

Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Santri Pondok Pesantren Darun Najah

Putri Regina, Zhila Jannati, Bela Janare Putra
 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang
 ✉ Reginaputridariman@gmail.com, zhila_jannati10@radenfatah.ac.id,
belajanareputra_uin@radenfatah.ac.id

Submitted: 2024-07-04

Revised: 2024-07-23

Accepted: 2024-07-31

ABSTRACT:

This research is entitled "The Effectiveness of Group Guidance with a Reality Approach in Improving Self-Adjustment in Students at the Darun Najah Islamic Boarding School". The aim of this research is to determine the effectiveness of group guidance using a reality approach in improving student adjustment. This research uses a quantitative approach and this type of research is an experiment with a pre-experimental design. Population of 100 people. From the purposive sampling technique used, a sample of 8 students was obtained. Data collection techniques use documentation, questionnaires and the number of question items is 52 questions from each instrument. After the validation test, the r table is smaller than the calculated r , so the statement is valid. The data normality test used is the Kolmogrov-Smirnov technique, so the pretest and posttest results are normally distributed and the hypothesis test used is the t test with the paired sample test technique. From the t test results there are differences before group guidance was carried out using a reality approach and after a reality approach was carried out. The research results can be seen from the pretest and posttest results where the pretest results are 995 and the posttest results are 1.120 so it can be concluded that the pretest and posttest results increased by a difference of 125 points so group guidance with a reality approach is effective for increasing self-adjustment.

KEYWORDS: *group guidance, reality approach, self-adjustment*

Copyright holder:
 ©Regina P., Jannati, Z., Putra,
 B,J(2024).

Published by:
 Scidacplus
Journal website:
<https://journal.scidacplus.com/index.php/sscij/>

E-ISSN:
 3030-914X

This article is under:



How to cite:

Regina P., Jannati, Z., Putra,B,J (2024) Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada santri Pondok Pesantren Darun Najah, *Social Science and Contemporary Issues Journal*,1(1).

PENDAHULUAN

Pendidikan menciptakan kreatifitas orang. Intinya, pendidikan itu tepat sasaran mengembangkan peluang yang berbeda bagi siswa untuk bisa kreatif, berilmu, mandiri, cakap, berakhlak mulia dan pandai. Salah satu lembaga pendidikan menawarkan kesempatan pelatihan adalah sekolah berasrama memberikan kurikulum yang berbeda dengan pesantren biasa. Pesantren mengintegrasikan kurikulum pemerintah ke dalam kurikulum mereka,sehingga mereka tidak hanya mempunyai pengetahuan umum saja.

Santri mengharapkan informasi yang mendalam ketika belajar di pesantren Ilmu juga mempunyai keimanan dan ketakwaan sebagai bekal kehidupan untuk bersosialisasi berbagi pelajaran di asrama. santri belajar mandiri, bertanggung jawab, dan mudah bergaul yang lain dari berbagai latar belakang.(Barokatun N, Nurus S., 2022). Pondok pesantren merupakan tempat yang tepat untuk membentuk karakter anak khususnya di usia muda, masih banyak santri khususnya santri muda tidak percaya diri terhadap lingkungan baru.

Pondok pesantren adalah tempat para santri tinggal dan menambah ilmu disana ada tempat tidur dan juga sekolah untuk menambah ilmu keagamaan dan juga bisa belajar mendisiplinkan diri supaya lebih baik dan merubah sikap atau karakter yang buruk menjadi lebih positif, berteman dengan yang ada di sana karna disana banyak sekali para santri lain yang juga sama untuk belajar agama dan belajar mendisiplinkan dirinya. Bandura penyesuaian diri (*self-efficacy*) yaitu pencapaian seseorang dalam mengatasi masalah.(Salwa S, Hermien L, 2017). Penyesuaian diri adalah adaptasi seseorang untuk bergaul atau bersosialisasi baik dengan lingkungan, tempat, atau pun masyarakat disana.

