan dari dalam diri dengan tuntutan dimana lingkungan berada.

Masalah penyesuaian diri yang di alami anak di sekolah pada umumnya timbul ketika anak mulai memasuki sekolah baru yaitu sekolah lanjutan pertama, di mana anak sedang memasuki masa remaja baik secara psikologis maupun fisiologis yaitu usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama terutama dalam masalah hak, dan terjadi perubahan intelektual yang mencolok, yang menumbuhkan transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja yang memungkinkan untuk mencapai integritas dalam hubungan sosial dengan orang dewasa (Piaget dalam Hurlock, 1980:206). Karena masa remaja merupakan masa peralihan dari SD ke SMP/MTs atau masa anak-anak menuju masa remaja yang terjadi pergerakan dari posisi teratas (saat di SD mereka berada pada posisi siswa yang paling besar dan berkuasa di sekolah) ke posisi terendah (di SMP/MTs mereka menjadi siswa yang paling muda dan paling lemah). Hal itulah yang membuat masalah bagi banyak siswa yang kurang dapat menyesuaikan diri dengan situasi baru dan akhirnya menarik diri dari teman sebayanya (terisolir).

Keterisoliran ini merupakan dampak dari proses sosialisasi yang

dilakukan seseorang terhadap orang lain, di lingkungan ia berada. Keterisoliran juga bisa dikatakan sebagai dampak dari salah satu perilaku salah suai (maladjustment) dalam konteks hubungan sosial. Seperti yang dijelaskan Wartini (2013:1) Siswa terisolir adalah siswa yang tidak mempunyai sahabat atau teman dekat, jarang dipilih oleh teman-temannya, selalu ditolak diantara teman sebayanya yang ada di lingkungannya, tidak mempunyai minat untuk mengikuti kegiatan dalam suatu kelompok sosial, tidak dapat menyerap dan menerima norma-norma kedalam kepribadiannya, tidak berperilaku menyesuaikan diri, dan jarang dipilih atau mendapat penolakan dari lingkungan sekitarnya, serta cenderung menampilkan perilaku maladjustment dalam kehidupannya.

Fenomena yang terjadi di lapangan berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di Mts Negeri Pringsewu, menunjukkan bahwa masih terdapat masalah penyesuaian diri siswa terisolir. Artinya siswa tersebut belum mampu dalam melakukan hubungan sosial dengan baik, seperti halnya menyendiri, dan dijauhi oleh teman-teman sepergaulannya.

Fenomena tersebut juga dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nastiti Elsa dan Najlatun (2013)

menyatakan bahwa terdapat 22% siswa kelas VIII A SMP Negeri I Kunjang Kediri yang mengalami keterisoliran, hal tersebut ditunjukkan dengan adanya perilaku suka menyendiri ketika jam istirahat berlangsung, dijauhi oleh teman-teman di kelasnya, saat pembagian kelompok tidak mendapatkan teman kelompoknya, dan tidak berani untuk mengemukakan pendapatnya didepan kelas. Selain itu hasil penelitian yang sama juga dilakukan oleh Suherlan (2005) yang menjelaskan bahwa ada 14,14 % siswa yang juga mengalami keterisoliran, artinya bahwa dari seratus orang siswa disekolah terdapat 14 orang siswa terisolir. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir di setiap sekolah terdapat siswa terisolir, yang mana siswa terisolir tersebut akan terganggu proses belajarnya dikarenakan dirinya selalu diasingkan dan dijauhi oleh teman-teman sebayanya maupun teman kelompok di kelasnya. Jika siswa-siswa yang mengalami keterisoliran ini dibiarkan saja, maka akan berpengaruh terhadap perilakunya di masa mendatang.

Berangkat dari permasalahan di atas, maka perlu dilakukan upaya-upaya dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam rangka memperbaiki perilaku siswa agar mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di

sekolah khususnya bagi siswa yang terisolir. Sebab jika tidak dilakukan upaya-upaya penyesuaian diri kepada siswa yang terisolir akan mengakibatkan ketidaktercapaian tujuan pendidikan yang seharusnya. Karena, penyesuaian diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan siswa di sekolah yang salah satunya dilakukan dengan bentuk pemberian layanan bimbingan kelompok yang merupakan salah satu pemberian layanan dalam bimbingan dan konseling.

Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu seseorang dalam suasana kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana atau terorganisir dengan tujuan agar seseorang dapat memahami dirinya, mencegah masalah, mampu memperbaiki diri, dan menjalani perkembangan secara optimal (Gibson dan Mitchell, 2011: 275).

