



## MENINGKATKAN PENYESUAIN DIRI TERHADAP PROGRAM KEAHLIAN PADA SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

**Sri Lestari<sup>✉</sup>DYP Sugiharto, Mungin Eddy Wibowo**

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,  
Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2012

Disetujui September 2012

Dipublikasikan April  
2013

*Keywords:*

*adaptation, skills programs,  
group guidance services.*

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris tentang peningkatan penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga tahun ajaran 2012/2013 melalui layanan bimbingan kelompok. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis dengan jumlah 64 item yang sebelumnya telah diuji cobakan sehingga dapat digunakan dalam penelitian. Sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok, penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa termasuk dalam kriteria rendah (38.03%) dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok kriteria penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa menjadi tinggi (83.50%). Dari uji Wilcoxon diperoleh Zhitung sebesar 2.083 dan nilai Ztabel pada taraf signifikansi 5% dan N=10 yaitu 1.96. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga tahun ajaran 2012/2013 dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

### *Abstract*

*The purpose of this study was to obtain empirical data about increasing the adaptation to increasing skills program on class X student of SMK Negeri 1 Purbalingga school year 2012/2013 through group guidance services. This type of research is experimental research. The methods of data collection in this study using psychological scales with the number of 64 the items that have previously been tested so it can be used in research. Before obtaining group guidance services, adjustment to the skills program on the students included in the low criteria (38.03%) and after obtaining group guidance services the students adjustment criteria of the skills program to be high (83.50%). Zcount obtained from the Wilcoxon test is 2.083 and Ztable value at 5% significance level and N = 10 is 1.96. It can be concluded that the adjustment to the skill program in class X SMK Negeri 1 Purbalingga school year 2012/2013 can be enhanced through group guidance services. The conclusion is that there is a significant increase in adjustment to the skills program in class X SMK Negeri 1 Purbalingga before and after a given treatment group guidance services.*

©2013 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup>Alamat korespondensi:

Gedung A2, Kampus Sekarang gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: [ijournalbkunnes@yahoo.com](mailto:ijournalbkunnes@yahoo.com)

ISSN 2252-6374

## PENDAHULUAN

Makna akhir dari hasil pendidikan seseorang terletak pada sejauh mana hal yang telah dipelajari dapat membantunya dalam menyesuaikan diri dengan kebutuhan-kebutuhan hidupnya dan pada tuntutan masyarakat. Berdasarkan pengalaman-pengalaman yang didapat di sekolah dan di luar sekolah siswa memiliki sejumlah pengetahuan, kecakapan, minat-minat dan sikap-sikap. Dengan pengalaman itu siswa secara berkesinambungan dibentuk menjadi seseorang pribadi seperti apa yang dia miliki sekarang dan menjadi seorang pribadi tertentu di masa mendatang. Salah satu yang dapat membentuk seseorang menjadi pribadi tertentu di masa yang akan datang adalah dapat menyesuaikan diri di sekolah, khususnya di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), karena ketika siswa masuk langsung menempati program keahlian yang telah diambil. Dengan demikian, bagi siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri akan mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru, teman, dan mata pelajaran sehingga menyebabkan prestasi belajarnya menjadi menurun dibanding dengan prestasi sebelumnya.

Penyesuaian diri menurut Sofyan S. Willis (2010) adalah kemampuan siswa untuk hidup dan bergaul secara wajar dalam lingkungan sekolah, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya tersebut. Program keahlian adalah sebuah pilihan paket bidang studi yang lebih spesifik atau khusus dalam disiplin ilmu tertentu. Menurut Direktorat Pengembangan SMK Depdiknas (2007) program keahlian adalah program pendidikan kejuruan yang mampu membentuk lulusannya menguasai satu jenis profesi keahlian formal yang berjenjang dan relevan dengan kebutuhan dunia kerja. Jadi dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terhadap program keahlian merupakan suatu usaha atau kemampuan siswa terhadap program pendidikan kejuruan agar siswa menguasai satu

jenis profesi keahlian formal yang berjenjang dan relevan dengan kebutuhan dunia kerja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap program keahliannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap program keahliannya tersebut.

Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa dari lima program keahlian yang terdapat di SMK Negeri 1 Purbalingga yang diambil oleh siswa yaitu Akuntansi (AK), Administrasi Perkantoran (AP), Pemasaran (PM), Rekayasa Perangkat Lunak (RPL), serta Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ), siswa masih memiliki tingkat yang rendah dalam hal penyesuaian diri terhadap program keahlian. Berdasarkan studi pendahuluan melalui hasil instrumentasi menggunakan angket yang dilakukan oleh guru BK tahun ajaran 2012/2013 diperoleh data 20 siswa kelas X di SMK Negeri 1 Purbalingga, terutama siswa kelas X kurang dapat menyesuaikan diri dengan program keahliannya. Hasil angket tersebut menunjukkan bahwa siswa mengalami beberapa permasalahan antara lain yaitu: (1) kesulitan mengikuti mata pelajaran produktif atau keahlian yang diberikan, (2) kurang semangat mengikuti pelajaran (normatif, adaptif, produktif), (3) kesulitan konsentrasi dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, (4) menyalin tugas teman, (5) kurang berpartisipasi pada saat pelajaran berlangsung, (6) kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, (7) tidak dapat bersaing dengan sehat, dan (8) merasa stres dalam mengikuti pelajaran.

Hasil wawancara dengan guru BK juga di peroleh informasi bahwa dari data kesiswaan tercatat 18 siswa kelas X yang membolos dan sering datang terlambat ke sekolah sejak bulan juli 2012 sampai januari 2013. Selain itu hasil wawancara dari guru mata pelajaran menyatakan bahwa ada 15 siswa yang sering meninggalkan kelas pada saat kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung tanpa keterangan atau ijin terlebih dahulu.

Untuk memperkuat permasalahan di atas, maka peneliti menyebar angket kepada

siswa kelas X dari masing-masing program keahlian. Hasil angket tersebut menunjukkan bahwa 10% siswa mengalami kesulitan ketika mengikuti mata pelajaran produktif atau keahlian yang diberikan, sering meninggalkan kelas pada saat pelajaran berlangsung, menyalin tugas teman, dan merasa stres mengikuti pelajaran (normatif, adaptif, produktif).

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 10 siswa kelas X dari lima program keahlian tersebut diperoleh informasi bahwa 6 siswa dari program keahlian selain Akuntansi (AP, PM, RPL, TKJ) alasan mereka kurang bisa menyesuaikan diri dengan program keahliannya dikarenakan dalam mengambil program keahlian nilainya tidak mencukupi untuk masuk Akuntansi yang menjadi favorit siswa. Jadi mereka mau masuk program keahlian lain yang penting bisa masuk di sekolah negeri dan favorit di daerahnya. Tetapi, pada kenyataannya masuk pada program keahlian yang bukan pilihannya tidaklah mudah sehingga mereka merasa kesulitan menerima mata pelajaran, khususnya mata pelajaran produktif atau yang berhubungan dengan program keahliannya saja, padahal mereka belum pernah mendapatkan sebelumnya.

Sedangkan bagi 4 siswa yang diterima pada program keahlian Akuntansi mengaku bahwa dirinya terpaksa mau masuk program keahliannya tersebut dikarenakan merasa program keahlian Akuntansi adalah favorit siswa dan sekolah sudah menetapkan dengan hasil nilai UN yang diperolehnya. Padahal setelah masuk pada program keahlian tersebut, mereka juga merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan mata pelajarannya (produktif) atau keahlian yang diberikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil nilai raport semester 1 yang kurang memuaskan dibanding waktu SMP. Padahal ketika di SMP mereka selalu mendapat peringkat lima besar. Tetapi setelah masuk di SMK, nilainya menjadi jelek dan susah mengikuti mata pelajaran (produktif) atau keahliannya yang diberikan.

Ditambah lagi dari SMP siswa belum mengetahui informasi apapun mengenai program keahlian di SMK, karena guru BK

kurang bisa menjelaskan secara rinci kepada siswa mengenai program keahlian tersebut. Mereka juga beranggapan bahwa di SMK lebih sedikit teori daripada praktiknya jadi tidak perlu berfikir dua kali, tetapi cukup dengan menggunakan keterampilannya saja serta setelah lulus bisa langsung kerja. Sehingga mereka asal mengambil saja tanpa mengetahui lebih banyak informasi atau pengetahuan tentang program keahlian itu serta tanpa melakukan perencanaan yang cermat, yaitu tanpa disesuaikan dengan bakat dan minatnya. Hal ini menyebabkan mau tidak mau mereka harus menyukai program keahliannya tersebut, karena mereka sudah terlanjur memilihnya.

