

## MODEL BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS NILAI NENGAH NYAMPUR DALAM FALSAFAH HIDUP MASYARAKAT LAMPUNG UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

Ainur Rosidah<sup>1)</sup>, Nurfaizal<sup>2)</sup>, Nita Fitria<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Bimbingan dan Konseling, STKIP Muhammadiyah Pringsewu  
email: [Rosyidahainur71@yahoo.com](mailto:Rosyidahainur71@yahoo.com)

<sup>2)</sup>Bimbingan dan Konseling, STKIP Muhammadiyah Pringsewu  
email: [faisal@stkipmpl-lpg.ac.id](mailto:faisal@stkipmpl-lpg.ac.id)

<sup>3)</sup>Bimbingan dan Konseling, STKIP Muhammadiyah Pringsewu  
email: [nitafitris88@gmail.com](mailto:nitafitris88@gmail.com)

### Abstract

*Self adjustment being a major capital hearts facing the challenges of life are fluctuating. Self adjustment problems in this research will be enhanced through the provision of group counseling services based the value "nengah nyampur" in the philosophy of life Lampung people. This study aims to determine the effectiveness of the review the provision of the model of group counseling services based the value "nengah nyampur" in the philosophy of life Lampung people to increases self adjustment students' in the first grade of the MTs Al Falah Sinar Gunung. The methods of the research is a research and development (R & D). The result of the research shows that the self adjustment students' in the first grade of Mts Al Falah Sinar Gunung increased significantly. This increase is characterized by the average value of students' data pre-test and post-test in experimental group, the average value on the pre-test of 94.6 and average value on the post-test of 144.3. So that the average value increased by 49.7. Thus, the model of group counseling services based the value "nengah nyampur" in the philosophy of life Lampung people effective to improve self adjusment students'.*

**Keywords:** *group counseling service based the value "nengah nyampur", philosophy of life, self adjusment*

### 1. PENDAHULUAN

Penyesuaian diri atau *self adjustment* menjadi modal utama dalam menghadapi tantangan kehidupan yang senantiasa fluktuatif. Ada beberapa hal yang ikut membantu seseorang dalam melakukan penyesuaian diri, diantaranya adalah kondisi fisik, mental, dan emosional. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Lazarus (Desmita, 2011:195) bahwa penyesuaian diri yang sehat lebih merujuk

pada konsep "sehatnya" kehidupan pribadi seseorang, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya. Adanya berbagai tuntutan penyesuaian diri yang paling kompleks adalah pada saat individu memasuki masa remaja. Karena masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yaitu masa dimana remaja sedang mengalami peralihan dalam dirinya (masa transisi), dan pada masa ini remaja

biasanya tidak mau disebut sebagai anak-anak lagi tetapi juga belum mampu menjadi seorang dewasa, sehingga remaja sering menunjukkan dirinya dengan masa yang penuh gejolak karena adanya pertentangan batin dalam dirinya untuk mencari identitas diri yang sesungguhnya. Seperti yang dijelaskan Piaget (Hurlock, 1980:206), bahwa usia remaja adalah ketika seseorang secara fisiologis terjadi adanya perkembangan fisik yang relatif cepat yang disertai dengan cepatnya perkembangan mental, dan secara psikologis ditandai dengan terjadinya interaksi dengan orang dewasa yaitu 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.

Siswa di sekolah menengah tergolong dalam masa remaja yang sedang mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan. Remaja sering dihadapkan pada berbagai persoalan-persoalan yang menuntut kemampuan dalam mencapai taraf pemikiran abstrak untuk menganalisis masalah dan mencari solusi terbaik. Misalnya, mampu memahami materi yang

disampaikan oleh guru selama proses kegiatan belajar mengajar dan mampu merealisasikan bukan dalam makna tetapi dalam tataran praktik. Pada kenyataannya siswa SMP masih cenderung belum bisa mengontrol emosi dengan baik selama proses kegiatan belajar mengajar berlangsung dengan menunjukkan perilaku-perilaku seperti membolos, berbicara tidak sopan, menarik diri dari lingkungan, dan tidak mengerjakan tugas sekolah. Gejala-gejala tersebut disebabkan karena beberapa faktor, salah satunya adalah kemungkinan siswa tidak mampu dalam menyesuaikan diri. Sehingga mengakibatkan rasa tidak percaya diri, tidak berani untuk mencoba hal-hal yang baru, merasa dirinya bodoh, rendah diri, merasa diri tidak berharga, serta merasa tidak layak untuk sukses dan pesimis. Akhirnya berakibat pada prestasi belajarnya di sekolah. Hal ini selaras dengan yang diungkapkan Winkel (2010:238) bahwa: "Gejala-gejala yang dapat memberikan indikasi mengenai kesulitan dalam menyesuaikan diri, antara lain: perilaku membangkang, mudah tersinggung, suka berbohong, suka membolos, berbicara agresif dan suka menyinggung perasaan orang lain, sering membela diri dengan menggunakan rasionalisasi, suka berdiam diri dan diam-diam saja, serta suka mengadu domba".