Layanan bimbingan kelompok secara konseptual dinilai efektif dalam memberikan intervensi-intervensi positif kepada siswa. Karena sifat dari bimbingan kelompok itu sendiri dimulai dari yang bersifat informatif sampai pada yang sifatnya terapeutik. Seperti yang dijelaskan oleh Rusmana (2009:14) bahwa teknik yang dapat dilakukan dalam bimbingan kelompok meliputi pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan

masalah (problem solving), permainan, karyawisata, dan sosiodrama. Dalam penelitian ini, yang menjadi fokus peneliti adalah bimbingan kelompok melalui teknik pemecahan masalah (problem solving).

Problem-solving atau pemecahan masalah adalah suatu proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi dalam kehidupan dirinya (Suharman, 2005:6). Teknik ini digunakan karena menurut Piaget (Santrock, 2003 : 108) menjelaskan bahwa remaja pada usia 11/12 s.d 15 tahun sudah mampu membayangkan situasi rekaan dan mencoba mengolahnya dengan pemikiran logis, dan memungkinkan remaja tersebut trampil dalam menentukan penyelesaian masalahnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Hal tersebut dapat dilakukan dengan terbiasanya siswa dalam memecahkan permasalahan yang dialami sehingga siswa tersebut mampu membentuk suatu konsep pemikiran positif yang dapat dijadikan sebagai suatu patokan dalam membangun kemampuan penyesuaian dirinya dengan baik tanpa keterisoliran. Teknik Problem-solving atau pemecahan masalah ini digunakan dengan tujuan untuk menuntun siswa pada proses berpikir kritis, berpikir analitis, berpikir reflektif, pengembangan

daya nalar pada proses cara-cara pemecahan masalah, dan mampu mengambil keputusan secara tepat bagi dirinya.

Berdasarkan pemaparan di atas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian berupa bimbingan kelompok melalui teknik problem solving untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir di Mts Negeri Pringsewu.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuasi eksperimen dengan desain penelitian “pretest-posttest non-equivalent control group design (Fraenkel & Wallen, 1993). Desain penelitian ini dipilih karena peneliti tidak mungkin mengontrol atau memanipulasi semua variabel yang relevan kecuali beberapa dari variabel-variabel yang diteliti. Adapun langkah-langkah rancangan penelitiannya sebagai berikut:

Pertama, memberikan pre-test kepada sampel penelitian untuk mengukur tingkah laku penyesuaian diri siswa terisolir dengan membagi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua, peneliti memberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving kepada kelompok eksperimen, dan untuk kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional. Ketiga,

memberikan post-test kepada sampel penelitian untuk mengukur tingkah laku penyesuaian diri siswa terisolir dengan membagi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang sudah diberikan perlakuan. Terakhir, membandingkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui adanya suatu peningkatan penyesuaian diri siswa terisolir antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII di Mts Negeri Pringsewu yang berjumlah 105 siswa. Dan sampel penelitian berjumlah 26 siswa yang terindikasi mengalami penyesuaian diri terisolir yang dipilih secara random.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik nonparametris X^2 one sample. Teknik analisis data tersebut digunakan untuk uji efektivitas atau menguji perbedaan penyesuaian diri siswa terisolir antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan menunjukkan bahwa

perolehan skor gambaran umum penyesuaian diri siswa terisolir dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1: Gambaran Umum Penyesuaian Diri Siswa Terisolir Kelas VII Mts Negeri Pringsewu

Kategori	Rentang Skor	F	%
Tinggi	121 - 160	25	23,8
Sedang	81- 120	54	51,4
Rendah	40 - 80	26	24,8
Jumlah		105	100

Data di atas tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang mempunyai penyesuaian diri terisolir rendah, dan apabila tidak diberikan bantuan layanan maka akan berpengaruh pada perkembangan berikutnya. Pemberian bantuan bagi penyesuaian diri siswa terisolir rendah diberikan dengan pemberian layanan bimbingan kelompok melalui teknik *problem solving*.

Penyesuaian diri siswa terisolir rendah dengan subjek 26 siswa di bagi menjadi dua kelompok yaitu 13 siswa untuk kelompok eksperimen yang akan diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *problem solving*, dan 13 siswa lagi untuk kelompok kontrol diberikan layanan secara konvensional. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* diberikan sebanyak 4 kali pertemuan.