Penyesuaian diri yang dialami remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kematangan emosi yang ada pada diri remaja tersebut. Remaja dikatakan telah mencapai kematangan emosi bila tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain, menilai situasi secara kritis, dan memiliki reaksi emosi stabil. Kematangan emosi yang baik menjadikan remaja dapat mengendalikan diri terhadap lingkungannya sehingga mampu menyesuaikan diri dengan keadaan yang ada (Dokter sehat.com). Secara psikologis siswa SMK tengah memasuki tahapan perkembangan masa remaja, yakni masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Masa ini merupakan masa yang singkat dan sulit dalam perkembangan kehidupan manusia. Biasanya individu mengalami ambivalensi kemerdekaan (Mamat Supriatna dan Nandang Budiman, 2012).

Masa SMK adalah merupakan masa penting untuk menentukan arah ke depan lebih baik. Dengan kata lain, karier seseorang dapat dilihat dari program keahlian ketika di SMK. Problem yang sering terjadi adalah kurangnya informasi dalam dunia karir dan tidak menutup kemungkinan kurangnya potensi yang dimiliki sehingga hanya menghabiskan waktu, tenaga, dan biaya (digilib.uin-suka.ac.id). Untuk itu siswa diharapkan dapat menetapkan pilihan karier dari sejak awal memasuki program keahliannya agar tidak mengalami permasalahan penyesuaian diri ketika

dihadapkan dengan mata pelajaran produktif, adaptif, dan normatif (Willis, 2010). Seperti yang dikatakan (Prayitno) siswa kelas X sudah dihadapkan pada pemilihan program jurusan, untuk melanjutkan cita-cita sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuan siswa. Akan tetapi, fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan siswa kurang dapat menyesuaikan diri dengan program keahliannya.

Apabila siswa dalam kondisi seperti itu dan tidak segera mendapatkan penanganan khusus, maka akan mengganggu perolehan prestasi belajar siswa itu sendiri dan yang lebih parah akan menghambat karier masa depannya. Hal ini dikarenakan pemilihan program jurusan merupakan serangkaian kegiatan bimbingan dalam membantu siswa agar dapat menyalurkan atau menempatkan dirinya dalam berbagai program sekolah, kegiatan belajar, kegiatan menuju sambungan atau dunia kerja secara tepat berdasarkan pertimbangan kecakapan, bakat, minat, kebutuhan dan ciri-ciri pribadi diri siswa yang bersangkutan, Mapiere (1984). Oleh karena itu konselor dituntut aktif untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian diri terhadap program keahlian agar tidak mengganggu perolehan hasil belajarnya dan menghambat karier masa depannya. Salah satu usaha untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap program keahlian adalah melalui layanan bimbingan kelompok.

Wibowo (2005) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama. Informasi yang diberikan dalam layanan bimbingan kelompok ini merupakan informasi yang berhubungan dengan penyesuaian diri terhadap program keahlian bagi siswa. Materi yang diberikan disesuaikan dengan topik yang akan dibahas, yaitu berasal dari memimpin kelompok sehingga diharapkan tujuan dari layanan bimbingan kelompok dapat tercapai. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang

berkembang, diharapkan dengan layanan bimbingan kelompok ini akan memberikan hasil yang positif dalam membantu penyesuaian diri terhadap program keahlian bagi siswa.

Hasil penelitian Asri (2010) menunjukkan bahwa ada peningkatan penyesuaian diri dalam pemilihan karier setelah diberikan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil perhitungan post test menunjukkan bahwa penyesuaian diri dalam pemilihan karier pada 10 siswa setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan prosentase rata-rata sebesar 85,06% yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini sangat mendukung peneliti untuk membandingkan hasil penelitian bahwa penyesuaian diri terhadap program keahlian, pada siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

Adapun tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris tentang: (1) Deskripsi tingkat penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga tahun ajaran 2012/2013 sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, (2) Deskripsi tingkat penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga tahun ajaran 2012/2013 setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, (3) Peningkatan penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga tahun ajaran 2012/2013 melalui layanan bimbingan kelompok.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Desain yang digunakan adalah One-Group Pretest-Posttest Design. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu Layanan bimbingan kelompok sebagai variabel bebas (variabel X) dan penyesuaian diri terhadap program keahlian sebagai variabel terikat (variabel Y).

