



**MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI  
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK SISWA  
KELAS VII A SMP N 2 GEBOG KUDUS  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

Oleh  
**SABAR SANTOSO**  
NIM. 200831143

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2012**



**MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI  
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK SISWA  
KELAS VII A SMP N 2 GEBOG KUDUS  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi Salah Satu  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh  
**SABAR SANTOSO**  
NIM. 200831143

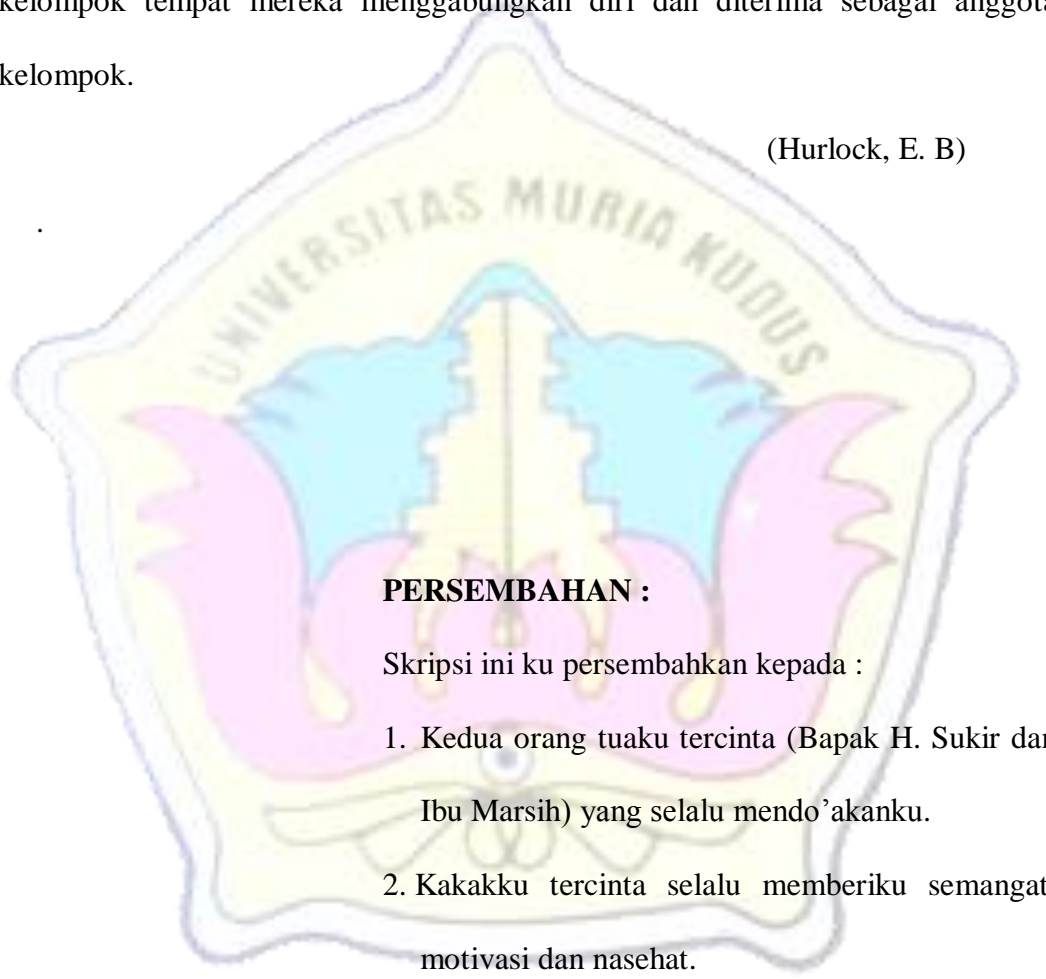
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2012**

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

Orang yang sosial ialah mereka yang perilakunya mencerminkan keberhasilan di dalam proses sosialisasi, sehingga mereka cocok dengan kelompok tempat mereka menggabungkan diri dan diterima sebagai anggota kelompok.

