

## Efektivitas Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa SMK

Galih Waskito<sup>1</sup>, Asrowi<sup>1</sup>, Ulya Makhmudah<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret, Jl Ir Sutami 36A,  
Surakarta, Jawa Tengah

Email: [galihconeuc@gmail.com](mailto:galihconeuc@gmail.com)

**Abstract:** *This study aimed to test the effectiveness of group guidance in improving students' social adjustment in vocational high school students. This study used an experimental method with a nonequivalent control group design (nonequivalent pretest-posttest). The subjects in this study were 45 students with low pretest scores. In the implementation of the treatment, the research subjects were divided into two groups: the experimental group was given group guidance, and the control group was given information services as usual. The data collection technique used is a social adjustment questionnaire tested for validity and reliability. Data analysis in this study used the Mann-Whitney test. Based on the results of hypothesis testing, it can be seen that there is a difference in scores between the experimental group and the control group after giving treatment. The results can be concluded that group guidance is practical for improving the social adjustment of class X SMK students. Based on these results, it is hoped that further researchers can develop group guidance to be more comprehensive.*

**Keywords:** *Group Guidance, Social Adjustment, Effectiveness*

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan Bimbingan kelompok untuk meningkatkan Penyesuaian sosial siswa SMK. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *nonequivalent control group design (pretest-posttest* yang tidak ekuivalen). Subjek dalam penelitian ini adalah 45 peserta didik dengan skor *pretest* rendah. Pada pelaksanaan *treatment*, subjek penelitian terbagi dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen diberikan bimbingan kelompok dan kelompok kontrol diberikan layanan informasi seperti pada umumnya. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan angket penyesuaian sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *Mann-Whitney*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, dapat diketahui bahwa ada perbedaan skor antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian *treatment*. Hasil analisis data dengan uji *Mann-Whitney* menunjukkan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial peserta didik kelas X SMK. Berdasarkan hasil tersebut, diharapkan bimbingan kelompok dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya menjadi lebih luas lagi.

**Kata kunci:** bimbingan kelompok, penyesuaian sosial, keefektifan

### PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri tanpa bantuan dari orang lain untuk saling berinteraksi satu sama lain. Setiap individu memerlukan kebutuhan untuk berkomunikasi dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar baik disekolah maupun di masyarakat. Masa remaja dalam kehidupan anak SMK perlu menjalani kehidupannya dengan bersosialisasi tujuan dalam dilakukannya agar mampu beradaptasi. Usia remaja kehidupan anak SMK mereka lebih banyak mementingkan kepentingannya sendiri dari pada kelompok. Pada dasarnya setiap remaja yang



telah memiliki kemampuan berkomunikasi efektif dengan teman sebaya, hal tersebut menunjukkan bahwa remaja mampu bersosialisasi dan memberikan respon baik dalam memecahkan suatu permasalahan pribadi.

Peserta didik memerlukan penyesuaian diri dalam segala bentuk perubahan dalam berinteraksi di lingkungan sekitar. Apabila peserta didik tidak dapat menyesuaikan diri maka dalam mencapai kehidupan yang harmonis antara individu dengan lingkungannya menjadi sulit bersosialisasi. Anak sekolah SMK sebagai individu yang belajar di perguruan tinggi juga memerlukan kemampuan dalam menyesuaikan diri. Nurihsan (2005:10) menjelaskan bahwa “belajar di perguruan tinggi memiliki beberapa karakteristik yang berbeda dengan belajar di sekolah lanjutan”. Karakteristik utama dari seorang individu pada tingkat ini adalah kemandirian, baik dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dan pemilihan program studi, maupun dalam pengelolaan dirinya sebagai seorang anak sekolah SMK.

Penyesuaian diri pada masa remaja memang banyak mengalami hambatan salah satunya yaitu di dalam dunia pendidikan, khususnya di sekolah. Keterampilan dalam melakukan penyesuaian sosial pada remaja akan membina hubungan yang baik antar peserta didik. Apabila peserta didik tidak dapat melakukan penyesuaian dengan baik akan dikucilkan oleh teman-temannya.