Dari pendapat Winkel di atas terlihat bahwa penyesuaian diri merupakan salah satu faktor penting guna terciptanya kesehatan mental seseorang. Karena seseorang yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dan aktuliasasi diri dalam hidupnya disebabkan ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, lingkungan, dan masyarakat sehingga dalam diri seseorang menjadi tidak dinamis.

Diantara sekian banyak konflik yang pernah terjadi akibat ketidakmampuan seseorang dalam menyesuaikan diri adalah kasus yang dialami oleh seorang siswa kelas VIII SMP PGRI Cimanggis, Depok pada 12 November 2012. Dia ditemukan tewas gantung diri di depan kamarnya di lantai dua asrama Pondok Pesantren Dzurohim, Depok. Berdasarkan keterangan dari pengasuh pesantren, anak tersebut kemungkinan mengalami depresi karena akan dikeluarkan dari sekolahnya sedangkan dia terhitung sudah dua kali pindah sekolah. Penyebab ia pindah-pindah sekolah ia tidak betah dengan suasana di sekolah-sekolah itu. Masalah tersebut membuatnya merasa bersalah dan malu kepada kepada orangtuanya (dalam berita online m.tempo.com, diunduh pada 20 April 2014).Menanggapi kasus tersebut, kepada tim harian Tempo yang dimuat dalam laman yang sama, psikolog dari

Universitas Indonesia, Enoch Markum, menyatakan bahwa pada kasus tersebut, lingkungan si anak sudah tidak nyaman baginya. Sementara di sekolah dia juga tidak punya teman, bunuh diri bisa terjadi karena depresi anak yang merasa tidak nyaman lagi dengan lingkungannya.

Tidak mempunyai teman akrab di sekolah dapat menyebabkan anak terisolir, minder dan merasa rendah diri. Untuk hal tersebut, seorang konselor sekolah atau guru BK yang bertanggungjawab memberikan bantuan moral kepada peserta didik dapat menunjukkan aksinya melalui layanan bimbingan dan konseling bidang pribadi-sosial. guru BK sebaiknya memetakan hubungan sosial siswa ke dalam bentuk sosiometri. Dari hasil pemetaan tersebut, akan terlihat siswa-siswa yang terisolir dan yang tersohor. Para siswa yang terisolir itulah yang diistilahkan sebagai seseorang yang belum mampu menyesuaikan diri secara maksimal. Untuk membuktikan hal tersebut, peneliti melakukan pra-penelitian ke MTs Al Falah Sinar Gunung. Peneliti menganalisis sosiometri yang dibuat oleh guru BK di sekolah tersebut. Dari hasil analisis data peneliti menemukan beberapa nama yang tidak dipilih sama sekali oleh temannya. Itu artinya para siswa tersebut mengalami masalah dalam hubungan sosialnya dalam hal ini dikaitkan dengan penyesuaian diri. Untuk membantu para

yang mengalami masalah tersebut, para guru BK di MTs Al Falah Sinar Gunung telah mencoba memberikan layanan dalam bentuk bimbingan kelompok secara konvensional tetapi belum memberikan hasil yang signifikan.

Berangkat dari permasalahan-permasalahan di atas, maka perlu dilakukan inovasi dalam layanan BK dalam rangka memperbaiki perilaku siswa agar mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di sekolah. Sebab jika tidak dilakukan upaya-upaya penyesuaian diri kepada siswa akan mengakibatkan ketidaktercapaian tujuan pendidikan yang telah digariskan dalam Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003, penyesuaian diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia yang harus dilalui siswa di sekolah yang salah satunya dilakukan dengan bimbingan kelompok.

Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dari orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Untuk menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok, guru pembimbing menyusun

jadwal kegiatan kelompok secara teratur, misalnya sekali dalam sebulan, meskipun terkadang bisa terbentuk secara insidental. Topik-topik bahasan yang ditentukan bervariasi biasanya mengenai situasi dan kejadian-kejadian aktual. Selain itu guru pembimbing juga perlu menawarkan topik-topik bebas kepada para anggota.