(Hurlock, E. B)



### PERSEMBAHAN :

Skripsi ini ku persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta (Bapak H. Sukir dan Ibu Marsih) yang selalu mendo'akanku.
2. Kakakku tercinta selalu memberiku semangat, motivasi dan nasehat.
3. Noor Akhla Zuhairo yang menjadi penguatku disaat aku lemah.
4. Seluruh teman-teman BK Angkatan 2008.
5. Almamater tempatku meraih ilmu

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Sabar Santoso NIM 200831143 ini telah diperiksa disetujui untuk diuji.

Kudus, September 2012

Pembimbing I

Dr. Sukiman, M Pd  
NIP. 19571207 198303 1 001

Pembimbing II

Drs. Masturi, MM  
NIS. 0610711 302000 1 001

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muria Kudus,

Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd  
NIP. 19560619 198503 1 002

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Sabar Santoso NIM 200831143 ini telah dipertahankan di  
depan Tim Penguji pada :

Hari : Jum'at

Tanggal : 28 September 2012

Tim Penguji

Dra. Hj. Sutarti, SE, MM  
NIP. 19510421 198203 2 001

Ketua

Drs. Masturi, MM  
NIS. 0610711 302000 1 001

Anggota

Drs. Arista Kiswanto  
NIS. 061071 302000 1 027

Anggota

Drs. Sunardi  
NIP. 19521105 198303 1 004

Anggota

Mengetahui,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan,

Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd  
NIP. 19560619 198503 1 002



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan kemampuan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIIA SMP N 2 Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012”.

Skripsi ini disusun sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang studi Bimbingan dan Konseling pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd., Dekan FKIP Universitas Muria Kudus.
2. Rismianto, SS, M.Pd., Pembantu Dekan I yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Sukiman, M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingannya selama penyelesaian skripsi ini.
4. Drs. Masturi, MM, selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan tak henti-hentinya mengarahkan sejak awal penelitian hingga penyusunan skripsi ini.

5. Semua dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muria Kudus, yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis.
6. Drs. Tri Hendarto, Msi, selaku Kepala SMP N 2 Gebog Kudus yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Drs. Anies Fuad, Selaku kolaborator sekaligus pembimbing lapangan yang telah memberikan bantuan dan pengarahan selama pelaksanaan penelitian.
8. Siswa-siswi SMP N 2 Gebog Kudus, khususnya kelas VIIA yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Semua teman kuliah tahun angkatan 2008 di Universitas Muria Kudus.
10. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa

Penulis menyadari dalam skripsi ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk perbaikan selanjutnya. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling sebagai upaya untuk mencapai tujuan pendidikan yang berkualitas. Amien.

Kudus, September 2012

Penulis



## ABSTRAK

**Sabar Santoso, 200831143, “Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas VIIA SMP N 2 Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012”.** Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muria Kudus, Dosen Pembimbing I Dr. Sukiman, M.Pd. Dosen Pembimbing II Drs. Masturi, MM.

**Kata Kunci :** Layanan Bimbingan Kelompok; Penyesuaian Diri.

Seorang dilahirkan dalam keadaan belum sempurna, baik kondisi fisik, mental maupun emosional. Diketahui sebelumnya siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus tahun pelajaran 2011/2012 mengalami persoalan kurangnya penyesuaian diri secara baik dengan lingkungan barunya, ini dikarenakan kebanyakan mereka masih berumur 12-13 tahun dan usia tersebut merupakan fase awal remaja yang belum mampu melakukan tindakan untuk memenuhi kebutuhan pokok dan pribadi, belum adanya kebiasaan dan keterampilan dalam pemenuhan kebutuhan mendesak, belum mampu menerima dirinya secara apa adanya, di samping diketahui masih banyak siswa yang masih mementingkan dirinya sendiri. Pada kondisi awal siswa peneliti melakukan wawancara dengan guru pembimbing sekaligus wali kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus, berdasarkan hasil wawancara ditemukan 8 dari 32 siswa yang mempunyai penyesuaian diri yang rendah, kemudian peneliti melakukan observasi pada 8 siswa tersebut. Permasalahan yang akan diteliti: Apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus tahun pelajaran 2011/2012?. Tujuan penelitian ini adalah: Untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus melalui layanan bimbingan kelompok yang pada kondisi awal rendah, agar menjadi baik.