Pengambilan sampel menggunakan purposif, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu atau tujuan tertentu. Jadi, sampel yang diambil adalah siswa yang kurang dapat

menyesuaikan diri terhadap program keahliannya, yaitu dari hasil pre test yang berjumlah 97 diambil 10 siswa yang memiliki skor paling rendah. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis dan alatnya skala penyesuaian diri terhadap program keahlian. Jenis validitas yang digunakan adalah validitas konstrak. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis data deskriptif persentase dan uji hipotesis uji wilcoxon dengan teknik *Uji Wilcoxon Match Pairs Test*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan pada tujuan dan hasil penelitian, maka akan dibahas data empiris tentang gambaran penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, gambaran penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, dan peningkatan penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga melalui layanan bimbingan kelompok.

Dari hasil perhitungan analisis deskriptif menunjukkan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, 6 siswa masuk dalam kriteria rendah dan 4 siswa masuk dalam kriteria sangat rendah. Rata-rata prosentase dari 10 siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok masuk dalam kriteria rendah (38.03%). Hal ini dapat dilihat dari tiap indikator yang menunjukkan rendahnya penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa. Pertama, kestabilan emosi pada siswa termasuk dalam kriteria rendah (38.67%), artinya siswa belum dapat mengendalikan emosinya dengan baik, yaitu belum dapat menenangkan diri, mengelola emosi, mengatasi dorongan emosi dalam bentuk penyaluran emosi dengan melakukan kegiatan positif, mempertahankan sikap positif yang realistik terutama dalam menghadapi masa-masa sulit sehingga mengakibatkan siswa tidak dapat mengendalikan diri terhadap lingkungannya yang pada akhirnya kurang mampu

menyesuaikan diri dengan keadaan yang ada. Kedua, mengelola mekanisme psikologis pada siswa termasuk dalam kriteria rendah (36.29%), yaitu siswa belum dapat menunjukkan dalam hal kondisi psikologis stabil dalam menghadapi masalah, memecahkan problem adaptif (penyesuaian), dan mengatur aktivitas fisiologis. Ketiga, menekan frustasi pribadi juga masuk dalam kriteria rendah (33.25%), artinya siswa masih belum dapat mengontrol dan mengendalikan frustasi secara sehat, wajar, dan profesional; perasaan tidak nyaman, tidak dapat menyembunyikan dan menekan sikap frustasi, dan tidak dapat bersaing secara sehat.

Keempat, pertimbangan rasional dan pengarahan diri pada siswa termasuk juga dalam kriteria rendah (36.00%), ini berarti siswa belum dapat melakukan perencanaan yang cermat dengan mempertimbangkan untung dan rugi dan memilih tindakan yang tepat. Kelima, kemampuan belajar pada siswa masuk dalam kriteria rendah (40.13%), ini ditunjukkan dengan beberapa hal yang dilakukan oleh siswa yaitu tidak menyelesaikan tugas yang diberikan guru, tidak mengikuti pelajaran (produktif) dengan baik, tidak dapat mengerjakan sendiri tanpa bantuan orang lain, tidak semangat dalam mengikuti pelajaran (normatif, adaptif, produktif), tidak berpartisipasi pada saat pelajaran berlangsung, dan tidak dapat memusatkan perhatian terhadap pelajaran yang diikuti. Keenam, menghargai pengalaman juga masuk dalam kriteria rendah (36.67%), artinya siswa belum dapat belajar dari pengalaman dan toleran terhadap pengalaman yang traumatis. Ketujuh, bersikap realistik dan objektif masuk dalam kriteria rendah (40.67%). Ini sangat jelas terlihat bahwa siswa belum dapat mengenali dan menerima diri sendiri apa adanya, bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif, bersikap terbuka dan menerima umpan balik, dan menaati peraturan yang berlaku. Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok seluruh indikator penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa masuk dalam kriteria rendah, yang berarti bahwa siswa belum memahami betul aspek-aspek yang terkandung dalam variabel

penyesuaian diri terhadap program keahlian sehingga menyebabkan kurang dapat menyesuaikan diri dengan program keahliannya.

Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, terjadi perubahan kriteria penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa yaitu 5 siswa masuk dalam kriteria penyesuaian diri terhadap program keahlian tinggi dan 5 siswa masuk dalam kriteria penyesuaian diri terhadap program keahlian sangat tinggi. Peningkatan dapat dilihat dari tiap-tiap indikator penyesuaian diri terhadap program keahlian. Pertama, ketabilan emosi termasuk dalam kriteria sangat tinggi (84.22%), artinya bahwa ketabilan emosi pada siswa dengan menenangkan diri, mengelola emosi, mengatasi dorongan emosi dalam bentuk penyaluran emosi dengan melakukan kegiatan positif, dan mempertahankan sikap positif yang realistik terutama dalam menghadapi masa-masa sulit mengalami peningkatan. Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat belajar mengendalikan emosinya atau menstabilkan emosinya dari pengalaman yang diperoleh, yaitu dapat mengetahui luapan emosi yang dikeluarkan apakah positif atau negatif ketika anggota kelompok memberikan penilaianya dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Baik dari sikap yang ditunjukkan maupun dari cara menyampaikan dan menyanggah pendapat.

Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pada pertemuan pertama indikator ketabilan emosi sudah mulai muncul, begitu juga pada pertemuan-pertemuan selanjutnya. Hal ini terlihat dari siswa yang sudah mulai memahami arti serta manfaat dari ketabilan emosi setelah diberikan materi tentang mengendalikan emosi dengan kegiatan positif. Siswa dapat memahami dan menyerap materi yang dibahas yaitu mulai terlihat saat anggota kelompok yang sebelumnya masih egois, tidak menghargai pendapat orang lain dan marah ketika pendapatnya disanggah anggota lain sudah dapat menyadari pentingnya menghargai pendapat orang lain dan menerima masukan dari orang lain. Selain itu bagi beberapa anggota kelompok yang semula belum

berani berbicara dalam diskusi karena takut dan enggan serta bersikap acuh dan kurang peduli atau tidak berminat dengan topik yang dibahas, pada akhirnya berani mengungkapkan pendapatnya dan bersikap positif serta aktif mengikuti jalannya kegiatan.

Kedua, mengelola mekanisme psikologis pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria tinggi (83.71%), artinya kondisi psikologis stabil dalam menghadapi masalah, memecahkan problem adaptif (penyesuaian), dan mengatur aktivitas fisiologis dari siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pada pertemuan pertama indikator mengelola mekanisme psikologis ini sudah mulai terlihat dari anggota kelompok, yaitu anggota kelompok yang tadinya mudah marah menjadi tidak lekas marah ketika pendapatnya tidak diterima anggota lain sehingga aktivitas fisiologisnya pun dapat terkontrol dengan baik. Sedangkan pada pertemuan kedua dan selanjutnya, semua siswa terlihat telah mampu menerapkan keterampilan mengelola mekanisme psikologis pada dirinya. Hal ini bisa terlihat dari saling menghargai, saling menghormati serta menerima pendapat dari anggota kelompok lain meskipun pendapat mereka berbeda satu dengan yang lain. Para anggota kelompok juga dapat memecahkan masalah penyesuaian dengan membahas secara mendalam serta dalam mengikuti kegiatan menunjukkan rasa senang yang berarti bahwa kondisi psikologisnya stabil.

Ketiga, menekan frustasi pribadi pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria sangat tinggi (85.00%), artinya mengontrol dan mengendalikan frustasi secara sehat, wajar, dan profesional maupun perasaan nyaman, menyembunyikan dan menekan sikap frustasi serta bersaing dengan sehat dari siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sampai pada akhir pertemuan ketujuh terdapat peningkatan kemampuan siswa dalam menekan frustasi

pribadi setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Siswa dapat memberikan pendapat dan memberikan contoh terkait dengan indikator. Peningkatan siswa meningkat pada pertemuan ketiga sampai pertemuan ketujuh yaitu jalannya kegiatan bimbingan kelompok lebih baik terlihat dari mulai aktifnya semua anggota kelompok dalam mengungkapkan pendapatnya. Banyak pendapat yang muncul dari anggota kelompok yang saling melengkapi antara pendapat yang satu dengan pendapat anggota kelompok yang lain mengenai topik yang dibahas terlihat anggota kelompok antara satu dengan yang lain sudah dapat terlihat senang dan nyaman dengan anggota kelompoknya serta dapat bersaing dengan sehat, yaitu berpendapat sesuai dengan sopan dan menerima kritik atau saran dari anggota kelompok lain jika pendapatnya tidak sesuai.

