
PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *TALKING CHIP* TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA SMAN 1 JUWANA

Ulfatun Nuraini, Supardi dan Tri Hartini

Universitas PGRI Semarang

E-mail: aulfa1058@gmail.com, supardi24@gmail.com,
trihartini07@gmail.com

Diterima:

23 Juni 2021

Direvisi:

04 Juli 2021

Disetujui:

15 Juli 2021

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh angket kebutuhan peserta didik (AKPD) yang dilakukan peneliti di SMA N 1 Juwana. Berdasarkan hasil angket kebutuhan peserta didik (AKPD) di SMA N 1 Juwana didapatkan hasil antara lain siswa gagal menyesuaikan diri di sekolah terdapat 35, 30% dan itu termasuk yang paling tinggi, siswa belum bisa memiliki kepekaan diri dan social terdapat 32,39%, siswa sulit untuk belajar kelompok terdapat 32,99%, siswa jenuh dan enggan masuk sekolah terdapat 31,93%, kurangnya etika dalam bergaul terdapat 31,95% . peneliti kemudian melakukan wawancara untuk memperkuat data dari AKPD yang didapati bahwa dari respon yang diwawancarai menyatakan masih rendah dalam menyesuaikan diri. Sebagai kelas *try out* dipilih dengan teknik random sampling yaitu XI MIPA-A. Kelas XI MIPA-B berjumlah 36 peserta didik digunakan kelompok eksperimen dan kelas XI MIPA-C berjumlah 36 digunakan sebagai kelompok. Berdasarkan perhitungan uji t diperoleh hasil t Hitung sebesar 3,086 sementara t tabel dengan $db=(n1+n2)-2 = (10+10)-2 = 18$ dan taraf signifikansi 5%(0,05) sebesar 2,101 karena nilai sekor t hitung lebih besar dari t tabel maka H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyesuaian diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok control. Dengan demikian menunjukkan terdapat :” Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Talking Chip Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMA N 1 Juwana” . Saran hendaknya guru bimbingan dan konseling bagi siswa secara efektif dan optimal dengan penggunaan berbagai metode diantaranya memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* terhadap penyesuaian diri.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Talking Chip, Penyesuaian Diri*

Abstract

This study was motivated by a questionnaire of the needs of students (AKPD) conducted by researchers at SMA N 1 Juwana. Based on the results of the questionnaire needs of students (AKPD) at SMA N 1 Juwana obtained results among others students failed to adjust in school there are 35, 30% and that is among the highest, students can not have self-sensitivity and social there are 32.39%, students are difficult to learn groups there are 32.99%, students are saturated and reluctant to attend school there are 31.93% , lack of ethics in associating there is 31.95%.the researchers then conducted an interview to reinforce

data from the AKPD which found that from the response interviewed stated that it is still low in adjusting. As a try out class selected with random sampling technique namely XI MIPA-A. Class XI MIPA-B numbered 36 students used experiment group and class XI MIPA-C numbered 36 used as a group. Based on the calculation of t test obtained t result Calculate by 3,086 while t table with $db=(n1+n2)-2 = (10+10)-2 =18$ and significance level 5%(0.05) of 2,101 because the value of the t count is greater than t table then H_0 is rejected. It can be concluded that there is an influence of student self-adjustment between the experimental group and the control group. Thus showing there is "The Influence of Group Guidance With Talking Chip On Self-Adjustment of High School Students N 1 Juwana". Advice should be teacher guidance and counseling for students effectively and optimally with the use of various methods including providing group guidance services with techniques talking chip terhadap self-adjustment.

Keywords: Group Guidance, Talking Chip, Self-Adjustment

Pendahuluan

Penyesuaian diri dapat diperoleh melalui proses belajar memahami, mengerti dan berusaha melakukan apa yang diinginkan diri dengan baik akan mampu mencari sisi positif, kreatif dalam mengelola kondisi serta mampu mengendalikan diri, sikap dan perilakunya. Kemampuan tersebut membuat individu akan lebih mudah diterima untuk lingkungannya, namun tidak semua dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, transisi tersebut menimbulkan konflik emosi (Septikasari & Frasandy, 2018). Bahwa siswa yang mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekolah dengan baik belum tentu sehat secara mental karena kesehatan mental tidak hanya sekedar dilihat atau diukur dari derajat penyesuaian diri yang tinggi saja, tapi masih ada hal lain yang perlu diperhatikan seperti nilai-nilai kebaikan yang hidup dilingkungan sekitar yang saling bersangkutan. Secara umum manusia juga dituntut mengalami penyesuaian diri sehingga mampu mengatasi segala masalah yang timbul sebagai akibat dari interaksi dengan lingkungan sosial dan harus mampu menampilkan diri sesuai dengan atau aturan yang berlaku (Handono & Bashori, 2013).