Adapun kegunaan penelitian ini adalah : Kegunaan Teoritis: Hasil penelitian ini dapat lebih memperluas ilmu pengetahuan tentang layanan bimbingan kelompok sebagai acuan untuk penelitian yang lebih luas lagi. Serta untuk menambah khasanah pustaka pendidikan dan sebagai sumber informasi. Kegunaan Praktis: 1. Bagi sekolah: Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi guru bidang studi, wali kelas, konselor kepala sekolah dan petugas lain, dalam rangka membantu siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi siswa dengan lingkungan sekolah, sesama teman, dan anggota masyarakat. 2. Bagi orang tua: Dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi orang tua untuk selalu memperhatikan anak-anaknya terutama yang telah memasuki usia remaja dalam menjalankan kehidupan sehari-hari sehingga dapat beradaptasi terhadap lingkungan sekolah, teman sebaya maupun masyarakat dengan baik. 3. Bagi Konselor: Dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menentukan kebijaksanaan dan pembinaan remaja yang berguna untuk penelitian selamanya, dan sebagai bahan masukan dalam rangka pengembangan bimbingan dan konseling. 4. Bagi Siswa: Sebagai acuan terhadap siswa dalam melakukan interaksi sosial dengan lingkungan sekolah, teman sebaya dan masyarakat. Subjek penelitian ini adalah 8

siswa Kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2011/2012 yang memiliki penyesuaian diri rendah.

Metode pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dokumentasi. Variabel penelitian: Bimbingan Kelompok (Variabel bebas) dan penyesuaian diri (Variabel terikat). Penelitian dilakukan 2 siklus (siklus I dan siklus II) setiap siklus 3 pertemuan membahas membahas 3 materi setiap siklusnya dengan alokasi waktu 40 menit per pertemuan. Sedangkan analisis data secara deskriptif komparatif yang dilanjutkan refleksi pada tiap siklus.

Hasil analisis: Berdasarkan hasil pengamatan terhadap siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus, pada kondisi awal ada 8 siswa yang penyesuaian dirinya dalam kategori rendah. Pra layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dengan rata-rata 23.3% (Sangat Kurang), layanan bimbingan kelompok pada siklus I diperoleh hasil observasi indikator keberhasilan penyesuaian diri siswa dengan rata-rata 44.9% (kurang), dari hasil pra layanan bimbingan kelompok sampai siklus I ada peningkatan (21.6%). Dan hasil observasi indikator keberhasilan penyesuaian diri siswa pada siklus II dengan rata-rata 67.1% (baik), dari hasil layanan bimbingan kelompok siklus I sampai siklus II ada peningkatan (22.2%).

Kesimpulan: berdasarkan hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII A SMP N 2 Gebog Kudus ada peningkatan positif, siswa yang semula penyesuaian diri rendah meningkat menjadi baik. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima karena telah teruji kebenarannya. Melihat temuan dilapangan, peneliti memberikan saran kepada: 1. Kepala sekolah: Kepala sekolah hendaknya memberikan fasilitas guru BK, seperti ruang BK yang layak agar program BK dapat terlaksana dengan baik, khususnya dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. 2. Bagi Konselor: Hendaknya konselor dapat lebih banyak memprogramkan layanan bimbingan kelompok untuk membentuk penyesuaian diri siswa dan memotivasi siswa agar memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai tempat untuk mengembangkan penyesuaian diri siswa secara positif. 3. Siswa: Siswa hendaknya lebih aktif dalam memanfaatkan fungsi bimbingan konseling di sekolah seperti layanan bimbingan kelompok untuk membantu mereka dalam memecahkan persoalan dan permasalahan yang dialami oleh siswa.