Keempat, pertimbangan rasional dan pengarahan diri pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria tinggi, (83.67%, artinya melakukan perencanaan yang cermat dengan mempertimbangkan untung dan rugi serta memilih tindakan yang tepat dari siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berlangsung sampai akhir pertemuan ketujuh, maka diperoleh hasil bahwa sejak pertemuan keempat sampai akhir pertemuan ketujuh terdapat peningkatan pertimbangan rasional dan pengarahan diri siswa. Ini terlihat dari banyaknya anggota yang mengemukakan pendapatnya dan anggota kelompok lain tidak langsung menerima pendapat tersebut begitu saja melainkan dipertimbangkan terlebih dahulu barulah mengambil keputusan dan memilih tindakan yang tepat yaitu menanggapi dengan sopan tidak dengan emosi. Suasana kelompok pun menjadi semakin kondusif karena anggota kelompok benar-benar dapat menciptakan suasana tenang dan dapat mengendalikan emosinya agar pembahasan dapat tuntas dan mendalam.

Kelima, kemampuan belajar pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok

termasuk dalam kriteria tinggi (83.63%), artinya menyelesaikan tugas yang diberikan guru, mengikuti pelajaran (produktif) dengan baik, mengerjakan sendiri tanpa bantuan orang lain, semangat dalam mengikuti pelajaran (normatif, adaptif, produktif), berpartisipasi pada saat pelajaran berlangsung, memusatkan perhatian terhadap pelajaran yang diikuti dari siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berlangsung sampai akhir pertemuan ketujuh, maka diperoleh hasil bahwa pada pertemuan ketujuh sampai akhir pertemuan, indikator kemampuan belajar terlihat muncul dari anggota kelompok. Ini terlihat dari anggota kelompok yang sudah mulai saling melempar pertanyaan, sehingga muncul tanya jawab antaranggota kelompok tentang topik yang sedang dibahas. Pendapat yang mereka kemukakan sudah mulai membaiik dan terlihat anggota kelompok lancar dalam mengungkapkan pendapatnya, hal ini dikarenakan sudah semakin akrabnya anggota kelompok yang satu dengan yang lain sehingga rasa takut atau enggan berbicara yang semula muncul sudah mulai hilang. Selain itu anggota kelompok juga sudah mulai terbiasa menghargai pendapat orang lain dapat menyelesaikan tugas dengan baik yang dibuktikan dengan semakin matangnya pembahasan topik.

Keenam, menghargai pengalaman pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria tinggi (83.00%), artinya belajar dari pengalaman dan toleran terhadap pengalaman yang traumatis mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dari pertemuan pertama sampai pertemuan ketujuh diperoleh hasil bahwa sejak pertemuan kelima terdapat peningkatan menghargai pengalaman pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hal ini terlihat dari pemahaman para anggota kelompok tentang pentingnya belajar dari pengalaman dan toleran terhadap pengalaman yang traumatis, yaitu emosi yang belum stabil menjadi stabil, dalam mengelola mekanisme psikologis menjadi baik, dapat