Interaksi di lingkungan sekolah merupakan hubungan timbal balik antara guru dengan siswa yang terdapat disekolah. Oleh karena itu siswa dapat menerapkan hubungan baik dengan teman, guru dan lingkungan sekolah (Sigalingging & Sianturi, 2019). Hal tersebut merupakan kemampuan individu yang menjadikan penyesuaian diri.

Menurut Desmita penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana dia tinggal (Rokhmatika, 2013).

Penyesuaian Diri pada anak usia remaja awal diantaranya persoalan penting yang dihadapi remaja dalam kehidupan sehari-hari dan permasalahan-permasalahan Penyesuaian Diri yang dihadapi remaja dapat berasal dari suasana psikologis keluarga seperti keretakan keluarga. Penyesuaian Diri remaja dengan kehidupan sekolah. Permasalahan Penyesuaian Diri disekolah kenyataannya akan timbul ketika remaja mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah

sekolah lanjutan atas. Mereka mungkin mengalami permasalahan Penyesuaian Diri dengan guru-guru, teman dan mata pelajaran. Sebagai akibat dari hal tersebut, maka prestasi belajar menjadi menurun dan anak akan menjadi tidak tenang dan anak akan menjadi terbebaskan karena kurang perhatian dari orang tuanya (RIGA ARIANTI, 2014).

Menurut Sukardi Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/ konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan (Kurniawan & Pranowo, 2018). Dengan menggunakan layanan Bimbingan Kelompok dapat membantu menyelesaikan permasalahan dalam penyesuaian diri dan menolong individu agar dapat memahami diri sendiri dari kebutuhan dan permasalahan yang berhubungan dengan penyesuaian diri (Nurhidayati, 2016). Sehingga dengan dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok siswa dapat memperoleh pengalaman, informasi dan pengetahuan yang berkaitan dengan penyesuaian diri siswa di sekolah.

Berdasarkan masalah siswa tersebut dengan bantuan teknik *talking chip*. Teknik *talking chip* adalah teknik pembelajaran yang menggunakan benda-benda kecil sebagai syarat sebelum memulai pembicaraan atau aktivitas dalam belajar (Hariyanto, 2015). Berdasarkan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang saya berikan pada kelas XI SMA N 1 Juwana yaitu siswa gagal menyesuaikan diri di sekolah terdapat 35, 30% dan itu termasuk yang paling tinggi, siswa belum bisa memiliki kepekaan diri dan social terdapat 32,39%, siswa sulit untuk belajar kelompok terdapat 32,99%, siswa jenuh dan enggan masuk sekolah terdapat 31,93%, kurangnya etika dalam bergaul terdapat 31,95% Presentasi tersebut merupakan yang paling tinggi dari semua kelas XI di SMA N 1 Juwana. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti temukan studi pendahuluan di SMA N 1 Juwana. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi untuk memperkuat data AKPD dengan 3 orang siswa yang berinisial AL, KL dan SD dengan siswa SMA N 1 Juwana dapat dianalisis dengan hasilnya banyak siswa yang tidak berani mengungkapkan pendapat baik didalam kelas maupun diluar, takut tidak diterima di kelompok, komunikasi sosial masih rendah, dari salah satu siswa mengalami *introvert*, kurangnya perhatian dari teman dilingkungan sekolah (Putri & Nauli, 2015).