Terdapat enam aspek dalam menyesuaikan diri, yakni: pengendalian amarah, minimalisasi ketahanan, pengurangan berpikir, kemampuan irasional dan manajemen diri, belajar yang baik, objektif. Beradaptasi biasanya ada persepsi yang akurat terhadap realitas, kemampuan beradaptasi terhadap tekanan atau stres dan kecemasan, citra diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi, hubungan interpersonal baik. (Nur A, 2013). Penyesuaian diri yang bagus yaitu diterima dalam kelompok, mampu menerima diri sendiri, serta bisa menerima kekurangan dan kelebihan diri, dan bisa beradaptasi terhadap lingkungannya.

Manfaat penyesuaian diri yaitu supaya bisa bergaul dengan orang-orang yang ada di lingkungan serta bisa mengontrol emosi diri sendiri dan juga bisa mengikuti aktivitas yang ada di lingkungan, memberikan kepuasan lebih dalam hidup seseorang dan juga dapat meningkatkan berbagai fungsi efisiensi psikologis, seperti belajar, menentukan tujuan hidup atau memecahkan masalah.

Ada beberapa hasil pengamatan yang menjadi poin penting bagi peneliti yaitu santri yang baru masuk pesantren memiliki masalah penyesuaian diri dimana mereka masih memiliki perilaku yang salah, tanpa arah, emosional, kebingungan, kecemasan, kekuasaan dan frustrasi bagi individu di masyarakat, bahkan menimbulkan konflik diri dan interpersonal serta gangguan emosi yang dengan mudah dapat berubah menjadi masalah kesehatan mental.

Masalah penyesuaian diri yang ada di pondok pesantren Darun Najjah berdasarkan observasi peneliti seperti santri tidak bisa mengontrol emosi, tidak menerima dirinya sendiri (*insecure*), cemas karna jauh dari orang tua, tidak betah berada di pondok pesantren, sering meminta izin pulang, menurunnya semangat belajar, tidak bisa bersosialisasi dengan teman-teman dan kakak kelasnya, melanggar tata tertib pondok pesantren, kesulitan memahami pembelajaran.

Menurut Tohirin, bimbingan kelompok adalah suatu cara untuk mendukung atau membimbing individu melalui kegiatan kelompok, yang mana kegiatan kelompok sekaligus motivasi dilakukan dengan cara mendiskusikan permasalahan-permasalahan yang timbul pada diri individu sebagai peserta pelayanan.(Mulia S,Hengki Y,2019). Bimbingan kelompok paling baik digunakan untuk memecahkan permasalahan remaja (siswa), Karena dalam orientasi kelompok dapat dijadikan wahana bagi santri baru yang cenderung berkelompok hanya dengan teman sebayanya, mereka lebih cenderung meniru hal-hal positif yang terjadi dalam kelompok, karena orientasi kelompok merupakan kegiatan penunjang yang sangat baik. Lingkungan yang memberikan peluang bagi anggotanya untuk meningkatkan penerimaan diri sendiri dan orang lain, memberikan wawasan, perasaan, dan belajar tentang perilaku yang juga dapat bertanggung jawab atas pilihannya sendiri.(Aini, 2014).

Pendekatan dalam bimbingan kelompok diberikan untuk meningkatkan penyesuaian diri santri yang benar adalah pendekatan realitas. Pendekatan realitas adalah sistem yang berfokus pada perilaku saat ini. Konseling bertindak sebagai guru dan teladan, mengajarkan anak-anak cara untuk membantu mereka menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar mereka tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain.(Rahmah H, 2019). Pendekatan realitas menekankan setiap individu bebas, mampu memilih dan harus bertanggung jawab kepada semua pilihan yang dia buat. Pendekatan realitas akan berhasil dalam kelompok agar tercipta hubungan yang bisa membantu mereka mengembangkan pemahaman dan kesadaran tentang dirinya sendiri.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai keefektifan bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas dalam meningkatkan penyesuaian diri santri karena sulitnya penyesuaian diri bagi santri baru. Dimana santri baru harus bisa beradaptasi dengan lingkungan, tempat, teman, tata tertib serta dengan pelajaran yang ada di pesantren. Karna itulah santri membutuhkan bimbingan kelompok supaya dengan para santri supaya mereka bisa berkenalan dan juga saling beradaptasi antar santri di pondok pesantren tersebut. Karna itulah peneliti ingin meneliti di Pondok Pesantren Darun Najah dengan judul : Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Darun Najah.