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN LOGO .....	ii
HALAMAN JUDUL .....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN LEMBAR PERSETUJUAN .....	v
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Kegunaan Penelitian .....	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	5
1.6 Definisi Operasional .....	6
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Kemampuan Penyesuaian Diri .....	8
2.1.1 Pengertian Penyesuaian Diri .....	8
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri.....	9
2.1.3 Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	11
2.1.4 Penyesuaian Diri yang Baik .....	12
2.2 Layanan Bimbingan Kelompok .....	14

2.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok .....	14
2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok .....	15
2.2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok .....	16
2.2.4 Prinsip-prinsip Bimbingan Kelompok .....	17
2.2.5 Jenis-jenis Bimbingan Kelompok .....	18
2.2.6 Materi Bimbingan Kelompok .....	21
2.2.7 Tahapan Bimbingan Kelompok .....	22
2.2.7 Kerangka Berfikir .....	25
2.3 Hipotesis Tindakan .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Setting Penelitian dan Karakteristik Subjek Penelitian .....	27
3.1.1 Setting Penelitian.....	27
3.1.2 Karakteristik Subjek Penelitian .....	28
3.2 Rencana dan Prosedur Penelitian .....	29
3.2.1 Prosedur Penelitian .....	29
3.2.2 Siklus I .....	30
3.2.3 Siklus II .....	34
3.3 Teknik Pengumpulan Data .....	36
3.3.1 Observasi .....	36
3.3.2 Wawancara .....	44
3.3.3 Dokumentasi .....	50
3.4 Analisis Data .....	50

## **BAB IV HASIL PENELITIAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	52
4.2 Siklus I .....	55
4.2.1 Perencanaan .....	55
4.2.2 Pelaksanaan Tindakan .....	56
4.2.3 Observasi .....	57
4.2.4 Refleksi .....	65
4.3 Siklus II .....	67
4.3.1 Perencanaan .....	67
4.3.2 Pelaksanaan Tindakan .....	70
4.3.3 Observasi .....	71
4.3.4 Refleksi .....	78
4.3.5 Uji Hipotesis Tindakan .....	79

## **BAB V PEMBAHASAN**

5.1 Pratindakan atau Kondisi Awal .....	81
5.2 Pelaksanaan Penelitian Tindakan Siklus I .....	82
5.3 Pelaksanaan Penelitian Tindakan Siklus II .....	84

## **BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

6.1 Kesimpulan .....	91
6.2 Saran .....	92

DAFTAR PUSTAKA .....	93
----------------------	----

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Hasil Wawancara Pra Ptk Bk.....	95
Lampiran 2	: Hasil Wawancara Sebelum Bimbingan Kelompok .....	97
Lampiran 3	: Hasil Wawancara Setelah Bimbingan Kelompok .....	99
Lampiran 4	: Data Dokumentasi .....	101
Lampiran 5	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 1 Pertemuan 1 .....	102
Lampiran 6	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 1 Pertemuan 2 .....	105
Lampiran 7	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 1 Pertemuan 3.....	108
Lampiran 8	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 2 Pertemuan 1 .....	111
Lampiran 9	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 2 Pertemuan 2.....	114
Lampiran 10	: Hasil Observasi Kolaborator Dan Penelitian Terhadap Aktivitas Siswa Siklus 2 Pertemuan 3 .....	117
Lampiran 11	: Hasil Observasi Tindakan Peneliti.....	120
Lampiran 12	: Hasil Observasi Sitasasi Dan Kondisi Bimbingan Kelompok Siklus 1.. .....	123
Lampiran 13	: Hasil Observasi Sitasasi Dan Kondisi Bimbingan Kelompok Siklus 2.. .....	124
Lampiran 14	: Hasil Observasi Indicator Penyesuaian Diri Siswa Pra Bkp .....	125
Lampiran 15	: Hasil Observasi Indicator Penyesuaian Diri Siswa Siklus 1.....	127
Lampiran 16	: Hasil Observasi Indicator Penyesuaian Diri Siswa Siklus 2.....	129
Lampiran 17	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 1 ...	131
Lampiran 18	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 2 ...	145
Lampiran 19	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 3 ...	158
Lampiran 20	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 4 ...	171
Lampiran 21	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 5 ...	185
Lampiran 22	: Satlan, Materi, Resume, Lap Pelaksanaan, Pertemuan 6 ...	198