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi di SMA N 1 Juwana dari guru BK kelas XI SMA N 1 Juwana mendapatkan bahwa penyesuaian diri di lingkungan sekolah ditemukan fakta perilaku yang muncul siswa menyatakan jenuh dengan rutinitas, mengaku kesulitan bergaul dengan teman, Komunikasi sosial masih rendah, Siswa mengalami *introvert*, Percayaan diri rendah, kurangnya perhatian dari teman dilingkungan sekolah. Oleh sebab itu perlu ada upaya untuk menangani masalah penyesuaian diri disekolah agar dapat lebih fokus pembelajaran yang efektif dan efisien. Hal ini sesuai dengan jurnal penelitian yang digunakan oleh Mazaya yang berjudul Pengaruh Antara Kepercayaan Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa Remaja Kelas X Disekolah Menengah Akhir Muhamadiyah 5 Karanggeneng (Aziz, 2017). Didalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa masalah penyesuaian diri yang terjadi dapat memberikan pengaruh besar 48,61% terhadap kecenderungan somatisasi, hal ini seperti yang terjadi di SMA AL Islam Surakarta. Penjelasan diatas menunjukkan bahwa penyesuaian diri memiliki pengaruh sangat penting terhadap perkembangan kesehatan jiwa dan mental pada siswa. beberapa siswa mengalami permasalahan-permasalahan dalam melakukan penyesuaian diri. Permasalahan-permasalahan yang timbul dalam penyesuaian diri yaitu individu tidak mampu mengatasi kebutuhan dari dalamnya, mengalami ketegangan atau konflik sehingga individu tersebut tidak dapat selaras dengan orang lain atau lingkungan sekitarnya (Kusumaningsih, 2013).

Bahwa guru BK di SMA N 1 Juwana usaha untuk menangani siswa yang penyesuaian diri yang masih rendah yaitu salah satunya memanggil siswa yang bermasalah ke ruang BK dan guru BK memberikan layanan bimbingan dan dibantu dengan teman dekat untuk menambah masukan dari permasalahan yang akan diselesaikan dengan permasalahan siswa tersebut dapat mengerti permasalahannya yang harus diperbaiki dan siswa dapat melatih berkomunikasi dengan teman kelasnya, siswa akan berusaha dalam melakukan perubahan sesuai dengan kemampuannya (Nurfika, 2020).

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi bahwa penyesuaian diri siswa XI SMA N 1 Juwana masih rendah. Terdapat siswa yang belum mampu menyesuaikan diri Perilaku tersebut antara lain: Komunikasi sosial siswa masih rendah, Siswa mengalami *introvert*, Percayaan diri rendah, Kurangnya perhatian dari teman dilingkungan sekolah. Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka ruang lingkup masalah yang akan dibahas agar dapat dibatasi sehingga pembatasan masalah dalam penelitian ini akan lebih spesifiknya dan tidak meluas. Peneliti membatasi masalah yang akan dibahas hanya siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan kelas dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Talking Chip*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Talking Chip* Berpengaruh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMA N 1 Juwana dan Penyesuaian Diri Siswa SMA N 1 Juwana Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Talking Chip*. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu dan pengetahuan baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis hasil dari penelitian ini dapat menambah pemahaman dan pengetahuan dalam bidang bimbingan konseling khususnya dalam memberikan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *Talking Chip* terhadap penyesuaian diri siswa. Bagi Guru mampu menghadapi kemajuan ilmu pengetahuan ,teknologi dan kreatif dalam menggunakan media pembelajaran yang digunakan. Bagi Sekolah memberikan masukan kepada sekolah dalam upaya meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah dengan memanfaatkan teknologi dan layanan bimbingan dan konseling. Bagi peneliti dapat digunakan sebagai latihan mengembangkan wawasan, menambah pengetahuan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan dan konseling terutama layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *Talking Chip*.