Layanan bimbingan kelompok secara konseptual dinilai efektif dalam memberikan intervensi-intervensi positif kepada peserta didik. Ketika guru BK akan memberikan layanan yang sifatnya preventif dan *development*, layanan bimbingan kelompok adalah jawabannya, menurut Sukardi (2008: 64) menyatakan bahwa "layanan bimbingan kelompok memiliki tiga fungsi, yaitu 1) berfungsi informatif; 2) berfungsi pengembangan; dan 3) berfungsi preventif dan kreatif".

Melihat konsep bimbingan kelompok di atas bila dikaitkan dengan masalah penyesuaian diri seharusnya mempunyai titik temu dalam memberikan solusi dalam bidang pribadi-sosial. Namun, menurut pemahaman peneliti, layanan bimbingan kelompok belum memberikan hasil yang optimal dikarekan faktor perbedaan budaya yang dimiliki oleh siswa yang satu dengan yang lainnya sehingga menyebabkan siswa susah berkomunikasi dengan siswa yang berbeda latar belakang budaya. Hal ini didukung oleh keterangan dari guru BK, bahwa para siswa mengalami kesulitan

berteman dengan siswa yang berasal dari suku Lampung sebagai suku pribumi yang merasa eksklusif dari siswa suku pendatang

Memahami konflik atas nama perbedaan budaya di atas, maka diperlukan pembingkai kembali nilai-nilai budaya yang seharusnya dipegang oleh siswa sebagai acuan dalam bertindak laku. Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mencoba memberikan nuansa baru dalam rangka pemberian layanan BK agar efektif untuk siswa yang bermasalah dalam penyesuaian diri, terutama di sekolah yang memiliki komposisi siswa dari berbagai macam kultur budaya yang berbeda melalui layanan bimbingan kelompok yang mengangkat nilai budaya setempat sebagai kearifan lokal yang mulai luntur.

Bicara mengenai nilai-nilai budaya, masyarakat Lampung sebagai suku pribumi memiliki ideologi yang mengatur bagaimana mereka bertindak laku. Ideologi tersebut tertuang dalam lima nilai budaya yaitu: *pi'il pesenggiri* berarti rasa harga diri, *bejuluk beadok* artinya mempunyai julukan dan gelar adat untuk berjuang meningkatkan kesempurnaan hidup dan bertata krama, *nengah nyampur* adalah tata pergaulan bermasyarakat dan tidak mengisolasi diri dari orang lain, suku atau bangsa lain (Sarhini dan Khalik 2010: 28-34), *nemui nyimah* yaitu bermurah hati, terbuka tangan dan ramah tamah terhadap

semua pihak (Sabaruddin, 2012: 25), dan *sakai sembayan* yaitu gotong royong, tolong-menolong, bahu-membahu dan saling memberi (Abdullah, 2008: 224). Kelima aspek falsafah itu sangat erat dengan nilai-nilai saling menghormati, tolong-menolong, kebersamaan, kekerabatan dan nilai-nilai kekeluargaan lainnya yang berkenaan dengan sikap dan tingkah laku.

Dari kelima nilai di atas, jika dikaitkan dengan masalah penyesuaian diri maka nilai "*nengah nyampur*" memiliki kekuatan yang menyenjatai individu agar tidak mengisolasi diri dari lingkungannya. Falsafah nilai nengah nyampur dalam masyarakat Lampung dimaksudkan agar sebagai orang Lampung, individu mampu beradaptasi dan bersosial terhadap siapapun, tidak mengisolasi diri dari kelompok kelompok lain yang dikenal dengan istilah "*banggi*" oleh masyarakat Lampung Megow Pak. Dengan *merereframing* nilai nengah nyampur, diharapkan para siswa mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungannya agar tidak dikatakan "*banggi*".

Secara etimologis, istilah nengah nyampur terdiri dari dua kata yaitu nengah dan nyampur. Nengah berasal dari kata benda, kemudian berubah menjadi kata kerja yang berarti berada di tengah. Sedangkan nyampur berasal dari kata benda campur menjadi kata kerja nyampur

yang berarti baur atau berbaur (Sarhini dan Khalik, 2010: 28-35).