Scheneiders (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup.

Penyesuaian diri akan terbentuk apabila peserta didik memiliki keinginan yang kuat untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Peserta didik pada keadaan ini akan mengalami proses belajar, belajar saling memahami untuk melakukan penyesuaian yang ada dalam lingkungan sekitarnya. Menurut Kartono (2000), Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia dan merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu.

Dengan demikian ada upaya dalam membantu peserta didik dalam hal ini siswa SMK memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga diterima oleh masyarakat sesuai dengan norma yang berlaku. Salah satu fungsi dari bimbingan menurut Nurihsan (2005), Fungsi penyesuaian, dimana fungsi bimbingan adalah membantu individu menemukan penyesuaian diri dan perkembangannya secara optimal. Bimbingan dan Konseling anak sekolah SMK merupakan usaha untuk membantu mengembangkan potensi dan mengatasi masalah-masalah yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan di Sekolah mereka.

Melihat dari pentingnya penyesuaian dalam melakukan efektivitas bimbingan kelompok di SMK mengalami permasalahan khususnya pada penyesuaian anak dalam memiliki masalah terutama pada pergaulan antar teman. Fakta di lapangan berdasarkan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah dengan salah satu masalah yang mengganggu jalannya proses pembelajaran menjadi tanggung jawab guru BK. Melihat hal yang sudah dilakukan guru Bimbingan dan Konseling banyaknya siswa SMK yang mengalami masalah pribadi-sosial yaitu kurang menyenangkan kritikan dari orang lain, kurang memahami etika pergaulan, dan kurang berpartisipasi dalam pergaulan.

Berdasarkan angket yang diberikan terhadap 30 siswa diperoleh data, bahwa 40% siswa menyatakan sangat membutuhkan bantuan orang lain dalam memecahkan permasalahannya, dan

menyatakan senang jika di sekolah ada program layanan bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan penyesuaian sosial kepada siswa dan siswi SMK.

Sebelumnya, penelitian yang dilakukan Syahrul (2015) menyatakan bahwa ada peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada semua siswa setelah pemberian bantuan BK. Keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria tinggi dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa yang menunjukkan kriteria sedang. Berdasarkan fakta di lapangan yang terjadi pada siswa SMK tersebut, guru Bimbingan dan Konseling perlu melakukan upaya penguatan mengenai penyesuaian sosial pada siswa melalui bimbingan kelompok.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2012), penelitian eksperimen merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Berdasarkan pemaparan di atas penelitian eksperimen dipilih dengan pertimbangan bahwa eksperimen merupakan metode penelitian yang objektif, sistematis, dan terkontrol untuk mengungkapkan hal yang telah diprediksikan sebelumnya. Dalam penelitian ini akan mengungkapkan konseling kelompok dengan penyesuaian sosial sebagai variabel bebas dapat meningkatkan variabel terikat yaitu penyesuaian sosial peserta didik.

## HASIL

### Data pretest

Data *pretest* merupakan data awal peserta didik sebelum diberikan sebuah *treatment*. Pemberian *pretest* dilaksanakan pada kelas X dengan jumlah 45 peserta didik. Tujuan *pretest* untuk memperoleh data tentang penyesuaian sosial antar peserta didik. Dari hasil *pretest* tersebut didapatkan hasil 35 peserta didik yang memiliki penyesuaian sosial rendah. Hasil *pretest* yang mendapatkan 20 peserta didik tersebut kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Adapun data *pretest* yang diperoleh dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Nilai Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
1	Aa	81	1	A1	95
2	Ab	85	2	A2	91
3	Ac	75	3	A3	95
4	Ad	80	4	A4	90
5	Ae	93	5	A5	100
6	Af	100	6	A6	81
7	Ah	91	7	A7	100
8	Ai	91	8	A8	87
9	Aj	100	9	A9	97
10	Ak	89	10	A10	100

Distribusi frekuensi skor *pretest* penyesuaian sosial antar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor *Pretest* Penyesuaian Sosial antar Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