## DAFTAR TABEL

Tabel

2.1	Materi Bimbingan Kelompok .....	22
3.1	Rincian Waktu Penelitian.....	28
3.2	Daftar Nama Subjek Penelitian .....	29
3.3	Pedoman Observasi Pengamatan Terhadap Peneliti Selama Melakukan Bimbingan Kelompok .....	37
3.4	Pedoman Observasi Pengamatan Terhadap Siswa Selama Melakukan Bimbingan Kelompok .....	39
3.5	Pedoman Observasi Penyesuaian Diri Siswa .....	41
3.6	Pedoman Observasi Pengamatan Terhadap Kondisi Bimbingan Kelompok .....	43
3.7	Pedoman Wawancara Sebelum Pra Ptk Bk .....	45
3.8	Pedoman Wawancara Sebelum Bimbingan Kelompok .....	46
3.9	Pedoman Wawancara Setelah Bimbingan Kelompok .....	48
4.1	Hasil Observasi Indikator Penyesuaian Diri Siswa Pra Layanan Bimbingan Kelompok .....	52
4.2	Hasil Observasi Aspek Penilaian .....	53
4.3	Perencanaan Materi Bimbingan Siklus I .....	56
4.4	Rincian Pelaksanaan Siklus I .....	57
4.5	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Peneliti Selama Melakukan Bimbingan Kelompok Pada Siklus I .....	58
4.6	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Siswa Selama Melakukan Bimbingan Kelompok Pada Siklus I .....	60
4.7	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Kondisi Siswa Dalam Bimbingan Kelompok Pada Siklus I .....	61
4.8	Hasil Observasi Penyesuaian Diri Siswa Pada Siklus I .....	63
4.9	Hasil Observasi Penyesuaian Diri Siswa Pada Siklus I .....	64
4.10	Diagnosis Kelemahan Tindakan Layanan Bimbingan Kelompok Siklus I .....	66
4.11	Perencanaan Materi Bimbingan Siklus I .....	69
4.12	Rencana Perbaikan Ketidak Tepatan Pada Pada Siklus I .....	69
4.13	Rincian Pelaksanaan Siklus II .....	70
4.14	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Peneliti Selama Melakukan Bimbingan Kelompok Pada Siklus II .....	71
4.15	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Siswa Selama Melakukan Bimbingan Kelompok Pada Siklus II .....	73

4.16	Hasil Observasi Pengamatan Terhadap Kondisi Siswa Dalam Bimbingan Kelompok Pada Siklus II .....	74
4.17	Hasil Observasi Penyesuaian Diri Siswa Pada Siklus II .....	76
4.18	Hasil Observasi Penyesuaian Diri Siswa Pada Siklus II .....	77



## DAFTAR GAMBAR

### Gambar

2.1	Skema Kerangka Pikir .....	25
3.1	Skema Siklus Tindakan Kelas .....	29
5.1	Aktifitas Peneliti Dalam Layanan Bimbingan Kelompok .....	86
5.2	Aktifitas Siswa Dalam Layanan Bimbingan Kelompok .....	87
5.3	Indikator Penyesuaian Diri Siswa .....	87
5.4	Situasi Dan Kondisi Bimbingan Kelompok .....	88