Secara harfiah nengah nyampur dapat diartikan sebagai sikap suka bergaul, suka bersahabat dan toleran antar sesama (Sabaruddin, 2012: 26-32). Masyarakat Lampung mengutamakan rasa kekeluargaan dan didukung dengan sikap suka bergaul dan bersahabat dengan siapa saja, tidak membedakan suku, agama, tingkatan, asal usul dan golongan. Sikap suka bergaul dan bersahabat menumbuhkan semangat suka bekerjasama dan tenggang rasa (toleransi) yang tinggi antar sesamanya. Sikap toleransi akan menumbuhkan sikap ingin tahu, mau mendengarkan nasehat orang lain, memacu semangat kreativitas dan tanggap terhadap perkembangan gejala-gejala sosial. Oleh sebab itu dapat diambil suatu konklusi bahwa sikap nengah-nyampur menunjuk kepada nilai musyawarah untuk mufakat. Sikap nengah nyampur melambangkan sikap nalar yang baik, tertib dan seklaignis merupakan embrio dari kesungguhan untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap adaptif terhadap perubahan.

Melihat kondisi kehidupan masyarakat Lampung yang pluralistik, maka dapat dipahami bahwa penduduk daerah ini telah menjalankan prinsip hidup nengah-nyampur secara wajar dan positif. Sikap nengah-nyampur juga menunjukkan sikap ingin tahu yang tinggi, sehingga

menumbuhkan sikap kepeloporan. Pandangan atau pemikiran demikian menggambarkan bahwa anggota masyarakat Lampung merupakan bentuk kehidupan yang memiliki jiwa dan semangat kerja keras dan gigih untuk mencapai tujuan masa depannya dalam berbagai bidang kehidupan.

Nengah-nyampur merupakan pencerminan dari asas musyawarah untuk mufakat. Sebagai modal untuk bermusyawarah tentunya seseorang harus mempunyai pengetahuan dan wawasan yang luas, sikap toleransi yang tinggi dan melaksanakan segala keputusan dengan rasa penuh tanggung jawab (fachruddin Dani, <http://fachruddindani.blogspot.co.id>, diunduh tanggal: 15 November 2012). Dengan demikian berarti masyarakat Lampung pada umumnya dituntut kemampuannya untuk dapat menempatkan diri pada posisi yang wajar, yaitu dalam arti sopan dalam sikap perbuatan dan santun dalam tutur kata. Makna yang lebih dalam adalah harus siap mendengarkan, menganalisis, dan harus siap menyampaikan informasi dengan tertib dan bermakna.

Nengah nyampur adalah konsep yang menandai individu untuk menyadari keberadaannya yang merupakan bagian dari sebuah kelompok. Dalam hidup berkelompok individu mempunyai etika dan tata pergaulan yang mengaturnya

dalam bersikap sehingga orang tersebut tidak dikucilkan dan terisolir.

Berdasarkan pengertian di atas, maka nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung mempunyai peranan penting dalam kehidupan seseorang karena didalamnya terdapat adanya nilai-nilai kebersamaan, kekeluargaan, keterbukaan, tolong menolong, dan saling memiliki diantaranya. Hal tersebut sebagaimana dapat ditunjukkan dari hasil penelitian Fitria (2013) tentang model bimbingan kelompok berbasis falsafah hidup masyarakat lampung untuk mengurangi prasangka sosial siswa SMPN 1 Pugung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok berbasis falsafah hidup masyarakat lampung efektif untuk mengurangi prasangka social siswa SMPN 1 Pugung kota Lampung, dengan ditunjukkannya penurunan pada prasangka sosial sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok berbasis falsafah hidup masyarakat lampung adalah 85,14% dan setelah mengikuti bimbingan kelompok berbasis falsafah hidup masyarakat lampung menurun menjadi 39,46%. Yang artinya bahwa dengan pemberian bimbingan kelompok berbasis falsafah hidup masyarakat lampung dapat memberikan suatu kebermaknaan dalam kebersamaan yang berlandaskan pada nilai-nilai budaya lampung sehingga

memungkinkan setiap orang dapat berpartisipasi aktif membina kebersamaan, kekeluargaan, keterbukaan dan saling tolong menolong, dan bersosialisasi dengan baik.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rosidah (2013) dengan judul efektivitas teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa SMPN 29 Bandung terbukti efektif dengan ditunjukkan peningkatan yang signifikan pada setiap aspek penyesuaian diri siswa setelah diberikan *treatment* berupa teknik permainan dalam bimbingan kelompok.