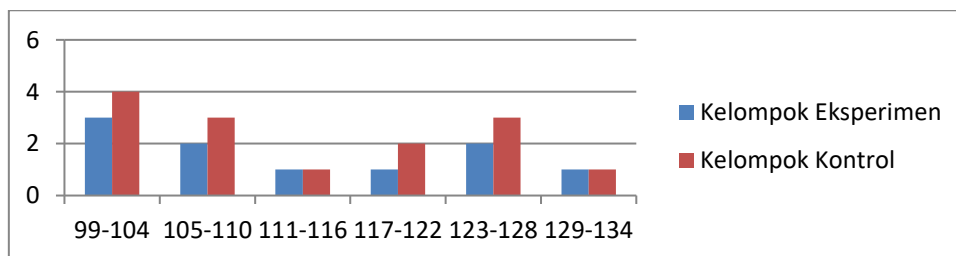
Kelas	Interval	Kelompok Eksperimen	Persentase (%)	Kelompok Kontrol	Persentase (%)
1	99-104	3	21.4	4	28.5
2	105-110	2	14.2	3	35.7
3	111-116	1	28.5	1	1
4	117-122	1	21.4	2	14.2
5	123-128	2	14.2	3	21.4
6	129-134	1	28.5	1	1
	JUMLAH	10	100	10	100

Selanjutnya untuk statistik deskriptif nilai *pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 3. Deskripsi Statistik *Pretest* Penyesuaian Sosial antar Peserta Didik**

	Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	
	Eksperimen	Kontrol
Mean	82.5	83.93
Median	82.5	86.00
Std. Deviation	4.125	5.281
Minimum	75	82
Maximum	100	100

Berdasarkan Tabel 3, diketahui jumlah data adalah 35 yang terdiri dari 10 peserta didik pada kelompok eksperimen dan 10 peserta didik pada kelompok kontrol. *Mean* atau rata-rata skor pada kelompok eksperimen adalah 82.5 dan *mean* atau rata-rata skor pada kelompok kontrol adalah 83.93. Median atau titik tengah skor pada kelompok eksperimen adalah 82.5 dan median atau titik tengah pada kelompok kontrol adalah 86.00. Standar deviasi data pada kelompok eksperimen adalah 4.125 dan standart deviasi pada kelompok kontrol adalah 5.281. Nilai minimum pada kelompok eksperimen adalah 75 sedangkan nilai minimum kelompok kontrol adalah 82. Dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol nilai maksimumnya adalah 100. Berdasarkan Tabel 2, maka dapat dilihat dalam bentuk histogram skor *pretest* toleransi antar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol disajikan dalam gambar 1.



**Gambar 1 Histogram Skor *Pretest* Penyesuaian Sosial antar Peserta Didik Kelompok Eksperimen**

Berdasarkan Tabel 3 dan Gambar 1, dapat diketahui bahwa skor *pretest* terendah kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol berada pada kelas interval 99-104 dengan jumlah 2 pada

kelompok eksperimen dan 3 pada kelompok kontrol. Skor tertinggi kelompok eksperimen pada interval 129-134 dengan jumlah 3 dan skor tertinggi kelompok kontrol berjumlah 4.

### **Treatment**

Setelah seluruh peserta didik diberikan angket, awal penyesuaian sosial antar peserta didik (*pretest*) kemudian dipilih dua kelas yang mendapat nilai terendah untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberikan *treatment* berupa bimbingan kelompok sementara pada kelompok kontrol diberikan perlakuan secara konvensional yang telah ada di sekolah tersebut. Pelaksanaan *treatment* dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan dengan waktu 1 x 40 menit tiap pertemuannya.

### **Data Posttest**

*Posttest* dilaksanakan setelah *treatment* ketiga, selesai dilaksanakan *treatment* lalu guru Bimbingan dan Konseling memberikan angket penyesuaian sosial antar peserta didik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tujuan *posttest* untuk memperoleh data akhir tentang tingkat penyesuaian sosial peserta didik SMK. Adapun data *posttest* yang diperoleh dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 4.