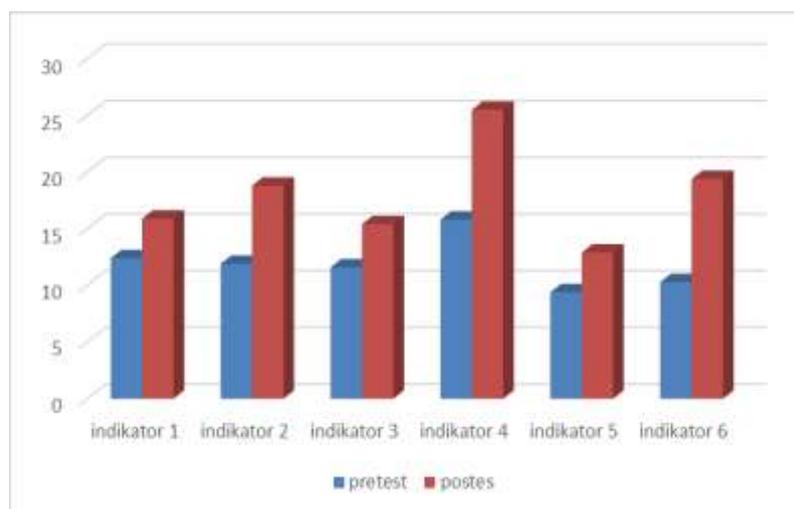
Metode Penelitian

Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel (Y) Menurut Sugiyono Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan, yaitu Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan *Talking Chip* Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMA N 1 Juwana. Peneliti mengambil subjek penelitian siswa kelas XI MIPA-A dan MIPA-B SMA N 1 Juwana yang berjumlah 72 siswa. Dari kelas MIPA-B dan MIPA-C diambil 10 dengan random Peneliti memilih subjek penelitian peserta kelas XI MIPA-B dan kelas XI MIPA- C karena memiliki persentase masalah penyesuaian diri rendah . Untuk mengetahui kelas kelas MIPA-B dan MIPA-C diambil 10 dengan menggunakan uji t. Setelah hasil *pretest* diketahui, peneliti menganalisis menggunakan uji t. Apabila setelah dianalisis tidak ada perbedaan maka ditetapkan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dilakukan secara random. Dalam Menyusun item soal Setelah membuat kisi-kisi, maka peneliti membuat item soal untuk mengungkap penyesuaian diri siswa. Skala terdiri dari 35 item soal yang sudah dipakai untuk mengetahui penyesuaian diri siswa, Menyusun Skor Skala. Dalam penelitian ini berisi pernyataan-pernyataan tentang penyesuaian diri siswa. Format

respon yang digunakan dalam instrument terdiri dari pernyataan positif dan negatif. Dari masing-masing pernyataan tersebut terdapat 4 pilihan yaitu item positif (SS) 4, (S) 3, (TS) 2, (STS) 1 dan item negatif (SS) 1, (S) 2, (TS) 3 (STS) 4.

Penelitian ini menggunakan taraf signifikan sebesar 5% analisis butir untuk mengetahui valid tidaknya butir soal dalam instrumen dengan cara yaitu skor-skor yang ada dalam butir soal dikorelasikan dengan skor total, kemudian dibandingkan pada taraf signifikansi 5%. Apabila r hitung $>$ r tabel maka butir instrumen dinyatakan valid. Demikian pula sebaliknya jika r hitung $<$ r tabel maka butir instrumen dinyatakan tidak valid. Berdasarkan analisis *product moment* diperoleh r hitung (r_{xy}) sebesar 0,204. Angka tersebut kemudian dikonsultasikan dengan r tabel *product moment* dengan $N = 25$ dengan taraf signifikan 5% sebesar 0,396. Dikarenakan r hitung $>$ r tabel $0,204 > 0,284$ maka butir item nomor 1 dinyatakan tidak valid. Butir pernyataan yang dinyatakan tidak valid adalah butir instrumen 1,6,7,9,13,21, 22,23,33,34,38,39,41,46. Item tersebut gugur karena hasil uji coba instrumen tidak menunjukkan adanya kesamaan antara data yang terkumpul dengan data sesungguhnya pada objek yang diteliti.

Berdasarkan bahwa hasil *pretest dan posttest* rata-rata per indikator dari kelompok eksperimen terdapat perbedaan. Hasil yang diperoleh dari *pretest* kelompok eksperimen perindikator dengan skor rata-rata 11,9 setelah kelompok eksperimen diberikan *treatment* meningkat di hasil *post test* menjadi 17,9. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil *pretest dan post test* kelompok eksperimen. Adapun selisih dari perindikator antara lain pada indikator 1 (Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional) dengan skor 12,4 menjadi 15,9 terdapat selisih 3,5 point, indikator 2 (Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi) dengan skor 11,9 menjadi 18,8 terdapat selisih 6,9 point, indikator 3 (Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri) dengan skor 11,6 menjadi 15,4 terdapat selisih 3,8 point, indikator 4 (mampu dalam belajar) dengan skor 15,8 menjadi 25,5 terdapat selisih 9,7 point, indikator 5 (menghargai pengalaman) dengan skor 9,4 menjadi 12,9 terdapat selisih 3,5 point, indikator 6 (bersikap realistis dan objektif) dengan skor 10,3 menjadi 19,4 terdapat selisih 9,1. Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* kelompok menjadi peningkatan pada kelompok eksperimen yang tertinggi pada indikator mampu dalam belajar dengan skor *pretest* 15,8 menjadi 25,5 *post test*.



Gambar 1. perindikator penyesuaian diri hasil pretest dan posttest kelompok Ekperimen.