Berdasarkan pemaparan di atas, bahwa nilai budaya dalam kearifan lokal dapat menjadi kekuatan untuk lebih mengokohkan layanan bimbingan dan konseling di sekolah terutama yang berkaitan dengan bidang pribadi-sosial sehingga peneliti mencoba melakukan penelitian dengan menggunakan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai “Nengah Nyampur” dalam Falsafah Hidup Masyarakat Lampung Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII MTs Al Falah Sinar Gunung Tahun Ajaran 2013/2014”.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (*Research and*

*Development*). Pengembangan penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk membuat produk berupa model bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII Mts Al Falah Sinar Gunung Tanggamus. Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam pembuatan model ini yaitu dengan menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan yang terdiri dari sepuluh langkah, di antaranya: (1) studi pendahuluan dan pengumpulan informasi; (2) perencanaan; (3) pengembangan model hipotetik; (4) uji kelayakan model hipotetik; (5) revisi; (6) ujicoba lapangan skala terbatas; (7) revisi hasil ujicoba lapangan; (8) ujicoba lebih luas; (9) revisi model akhir; (10) desiminasi dan sosialisasi. Borg dan Gall (Samsudi, 2009:87).

Dalam melakukan *need assessment* dilakukan dengan mengembangkan model hipotetik dengan menggunakan desain penelitian eksperimen yaitu *pretest-posttest non-equivalent control group design*. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dan kualitatif dalam metode penelitian campuran (*mixed methods*) (Creswell, 2010: 342). *Mixed method* berfokus pada pengumpulan dan analisis data serta memadukan antara data kuantitatif dan data kualitatif baik dalam penelitian tunggal maupun penelitian

jamak. Proses pengumpulan dan analisis data kuantitatif dilakukan sebelum intervensi diberikan dan setelah intervensi di berikan. Sedangkan proses pengumpulan dan analisis data kualitatif dilakukan sebelum selama dan setelah intervensi diberikan. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengkaji tentang penyesuaian diri siswa dan munguji tingkat efektivitas model bimbingan kelompok berbasis nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Sedangkan pendekatan kualitatif digunakan untuk mengetahui validitas rasional model hipotetik bimbingan kelompok berbasis nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Metode *mixed method* dalam melakukan proses kelayakan model hipotetik bimbingan kelompok berbasis nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, uji kelayakan model dilakukan dengan uji rasional yang melibatkan 4 orang ahli dengan tujuan untuk mendapatkan masukan, tanggapan, serta kritik dan saran sebagai bahan revisi model yang dikembangkan, selain itu juga dilakukan uji keterbacaan yaitu dengan melibatkan 15 siswa, dan terakhir dilakukan dengan uji kepraktikan yang



dilakukan dengan melibatkan guru praktikan yaitu guru BK MTs Al Falah Sinar Gunung Tanggamus. Dan metode eksperimen dilakukan dengan menguji coba model hipotetik bimbingan kelompok berbasis nilai negah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, sehingga diketahui seberapa efektif model tersebut dapat diimplementasikan.

Penelitian ini dilakukan di MTs Al Falah Sinar Gunung yang terletak di daerah Pringsewu Timur. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII MTs Al Falah Sinar Gunung Tahun Ajaran 2013/2014 yang memiliki 4 kelas dengan jumlah 126 siswa.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *simplerandomsampling* yaitu dengan mengambil sampel secara random tanpa pilih bulu, karena setiap individu dalam populasi mempunyai peluang yang sama untuk dijadikan subyek penelitian (Hadi, 2006:91). Sedangkan untuk sampel penelitian ini adalah siswa kelas VII MTs Al Falah Sinar Gunung Tahun Ajaran 2013/2014 yang diidentifikasi memiliki penyesuaian diri rendah. Dalam penentuan sampel penelitian, hal yang dilakukan adalah mengidentifikasi siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah di sekolah melalui instrument penelitian yang telah di-*judgment* oleh pakar.

Data mengenai masalah penyesuaian diri siswa rendah akan diintervensi melalui bimbingan kelompok berbasis nilai negah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat lampung yang dianalisis dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan uji t atau *t-test*. Uji t ini adalah pengujian perbedaan rata-rata yang biasa dilakukan oleh peneliti yang bermaksud mengkaji efektivitas suatu perlakuan dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara keadaan sebelum dengan keadaan sesudah perlakuan itu diberikan (Furqon, 2009:174).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Keseluruhan subjek penelitian yaitu siswa kelas VII MTs. Al Falah Sinar Gunung berjumlah 126 orang, yang terbagi menjadi empat kelas. Kemudian, penulis memberikan instrumen berupa skala penyesuaian diri kepada masing-masing siswa. Instrumen ini terdiri dari 49 item pernyataan yang digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri siswa kelas VII di MTs. Al Falah Sinar Gunung. Semua siswa mengerjakannya sesuai dengan petunjuk yang dijelaskan oleh penulis.