**Tabel 4. Nilai Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
1	Aa	111	1	A1	82
2	Ab	107	2	A2	93
3	Ac	113	3	A3	82
4	Ad	112	4	A4	90
5	Ae	117	5	A5	100
6	Af	121	6	A6	81
7	Ag	122	7	A7	100
8	Ah	123	8	A8	85
9	Ai	124	9	A9	94
10	Aj	125	10	A10	100

Pada distribusi frekuensi skor *posttest* toleransi antar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada Tabel 5.

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Skor Posttest Penyesuaian Sosial antar Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

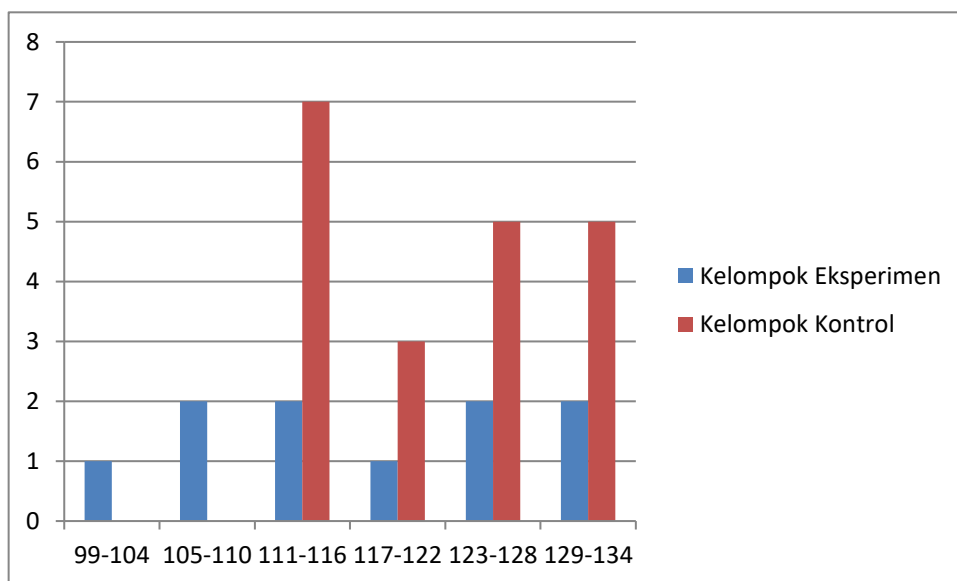
Kelas	Interval	Kelompok Eksperimen	Persentase (%)	Kelompok Kontrol	Persentase (%)
1		1	6,14	0	0
2	99-104	2	47,1	0	0
3	105-110	2	25,7	7	0
4	111-116	1	0	3	6,14
5	117-122	2	0	5	47,1
6	123-128	2	0	5	55,7
	129-134	10	100	10	100

Sedangkan untuk statistik deskriptif nilai *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 6.

**Tabel 6. Deskripsi Statistik *Posttest* Penyesuaian Sosial antar Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Mean	111,8	84,1
Median	121,5	86
Std. Deviation	3,94	5,63
Variance	20,4	33,9
Minimum	100	72
Maximum	122	100

Deskripsi pada tabel 6 menunjukkan bahwa skor terendah pada kelompok eksperimen adalah 111,8, dan kelompok kontrol 84,1. Skor tertinggi pada kelompok eksperimen adalah 122, sedangkan pada kelompok kontrol skor tertinggi adalah 100. Pada kelompok eksperimen memiliki nilai rata-rata 111,8, sedangkan pada kelompok kontrol memiliki rata-rata 86. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan toleransi antar peserta didik setelah diberi *treatment* berupa bimbingan kelompok. Berdasarkan tabel 6, maka dapat dilihat dalam bentuk histogram skor *posttest* penyesuaian sosial antar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol disajikan dalam gambar 2.