Tabel 1. Rekapitulasi perindikator penyesuaian diri

No	Indikator	Pretest		Post test		Selisih
		Kelompok eksperimen		Kelompok ekspreimen		
		Skor	Kategori	skor	Kategori	
1	Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional	12,4	Rendah	15,9	Tinggi	3,5
2	Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi	11,9	Rendah	18,8	Tinggi	6,9
3	Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri	11,6	Rendah	15,4	Tinggi	3,8
4	Mampu dalam belajar	15,8	Rendah	25,5	Tinggi	9,7
5	Menghargai pengalaman	9,4	Rendah	12,9	Tinggi	3,5
6	Bersikap realistic dan objektif	10,3	Rendah	19,4	Tinggi	9,1
Jumlah		71,4		107,9		36,5
Rata-rata		11,9		17,9		6,08

Hasil dan Pembahasan

Penelitian pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* terhadap penyesuaian diri siswa SMA N 1 Juwana. Hal tersebut dilakukan berdasarkan analisis AKPD dan wawancara diperoleh hasil bahwa tingkat penyesuaian diri rendah. Sehingga peneliti memberikan perlakuan pada siswa SMA N 1 Juwana berupa layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan dari diskusi data dan hasil perhitungan analisis data menunjukkan bahwa hipotesis kerja (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* terhadap penyesuaian diri siswa SMA N 1 Juwana” diterima. Setelah dilakukan pengujian hipotesis diketahui bahwa terdapat perbedaan peningkatan penyesuaian diri pada kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip*, ini dibuktikan dengan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan t test yang telah dilakukan. Dari hasil perhitungan analisis pertama pada pretest antara kelompok eksperimen dan kelompok control diperoleh t hitung sebesar 0,533 sementara t Tabel dengan $db = (n_1+n_2) - 2 = (10+10) - 2 = 18$ dan taraf signifikansi 5% (0.05) sebesar 2,101 karena jumlah t Hitung lebih kecil dari t Tabel maka H_0 diterima. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan penyesuaian diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok Kontrol.

Perhitungan analisis data uji t data post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh berdasarkan perhitungan uji t diperoleh hasil t Hitung sebesar 3,086 sementara t tabel dengan $db=(n_1+n_2)-2 = (10+10)-2 = 18$ dan taraf signifikansi 5%(0,05) sebesar 2,101 karena nilai skor t hitung lebih besar dari t tabel maka H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyesuaian diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip*. Hal tersebut didukung rekapitulasi pretest dan post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa tergolong rendah hal itu dapat dilihat dari ragunya siswa untuk menentukan penyesuaian dirinya belum pernah menerima materi tentang penyesuaian diri dari guru BK, dan siswa belum mengetahui penyesuaian diri, dari karakteristik penyesuaian diri dan aspek-aspek penyesuaian diri. Penjelasan tersebut juga ditunjukkan dari hasil pretest untuk kelompok eksperimen dengan skor rata-rata sebesar 73,1. Hasil data tersebut berbeda setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip*, dari hasil *post test* pada kelompok eksperimen diperoleh skor rata-rata sebesar 107,1. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 34 point setelah diberikan *treatment* sebanyak enam kali pertemuan. Sedangkan pada kelompok control diperoleh skor rata-rata pretest sebesar 70,4 dari hasil rata-rata *post test* sebesar 92,2. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kelompok kontrol mengalami peningkatan sebesar 21,8. Hasil dari perindikator pada indikator pertama saat pretest pada kelompok eksperimen 12,4, sedangkan posttest 15,9 ada peningkatan rata-rata sebesar 3,5 setelah diberikan *treatment*, sedangkan hasil perindikator pertama saat pretes pada kelompok kontrol 12,6 sedangkan posttest 15,3 sehingga dapat disimpulkan bahwa pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebesar 2,7.

Hasil dari indikator kedua saat pretes pada kelompok eksperimen sebesar 11,9 sedangkan *post test* 18,8 sehingga mengalami peningkatan rata-rata sebesar 6,9 setelah diberikan layanan, sedangkan hasil perindikator kedua kelompok kontrol saat pretes yaitu 11,3 sedangkan posttest 17,4 ada peningkatan rata-rata sebesar 6,1 setelah diberikan layanan. Hasil perindikator ketiga saat preteskelompok eksperimen sebesar 11,6