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh kriteria skor ideal dengan menggunakan rentang skor di

atas 147-196 masuk kategori tinggi, rentang skor di atas 99-146 masuk kategori sedang, dan rentang skor 49-98 masuk pada kategori rendah. Adapun profil penyesuaian diri siswa dapat dilihat pada Tabel 4.1 berikut.

**Tabel 1**  
**Profil Penyesuaian Diri Siswa**  
**Kelas VII MTs. Al Falah Sinar Gunung**

| <b>Kategori</b> | <b>Rentang Skor</b> | <b>F</b>   | <b>%</b>   |
|-----------------|---------------------|------------|------------|
| <b>Tinggi</b>   | 147 - 196           | 14         | 11,1       |
| <b>Sedang</b>   | 99 - 146            | 83         | 65,8       |
| <b>Rendah</b>   | 49 - 98             | 29         | 23,1       |
| <b>Jumlah</b>   |                     | <b>126</b> | <b>100</b> |

Data yang tercantum pada Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa siswa yang diidentifikasi memiliki penyesuaian diri dengan kategori tinggi berjumlah 14 siswa (11,1 %), sedangkan yang termasuk dalam kategori sedang berjumlah 83 siswa (65,8 %), dan yang termasuk dalam kategori rendah berjumlah 29 siswa (23,1%). Dari tabel tersebut dapat dimaknai bahwa pada umumnya tingkat penyesuaian diri siswa kelas VII berada pada kategori sedang artinya bahwa siswa yang berada pada kategori sedang pada dasarnya memiliki kesamaan dengan siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi dalam hal mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosial dengan tetap bersikap menghormati satu sama lain sesuai dengan norma yang berlaku. Mereka juga memiliki kemampuan menerima teman apa adanya dalam menjalin

hubungan persahabatan, kemampuan bersikap hormat dengan satu sama lain, berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah, bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah, serta membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah. Namun dalam hal ini mereka masih cenderung merasa malu dan kurang yakin dalam melakukan kemampuan yang ada dalam dirinya sehingga membutuhkan adanya dukungan dan penerimaan yang kuat dari lingkungan sekitar.

Sedangkan dalam penelitian ini yang menjadi bidikan adalah siswa yang berada pada kategori rendah, kemudian dari jumlah tersebut di bagi menjadi dua yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, meskipun jika dilihat dan dibandingkan secara keseluruhan, jumlah siswa yang berada pada kategori penyesuaian diri rendah relatif lebih kecil jika di bandingkan dengan siswa yang memiliki penyesuaian diri sedang dan tinggi. Namun jumlah siswa yang sedikit yang teridentifikasi memiliki penyesuaian diri rendah harus segera ditanggulangi agar dapat menyesuaikan diri dengan baik. Siswa yang berada pada kategori rendah adalah siswa yang belum memiliki ketrampilan sosial dalam menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sekolah. Hal ini terjadi karena dalam masa pergaulannya di sekolah siswa masih merasa takut untuk berkomunikasi dengan

lingkungan sekitar dan cenderung diam serta memilih melakukan kegiatan sekolah sendiri meskipun belum memahaminya. Siswa yang belum mampu menjalin hubungan persahabatan, belum mampu bersikap hormat, belum mampu bersikap aktif dalam kegiatan sekolah, belum mampu bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah, serta belum memiliki ketrampilan membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah merupakan indikator ketidak mampuan siswa dalam penyesuaian diri di sekolah.

Melihat data yang diperoleh tersebut menunjukkan bahwa perlu adanya upaya bantuan bagi siswa agar mereka dapat mengatasi masalah dalam kehidupan sosial yang layak. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok saja tidak cukup untuk mengatasi masalah penyesuaian diri yang rendah. Guru pembimbing membutuhkan sebuah model pelayanan bimbingan kelompok yang tepat dan efektif untuk dapat membantu mengatasi penyesuaian diri siswa.

Oleh karena itu, agar layanan bimbingan kelompok di MTs. Al Falah Sinar Gunung dapat membantu siswa meningkatkan penyesuaian dirinya maka model bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung dibuat sebagai inovasi untuk masalah yang berkaitan dengan luntarnya nilai-nilai sosial budaya.

Dengan demikian, diharapkan dengan tersusunnya model bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung ini dapat membantu guru pembimbing di MTs. Al Falah Sinar Gunung bahkan sekolah-sekolah lainnya yang ada di Lampung dalam melaksanakan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa yang terdiri dari berbagai macam suku pendatang dan pribumi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung mengalami peningkatan dalam perubahan skor dari sebelum pemberian layanan menjadi meningkat setelah pemberian layanan, hal ini menunjukkan bahwa cukup efektif penggunaan bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII MTs. Al Falah Sinar Gunung.