Rumusan Masalah : Berdasarkan latar belakang dan masalah yang di paparkan, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu, bagaimana Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Darun Najah ?

Tujuan Penelitian : Tujuan penelitian adalah tau Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Santri di Pondok Pesantren Darun Najah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif ialah penelitian yang banyak menggunakan angka. penelitian kuantitatif berdasarkan kepada filsafat positivisme digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel dengan

mendapatkan data menggunakan instrument penelitian dan bersifat statistik yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang ada. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka dari itu metode penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen di anggap sebagai metode yang bagus untuk menguji hipotesis. Jenis penelitian yang di gunakan adalah jenis penelitian eksperimen rancangan pra-eksperimen, yaitu untuk mengungkap hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek, sehingga tidak ada kontrol yang ketat terhadap variable.

Variabel dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas (*variabel independen* atau variabel bebas X) sedangkan penyesuaian diri (*variabel dependen* atau variabel terikat Y). populasi dalam penelitian ini adalah sebagian dari santri yang baru masuk yaitu sekitar 100 Santri teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah purposive sampling, santri yang penyesuaian dirinya rendah 5 orang dan santri yang penyesuaian diri tinggi yaitu 3 orang, maka dari itu peneliti mengambil 8 sampel penelitian.

Pengujian ini dilakukan dengan penyebaran angket kesebagian populasi dengan jumlah populasi 100 dan di ambil 30% dari 100 yaitu 30 orang santri. Untuk menguji tingkat validitas dari instrumen caranya membandingkan r hitung dengan r tabel, *degree of freedom* (df) = n-2 dalam hal ini n (jumlah sebagian populasi) = 30 santri dan r tabelnya yaitu 0,374. hasil uji kevalidan instrumen menggunakan PSPP dengan teknik Bivariate Correlations dapat dilihat bahwa hasil menunjukkan nilai signifikan dari masing-masing pertanyaan <0,05 yang berarti bahwa instrumen penelitian dinyatakan valid. Pengumpulan data menggunakan observasi, kuesioner atau angket, dokumentasi. Teknik analisis data nya menggunakan uji normalitas dan uji t dengan bantuan aplikasi PSPP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dan pembahasan yang peneliti dapatkan dari penelitian dapat di lihat pada tabel dibawah:

Tabel I.
Gambaran penyesuaian diri santri sebelum diberikan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas

Responden	Jumlah Skor
R1	114
R2	136
R3	111
R4	115
R5	124
R6	136
R7	116
R8	114
Jumlah	994

Menentukan (*mean*) dan standar deviasi dari jumlah skor penyesuaian diri santri sebelum diberikan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas yakni :

Tabel II.
Descriptive Statistics

N	Valid	8
	Missing	0
Mean		120,75
Std Dev		10,12
Minimum		111
Maximum		136

Dari hasil data diketahui rata-rata (*mean*) penyesuaian diri santri sebelum diberikannya bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas yakni 120,75 dibulatkan menjadi 121 dan standar deviasinya 10,12 dibulatkan menjadi 10. Dan tahap berikutnya yaitu menentukan TSR (tinggi, sedang, dan rendah) dengan mengelompokkan nilai kedalam 3 kelompok yaitu sebagai berikut :

$M+SD_1 + 1$	= Tinggi
Antara $M-SD_1$ sampai $M + SD_1$	= Sedang
$M-SD_1- 1$	= Rendah

Tabel III.
Angka TSR

No	Kategori	Nilai
1.	Tinggi	>132
2.	Sedang	111 - 131
3.	Rendah	< 110

Berdasarkan kategori nilai TSR (tinggi, sedang dan rendah) di atas, adapun tingkatan penyesuaian diri pada santri di pondok pesantren darun najah sebelum dilakukan bimbingan kelompok bahwasanya terdapat 5 orang kategori rendah dan 3 orang kategor tinggi jadi dapat disimpulkan penyesuain diri pada santri termasuk rendah.