**Gambar 2. Histogram Skor *Posttest* penyesuaian sosial antar peserta didik**

Berdasarkan Tabel 6 dan Gambar 2, dapat diketahui bahwa skor terendah *posttest* penyesuaian sosial antar peserta didik kelompok eksperimen berada pada kelas interval 99-104 dengan jumlah 1 peserta didik. Pada kelompok kontrol skor terendah berada pada interval 117-122 dengan jumlah 3 peserta didik. Skor tertinggi kelompok eksperimen berada pada interval 111-116 dengan jumlah 2 peserta didik, sedangkan kelompok kontrol berada pada interval 111-116 dengan jumlah 7 peserta didik dengan kelompok kontrol 2. Pada interval 123-128 dengan kelompok eksperimen 2 dengan kelompok kontrol 5. Sedangkan pada eksperimen 2 sedangkan kelompok kontrol 5.

### Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest* antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil *pretest*, *posttest* dan selisih antara hasil *pretest* dan *posttest* penyesuaian sosial antar peserta didik antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol dapat disajikan dalam bentuk tabel. Berikut merupakan hasil *pretest*, *posttest*, dan selisih antara *pretest* dan *posttest* yang disajikan dalam Tabel 7.

**Tabel 7. Hasil *Pretest*, *Posttest* dan *Gain Score* Penyesuaian Sosial Antar Peserta Didik antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol**

No. Subjek	Kel. Eksperimen		Gain Score	No. Subjek	Kel. Kontrol		Gain Score
	Pretest	Posttest			Pretest	Posttest	
1	81	111	20	1	82	76	1
2	85	112	21	2	87	86	-1
3	75	120	36	3	75	75	0
4	80	120	30	4	80	81	1
5	83	114	22	5	100	100	1
6	100	121	22	6	81	72	-1
7	89	121	22	7	100	100	1
8	82	121	34	8	79	78	-1
9	100	130	30	9	88	88	0
10	85	120	35	10	100	100	1
Jumlah	860	1190	272	55	872	856	2
Mean	86	119	27.2	5.5	87.2	85.6	0.2

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa skor antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol berbeda. Setiap individu mengalami peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol mengalami penurunan pada beberapa individu.

### Pengujian Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah teknik pribadi sosial efektif untuk meningkatkan toleransi antar peserta didik SMK. Teknik analisis yang digunakan adalah statistik nonparametrik dengan uji *Mann-Whitney* menggunakan taraf signifikansi 0,05 dengan bantuan program pengolah data statistik. Hasil pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

### *Uji Hasil Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol*

Teknik analisis statistik nonparametrik dengan uji *Mann-Whitney* bertujuan untuk mengetahui perbedaan skor kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* bimbingan kelompok. Hasil analisis datanya disajikan pada tabel 8.

**Tabel 8. Uji Hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Uji	Skor
Mann-Whitney U	73,500
Wilcoxon W	199,500
Z	-0,558
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,304

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan pengujian *Mann-Whitney U* memiliki skor 73,500 dengan signifikansi sebesar 0,304. Signifikansi  $0,304 > 0,05$  jadi dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

### Uji Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Uji *Mann-Whitney* ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan skor toleransi antar peserta didik kelompok kontrol yang tidak diberi *treatment* dan kelompok eksperimen setelah diberi *treatment*. Hasil analisis datanya seperti pada tabel 9.

**Tabel 9. Uji Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Uji	Skor
Mann-Whitney U	0,000
Wilcoxon W	101,000
Z	-2,507
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui pengujian *Mann-Whitney U* memiliki skor 0,000 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $0,00 < 0,05$ ), sehingga ada perbedaan skor antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Hasil *pretest* diketahui signifikan sehingga dari analisis tersebut diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada toleransi antar peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberi *treatment* berupa pribadi sosial. Setelah *treatment* diberikan kepada kelompok eksperimen, selanjutnya diberi *posttest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data yang diperoleh dari hasil *posttest* diuji menggunakan uji *Mann-Whitney* diketahui signifikan. Data tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberi *treatment* berupa pribadi sosial dan kelompok kontrol yang tidak diberi *treatment*.

Berdasarkan hasil perhitungan data statistik di atas dapat diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberi *treatment* dan kelompok kontrol yang tidak diberi *treatment*. Diketahui juga bahwa ada perbedaan yang signifikan pada penyesuaian sosial antar peserta didik kelompok eksperimen sebelum dan sesudah di beri *treatment*. Skor penyesuaian sosial antar peserta didik sebelum diberikan *treatment* yaitu 1,175 dan skor setelah diberikan *treatment* adalah 1,520, terdapat peningkatan sebesar 30%. Maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial antar peserta didik kelas SMK.