Peningkatan pada skor penyesuaian diri siswa secara keseluruhan dapat dilihat melalui adanya perubahan nilai rerata hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berikut disajikan nilai rerata skor penyesuaian diri siswa pada Tabel 4.5 berikut.

**Tabel 2**  
**Nilai Rerata *Pre-test* dan *Pos-test***  
**Kelompok Eksperimen dan Kontrol**  
**Penyesuaian Diri Siswa**

| Kondisi          | Kelompok            | Rerata |
|------------------|---------------------|--------|
| <i>Pre-test</i>  | Kelompok eksperimen | 94,6   |
|                  | Kelompok kontrol    | 94,7   |
| <i>Post-test</i> | Kelompok eksperimen | 144,3  |
|                  | Kelompok kontrol    | 102,4  |

Tabel 2 di atas menunjukkan adanya perubahan nilai rata-rata pada siswa saat *pre-test* maupun *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai rerata pada saat *pre-test* sebesar 94,6 untuk kelas eksperimen dan 94,7 untuk kelas kontrol dan nilai rerata pada saat *post-test* sebesar 144,3 untuk kelas eksperimen dan 102,4 untuk kelas kontrol. Sehingga nilai rerata pada saat *post-test* mengalami peningkatan sebesar 49,7 untuk kelompok eksperimen dan 7,7 untuk kelompok kontrol.

Pengujian efektivitas layanan dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dilakukan dengan perhitungan uji-*t* untuk melihat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan rumus *t-test*. Berikut disajikan hasil uji-*t* independen data *gain* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada Tabel berikut.

**Tabel 3**  
**Hasil Uji *t* Independen Data *Gain***  
**Kelompok Eksperimen dan**  
**Kelompok Kontrol**

| Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |       |                 |
|---|------|------------------------------|-------|-----------------|
| F                                       | Sig. | T                            | Df    | Sig. (2-tailed) |
| 1.685                                   | .202 | 8.386                        | 38    | .000            |
|   |      | 8.386                        | 35.52 | .000            |

Berdasarkan hasil pada Tabel 3 menyatakan karena hasil *Levene's Test* pada kedua varians sama besar (*equal variances assumed*) terpenuhi, maka selanjutnya dengan menggunakan uji-*t* independen sampel tes dengan asumsi kedua varians sama besar untuk hipotesis  $H_1: \mu_1 = \mu_2$  terhadap  $H_1: \mu_1 > \mu_2$  yang memberikan hasil  $t = 8.386$  dengan derajat kebebasan 38 dan  $p\text{-value (2-tailed)} = 0,000$ . Oleh karena hasil  $p\text{-value} = 0,000$  lebih kecil dari  $\alpha = 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa hasil skor rerata kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung lebih besar dibandingkan dengan skor rerata kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok konvensional di sekolah dengan bentuk pemberian bimbingan yang tidak terstruktur sesuai dengan kebutuhan siswa. Sehingga rerata data antara *pre-test* dan *post-test* berbeda secara signifikan. Berdasarkan hasil tersebut, maka Model

Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Nengah Nyampur dalam Falsafah Hidup Masyarakat Lampung Efektif untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa.

Bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung yang dikembangkan ini merupakan alternatif solusi untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Layanan ini diwarnai dengan nilai-nilai yang kaya dengan sosialisme dan budayaisme yang disesuaikan dengan topik-topik yang berkaitan dengan masalah penyesuaian diri siswa yang berada di fase perkembangan remaja awal.

Masa remaja merupakan masa transisi (usia 15-21 tahun). Siswa SMP berada pada tahap transisi (usia 12-15 tahun) dari masa anak menuju masa remaja yang ditandai dengan percepatan perkembangan baik fisik, mental sosial, emosional maupun sosial yang berlangsung pada periode kedua masa kehidupan atau masa untuk mencari jati diri yang sebenarnya dan sesungguhnya. Sehingga pada remaja terjadi proses menyesuaikan diri dengan standar dan kebiasaan kelompok yang ada di lingkungannya. Namun tidak semua individu dapat melakukan perubahan yang terjadi di dalam diri pada masa remaja yang menuntut seseorang untuk melakukan penyesuaian di dalam dirinya, menerima perubahan bagi dirinya, dan membentuk

“*sense of self*” yang baru tentang siapa dirinya untuk mempersiapkan diri menghadapi masa depan (Agustiani, 2009:38).