menekan frustasi secara sehat dan wajar, mempertimbangkan segala sesuatu dengan cermat, mampu dalam belajar serta dapat bersikap lebih positif. Selain itu anggota kelompok juga akan menerapkan hal tersebut dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Ketujuh, realistik dan objektif pada siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria tinggi (81.83%), artinya mengenali dan menerima diri sendiri apa adanya, bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif, bersikap terbuka dan menerima umpan balik, menaati peraturan yang berlaku dari siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pada pertemuan keempat indikator bersikap realistik dan objektif ini sudah mulai muncul, begitu juga pada pertemuan-pertemuan selanjutnya. Ini terlihat dari siswa yang sudah mulai memahami arti serta pentingnya bersikap realistik dan objektif setelah diberikan materi tentang pentingnya mematuhi peraturan. Selama ini mereka mengakui bahwa sering melanggar peraturan, sehingga membuat hidupnya tidak efektif. Siswa dapat memahami dan menyerap materi yang dibahas dan perilaku ini mulai terlihat saat anggota kelompok yang tahu lebih banyak tentang topik permasalahan yang dibahas diantaranya yaitu mengenali karakteristik yang dimiliki dengan paham bahwa emosinya selama ini belum stabil, menghargai dan menerima masukan dari pendapat anggota kelompok, mampu membahas topik dengan

mengambil keputusan yang tepat sesuai potensi yang dimiliki.

Indikator yang memiliki skor yang tinggi maupun indikator yang mengalami peningkatan yang tinggi disebabkan karena dalam pemberian layanan bimbingan kelompok dilaksanakan secara baik dengan memperhatikan prosedur yaitu tahap, asas serta dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok. Serta peran pemimpin kelompok dalam memimpin jalannya layanan serta anggota kelompok yang semangat dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi positif terhadap hasil yang efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa.

Jika dilihat secara keseluruhan, pemahaman siswa mengenai penyesuaian diri terhadap program keahlian mengalami peningkatan selama pemberian layanan bimbingan kelompok. Penguasaan materi tentang meningkatkan penyesuaian diri terhadap program keahlian yang dilihat dari hasil tes skala penyesuaian diri terhadap program keahlian rata-rata mengalami peningkatan baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga sebagai anggota kelompok layanan bimbingan kelompok sudah memahami serta dapat mengaplikasikan materi yang diberikan dalam layanan bimbingan kelompok. Selain itu, berdasarkan pengamatan terhadap siswa pada setiap pertemuan dalam layanan bimbingan kelompok terdapat perubahan indikator penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian meningkatkan penyesuaian diri terhadap program keahlian melalui layanan bimbingan kelompok dapat diambil beberapa simpulan. Pertama, penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok masuk dalam kriteria rendah (38.03%). Kedua, penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga setelah diberikan

layanan bimbingan kelompok masuk dalam kriteria tinggi (83.50%). Ketiga, terdapat peningkatan signifikan penyesuaian diri terhadap program keahlian pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Purbalingga sebelum dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada: (1) Drs. Hardjono, M.Pd., dekan

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, (2) Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., ketua jurusan Bimbingan dan Konseling, (3) Prof. Dr Sugiyo, M.Si., penguji utama yang telah mengarahkan penulis dalam penyelesaian manuskrip, (4) Lilis Ratna P.S.,S.Pd., selaku pembimbing manuskrip, (5) Sigit Haryadi, S.Pd., selaku pembimbing dan editor publikasi manuskrip, (4) Tim pengembang jurnal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, yang membantu dalam mempublikasikan penerbitan jurnal ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Awaliyah, Asri. 2010. Meningkatkan Penyesuaian Diri dalam Pemilihan Karier melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X1 SMA Negeri 14 Semarang Tahun Ajaran 2009/2010. Skripsi. Semarang : UNNES (Tidak Diterbitkan).
- Depdiknas. 2007. Direktorat PSMK. Jakarta : Direktorat PSMK.
- Dokter Sehat. 2013. Pemahaman Kematangan Emosi Seseorang. Available at <http://doktersehat.com> [diakses pada tanggal 23 Agustus 2013].
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. Konseling Kelompok Perkembangan. Semarang : UNNES PRESS.
- Wilis, Sofyan S. 2010. Remaja & Masalahnya. Bandung: Alfabeta.
- Kristina, Dewi. 2011. Implementasi Bimbingan Karier pada Siswa SMK Tata Busana. Available at <http://digilib.uin-suka.ac.id>. [diakses pada tanggal 23 Agustus 2013].
- Mapiere, Andi. 1984. Pengantar Bimbingan dan Konseling disekolah. Surabaya: Usaha Nasional.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriyatna, Mamat dan Nandang Budiman. 2012. Bimbingan Karir di SMK. online at <http://file.upi.edu> [diakses pada tanggal 23 Agustus 2013].