Tabel IV.
Gambaran Penyesuaian Diri Pada Santri Sesudah diberikan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas

Responden	Jumlah Skor
R1	131
R2	140
R3	139
R4	134

R5	155
R6	141
R7	135
R8	143
Jumlah	1,120

Tahap selanjutnya yaitu menentukan (*mean*) dan standar deviasi jumlah nilai diatas sebagai berikut :

Tabel V.

Descriptive Statistics

N	Valid	8
	Missing	0
Mean		139,75
Std Dev		7,34
Minimum		131
Maximum		155

Berdasarkan nilai diatas maka dapat disimpulkan rata-rata (*mean*) penyesuaian diri pada santri sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas yakni 139,75 di bulatkan menjadi 140,00 dan standar deviasinya 7,34 dibulatkan menjadi 7. Jadi dapat disimpulkan rata-rata (*mean*) posttest dari penyesuaian diri pada santri setelah diberikan bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas lebih besar dari pretest dari penyesuaian diri santri belum dilakukan bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas.

Tabel VI.

Hasil Nilai sebelum dan sesudah

No	Inisial Nama	Pretest	Posttest
1.	K	114	131
2.	DA	136	140
3.	DA	111	139
4.	AS	115	134
5.	PAA	124	155
2.	R	136	141
3.	AS	116	135
4.	M	114	143
Jumlah		995	1,120
Rata-rata		120,75	139,75

Dari hasil penelitian ini dapat di simpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri pada santri pondok pesantren darun najah. Sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kiki Mariah, Neviyarni dan Jamaris Jamna, yang menyatakan bahwa Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas efektif untuk meningkatkan dan mengembangkan penyesuaian diri siswa atau santri.

KESIMPULAN

Penelitian mendapatkan hasil mengenai Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Realitas dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Pada Santri Di Pondok Pesantren Darun Najah yang dilakukan dengan 4 kali pertemuan dengan 4 tahap yaitu tahap awal, peralihan, tahap inti, dan tahap akhir. Pada tahap awal konselor membuat konseli nyaman, membuka bimbingan dengan berdoa, memperkenalkan diri masing-masing. Kemudian menjelaskan kegiatan yang dilakukan dan juga pembelajaran yang akan dibahas. selanjutnya tahap inti membahas materi yang disepakati serta menerapkan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Realitas yang di harapkan dapat meningkatkan penyesuaian diri pada santri. Dan tahap terakhir yaitu pemimpin kelompok mendorong anggotanya melakukan perubahan pada diri nya supaya bisa menyesuaikan diri dengan baik, dan mengajak anggota untuk berpikir positif lebih baik dari sebelumnya. Pemimpin kelompok menutup bimbingan kolompok dengan mengucapkan salam dan berdoa serta berterima kasih.

Hasil dari penelitian ini dapat meningkatkan penyesuaian diri pada santri dengan bantuan bimbingan kelompok dengan pendekatan realitas yang sudah peneliti terapkan sebagai bantuan dorongan sehingga santri dapat meningkatkan penyesuaian dirinya. Hal ini terlihat dari hasil pretest 995 dan postest 1.120, dapat disimpulkan bahwa dari hasil pretest dan postest terlihat selisih sebesar 125 poin dilihat bahwa kegaitan ini berpengaruh untuk menambah penyesuaian diri santri.

REFERENSI

- Aini, "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa," *Jurnal Bimbingan Konseling*3, no. 2 (2014): 104-110
- Barokatun Nikmah, Nurussada, Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan self Adjustment santri Kelas VII Pondok Pesantren An-Nur Tangkit Muaro Jambi, dalam *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, (Vol. 6, Nomor 2, thn 2022.)
- Mulia Sartika and Hengki Yandri, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya," *Indonesian Journal of Counseling and Development*1, no. 1 (2019): 9-17
- nur azizah sarah, dalam skripsinya "penyesuaian diri santri baru di pondok pesantren" thn 2013

- Rahmah Hardiyanti, "konseling realitas untuk Meningkatkan penerimaan diri pada Anak di usia sekolah dasar" dalam *jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, (Vol. 4, No. 1, thn 2019)
- Salwa Sa'idah and Hermien Laksmiwati, "Dukungan Sosial Dan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama Di Pondok Pesantren," *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 7, no. 2 (2017) 116