Dari hasil penelitian terlihat adanya peningkatan pada skor Penyesuaian diri siswa terisolir dengan ditunjukkannya perubahan nilai rata-rata pada saat *pre-test* dan *pos-test* untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun perolehan skor nilai rata-rata pada saat *pre-test* dan *pos-test* Penyesuaian diri siswa terisolir disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2: Rata-rata Skor Penyesuaian Diri Siswa Terisolir saat *pre-test* dan *pos-test*

Kondisi	Kelompok	Rata-rata
<i>Pre-test</i>	Kelompok eksperimen	88,52
	Kelompok kontrol	87,76
<i>Post-test</i>	Kelompok eksperimen	137,13
	Kelompok kontrol	93,88

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa adanya perubahan skor rata-rata penyesuaian diri siswa terisolir pada saat *pre-test* dan *pos-test* untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir ini dilakukan dengan menggunakan analisis data berupa rumus uji beda yaitu uji statistik nonparametris X^2 *one sample*.

Adapun bentuk analisisnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 : Uji Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Eksperi men- Kontrol	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	13 ^b	7.10	94.00
	Ties	0 ^c		
	Total	13		

Berdasarkan hasil perhitungan tabel di atas menunjukkan bahwa skor penyesuaian diri siswa terisolir mengalami peningkatan yang signifikan dengan ditunjukkan signifikansi $< \alpha$ ($0,001 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir.

Hal ini sesuai dengan pendapat Natawidjaja (1996:267) yang menjelaskan bahwa sasaran bimbingan kelompok adalah individu yang diberikan bantuan berupa informastif dan kuratif agar mencapai pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri dalam menuju perkembangan diri yang optimal. Peranan anggota kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok bersifat aktif membahas topik yang relevan dan bermanfaat bagi pencegahan masalah atau pengembangan pribadi yang

berguna bagi para anggota kelompok yaitu dengan cara keterlibatan aktif, pemahaman isi dan dampak terhadap anggota kelompok, menumbuhkan interaksi multi arah, aktif bernuansa intelektual, pencerahan dan pendalaman, berpartisipasi aktif dalam dinamika interaksi sosial, menyumbang bagi pembahasan masalah dan pemecahan masalah bagi dirinya.

Problem-solving atau pemecahan masalah adalah suatu proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi dalam kehidupan dirinya (Suharman, 2005:6). Teknik ini digunakan karena menurut Piaget (Santrock, 2003 : 108) menjelaskan bahwa remaja pada usia 11/12 s.d 15 tahun sudah mampu membayangkan situasi rekaan dan mencoba mengolahnya dengan pemikiran logis, dan memungkinkan remaja tersebut trampil dalam menentukan penyelesaian masalahnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Hal tersebut dapat dilakukan dengan terbiasanya siswa dalam memecahkan permasalahan yang dialami sehingga siswa tersebut mampu membentuk suatu konsep pemikiran positif yang dapat dijadikan sebagai suatu patokan dalam membangun kemampuan penyesuaian dirinya dengan baik tanpa mengalami keterisoliran bagi dirinya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir, hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan yang signifikan skor hasil rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat pre-test dan post-test.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Fraenkel, J.R. and Wallen, N.E. (1993). Second Edition. *How to Design and Evaluate Research in Education*. Singapore: Mc-Graw Hill International.
- Gibson, R.L. dan M.H. Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari; *Introduction to Counseling and Guidance*. First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
- Natawidjaja, Rochman. (1996). *Konseling Kelompok Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung : Rizqi Press.
- Nastiti, Elsa Dyad dan Naqiyah, Najlatun. (2013). *Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Untuk Mengatasi Siswa*

Terisolasi di Kelas VIII A SMP Negeri I Kunjang Kediri. Jurnal BK Unesa, Vol 04/No.01.

Rusmana, Nandang. (2009). *Bimbingan Dan Konseling Kelompok Disekolah (Metode, Teknik Dan Aplikasi)*. Bandung: Rizki Press.

Sanrock, John W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Penerbit Erlangga.

Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment And Mental Health*. New York: Mc. Grave-Hill, Inc.

Suharman. (2005). *Psikologi Kognitif*. Surabaya : Srikandi.

Suherlan, Heri. (2005). *Perbedaan Sosial dan Konsep Diri Antara Siswa Terisolir Dengan Siswa Populer di Sekolah*. Skripsi : PPB UPI. Tidak diterbitkan.

Wartini, dkk. (2013). *Karakteristik Belajar Siswa Terisolir*. Jurnal Ilmiah Konseling UNP, Vol 2/No.1.