Melalui penyesuaian sosial peserta didik dapat menghayati konflik sosial yang ada di dalam naskah penyesuaian sosial, hal tersebut ditunjukkan dengan peningkatan kemampuan peserta didik dalam mendiskusikan, yaitu peserta didik sudah dapat dengan luwes dan lebih percaya diri tanpa malu mengutarakan pendapatnya dengan diskusi kelompok. Hal tersebut melatih peserta didik dalam penyesuaian sosial dan dapat mengubah perilakunya menjadi lebih baik. Peserta didik akan menjiwai dalam diskusi, serta peserta didik lain akan memberikan tanggapan terhadap pelaksanaan penyesuaian sosial. Hal tersebut dapat menciptakan hubungan yang positif diantara peserta didik.

Menurut Nurihsan (2007) bahwa salah satu fungsi dari bimbingan yaitu membantu individu menemukan penyesuaian diri dan perkembangannya secara optimal. Bimbingan bagi anak sekolah SMK merupakan usaha untuk membantu mengembangkan dirinya dan mengatasi



problema-problema pribadi-sosial yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan di Sekolah mereka”.

Penelitian yang dilakukan Syahrul (2015) yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa”. Penelitian ini untuk mengetahui apakah penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VII dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok kemudian penelitian ini menunjukkan terjadinya peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada semua siswa yang sangat besar setelah pemberian treatment. Keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria tinggi dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan kriteria sedang.

Senada dengan penelitian Wei (2005) yang menyatakan bahwa penyesuaian sosial dan pribadi memediasi hubungan antara kecemasan lampiran dan perasaan kesepian dan depresi berikutnya, sedangkan pengungkapan diri dimediasi hubungan antara penghindaran keterikatan dan perasaan kesepian dan depresi berikutnya. Hubungan ini ditemukan setelah mengendalikan tingkat awal depresi. Senda juga dengan penelitian oleh DeAndrea (2011) Menunjukkan bahwa interaksi sosial dan pribadi dalam memenuhi kebutuhan sosial dinilai sangat ada dukungan toleransi antar peserta didik sebelum diberikan *treatment* yaitu 1.075 dan skor setelah diberikan *treatment* adalah 1.220, terdapat peningkatan sebesar 25%. bahwa penggunaan situs meningkatkan persepsi siswa bahwa mereka akan memiliki jaringan dukungan sosial yang beragam selama mereka semester pertama di perguruan tinggi, bahkan ketika mengendalikan prediktor kuat lainnya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh kesimpulan bahwa treatment berupa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial peserta didik SMK. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang telah diajukan peneliti dapat diterima dan terbukti kebenarannya. Sehingga hipotesis yang diajukan yang berbunyi bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial peserta didik SMK terbukti diterima.

## DAFTAR PUSTAKA

- Atmaja, P. (2015). *Pengaruh Konseling Behavior dalam Keterampilan Komunikasi Antar Pribadi*”. Jurnal IAIN Raden Intan Lampung.
- DeAndrea. (2011). *Serious social media: On the use of social media for improving students' adjustment to college*. Elsevier
- Ghufron, Nur, M. & Risnawita, S. R. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Nurihsan, A. (2005). *Manajemen Bimbingan dan Konseling di SMP*. Jakarta: Gramedia
- Schneiders, A. A. (2009). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt Rineheart and Winston.
- Song, Hyun-a (2015). The Adaptation Needs of International Social Work Students: A Proposed Mentoring Approach, *Journal of Social Work in the Global Community*: 1 (1), <https://scholarworks.waldenu.edu/jswgc/vol1/iss1/1>
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
-

Syahrul, (2015). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Kelas VII. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*

Wei, M. (2005) *Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self-Disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study. Journal of Counseling Psychology*. Diperoleh Diperoleh pada 24 April 2018, dari <http://psycnet.apa.org/buy/2005-13343-018>