Dengan penguatan dari pernyataan di atas, menjadi suatu hal yang wajar jika siswa SMP/MTs. kelas VII masih memiliki penyesuaian diri yang berada dalam kategori rendah, mengingat siswa SMP/MTs merupakan masa pencarian identitas dimana remaja berada dalam kontinum antara *identity and identity confusion*. Hal ini didukung pula dengan pernyataan bahwa siswa di tingkat sekolah menengah pertama (SMP) pada umumnya berada pada rentang usia antara usia 12/13-15 tahun, dalam konteks psikologi perkembangan individu berada pada fase remaja awal (Makmun, 2003:130).

Siswa yang dikatakan berhasil dalam penyesuaian diri, proses terjadinya perilaku tersebut tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dari proses pembelajaran dari lingkungan sosialnya yang dijadikan model baik itu dari lingkungan keluarga, sekolah, ataupun masyarakat. Karena penyesuaian diri yang dimiliki individu dihasilkan melalui interaksi dan pengamatan sehari-hari mereka dengan orang disekelilingnya dalam dunia nyata, bukan secara sepihak memuaskan satu dorongan tanpa mempedulikan dorongan-dorongan yang lainnya. Hal ini senada dengan pendapat Ron dan Cass (1996)

menyebutkan bahwa tingkah laku dalam penyesuaian diri siswa dapat dirubah dengan proses penyesuaian yang terjadi dilingkungan sekitar. Sehingga dapat menyelesaikan masalah sosial dan meningkatkan kemandirian siswa dalam menghadapi kehidupan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa kelima aspek penyesuaian diri siswa kelas VII Mts Al-Falah Sinar Gunung menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Dengan adanya perubahan nilai rata-rata pada siswa saat *pre-test* maupun *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu nilai rerata pada saat *pre-test* sebesar 94,6 untuk kelas eksperimen dan 94,7 untuk kelas kontrol dan nilai rerata pada saat *post-test* sebesar 144,3 untuk kelas eksperimen dan 102,4 untuk kelas kontrol. Sehingga nilai rerata pada saat *post-test* mengalami peningkatan sebesar 49,7 untuk kelompok eksperimen dan 7,7 untuk kelompok kontrol.

Dengan demikian model layanan bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan yang signifikan pada setiap aspek penyesuaian

diri setelah diberikan *treatment* berupa model bimbingan kelompok berbasis nilai nengah nyampur dalam falsafah hidup masyarakat Lampung.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, dkk. (2008). *Kamus Bahasa: Lampung-Indonesia Indonesia-Lampung*. Lampung: Dita Kurnia.
- Agustiani, Hendriati. (2009). *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Creswell, John W. (2010). *Research Design, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Penerjemah. Ahmad Farid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dani. (2010). Kearifan Lokal Lampung. Dapat di akses di Fachruddin. <http://fachruddindani.blogspot.co.id/2010/11/kearifan-lokal-lampung-adalah-piil.html> (15 November 2012).
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitria, Nita. (2013). *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Falsafah Hidup Masyarakat Lampung untuk Mengurangi Prasangka Sosial*. Tesis Semarang: SPS UNNES (tidak diterbitkan).
- Furqon. (2009). *Statistika Terapan Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Ghufron, Nur & Risnawati, Rini. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz media group.

- Hadi, Sutrisno. (2006). *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
- Koran Tempo. (2012). Penyebab Anak Nekat Bunuh Diri. Dapat diakses di <http://m.tempo.co/read/news/2012/11/21/064443259/Ini->. (diunduh pada tanggal 20 April 2014).
- Permendiknas No 20 Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Ron J Nelson and Cass Dykeman. (1996). *The Effects Of A Group Counseling Intervention On Students With Behavioral Adjustment Problems. International Journal Of Elementary School Guidance & Counseling. Vol.31. 33.*
- Rosidah, Ainur. (2013). *Efektivitas Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa SMPN 29 Bandung*. Tesis Bandung: SPS UPI (tidak diterbitkan).
- Sabaruddin. (2012). *Lampung Pepadun dan saibatin/Pesisir Dialek O/Nyow dan Dialek A/Api*. Jakarta: Buletin Way Lima Manjau.
- Samsudi. (2009). *Desain Penelitian Pendidikan*. Semarang: UNNES Press.
- Sarbini, A. dan Khalik, A.T. (2010). *Budaya Lampung Versi Adat Megou Pa' Tulangbawang*. Yogyakarta: Badan Penerbitan Filsafat UGM.
- Sukardi, D.K. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Winkel, W.S. dan Hastuti, Sri. (2010). *Bimbingan dan Konseling di Instritusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.