Sedangkan *post test* 15,4 mengalami peningkatan skor rata-rata sebesar 3,8, sedangkan hasil perindikator kelompok control saat pretes sebesar 11,9 sedangkan *posttest* 12,8 kesimpulannya dari skor rata-rata mengalami peningkatan sebesar 0,9. Setelah diberikan layanan. Hasil perindikator ke empat kelompok eksperimen saat *pretest* sebesar 15,8 sedangkan *posttest* 25,5 sehingga mengalami peningkatan sebesar 9,7. Hasil perindikator keempat saat pretes kelompok kontrol sebesar 16 sedangkan *post tes* sebesar 20,6 sehingga mengalami peningkatan skor rata-rata sebesar 4,6 setelah diberikan layanan. Hasil perindikator ke lima saat pretes kelompok eksperimen sebesar 9,4 sedangkan *post tes* sebesar 12,9 sehingga mengalami peningkatan, sedangkan hasil perindikator kelompok control eksperimen saat *post tes* sebesar 9,1 sedangkan *post test* sebesar 11,2 sehingga mengalami peningkatan sebesar 2,1 setelah diberikan layanan. Hasil perindikator ke enam pada saat pretes kelompok eksperimen sebesar 10,3 sedangkan *post test* 19,4 sehingga mengalami peningkatan rata-rata sejumlah 9,1 sedangkan kelompok kontrol saat *pretest* sebesar 9,8 sedangkan *posttest* 15,6 sehingga mengalami peningkatan skor rata-rata sejumlah 5,8 setelah dikasih *treatmen*. Hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan peningkatan penyesuaian diri pada kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol setelah diberikan *treatmen* berupa bimbingan kelompok dengan teknik *talking chips*.

Penelitian ini membahas tentang penyesuaian diri siswa hal ini disebabkan karena siswa yang belum mampu menyesuaikan diri Perilaku tersebut yaitu Komunikasi sosial siswa masih rendah, Siswa mengalami *introvert*, Percayaan diri rendah, Kurangnya perhatian dari teman dilingkungan sekolah (Rahma, 2019). Hal tersebut didukung pula hasil dari rekapitulasi pretes dan *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatmen* menunjukkan bahwa penyesuaian diri tergolong rendah, hal itu dapat dilihat dari masih ragu-ragu siswa untuk menentukan penyesuaian dirinya sendiri, belum pernah menerima materi tentang penyesuaian diri dari guru BK, dan siswa belum mengetahui penyesuaian diri, dari karakteristik penyesuaian diri dan aspek-aspek penyesuaian diri. Menurut Ghufron dan Risnawata menyatakan bahwa penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya (Siregar, 2019).

Penyesuaian diri merupakan salah satu ciri kepribadian yang sehat yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan. Penyesuaian diri menurut Siswanto adalah faktor yang terpenting bagi kehidupan manusia dalam hal *adaptation* maupun *adjustment* individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, idealnya mampu menggunakan kedua mekanisme penyesuaian diri tersebut secara luwes tergantung pada situasinya (DEWI, 2017). Sebaliknya individu dianggap kaku bila kurang mampu menggunakan kedua mekanisme tersebut dengan baik atau hanya salah satu cara saja yang dominan digunakan.

Kesimpulan

Penyesuaian diri sesudah diberikan *treatmen* bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* menjadi meningkat, hal ini ditunjukkan hasil *pretest* untuk kelompok eksperimen dengan skor rata-rata sebesar 73,1. Hasil data tersebut berbeda setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip*, dari hasil *post test* pada kelompok eksperimen diperoleh skor rata-rata sebesar 107,1. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 34 point setelah diberikan *treatmen*. Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan dalam penelitian ini terlihat tingkat perbedaan hasil data *pretest dan posttest* dari kategori rendah menjadi tinggi. Dimana hasil pengujian uji hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini diketahui bahwa *t* hitung sebesar 3,086 dan *t* tabel 2,101

hal tersebut menunjukkan bahwa t hitung $3,086 > t$ tabel $2,101$ sehingga H_a diterima H_o ditolak. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *talking chip* terhadap penyesuaian diri siswa SMA N 1 Juwana” diterima.”

Bibliografi

- Aziz, M. Abdul. (2017). *Pengaruh antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri pada siswa remaja kelas x di sekolah menengah akhir muhammadiyah 5 karanggeneng*. Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik.
- DEWI, BERNADETTA CHOBIRUS CAMAR TYAS. (2017). *HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA ASRAMA DENGAN PRESTASI BELAJAR*. Unika Soegijapranata Semarang.
- Handono, Oki Tri, & Bashori, Khoiruddin. (2013). *Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Hariyanto, Yacob. (2015). Pengaruh metode pembelajaran tipe talking chips terhadap hasil belajar siswa pada kompetensi dasar memahami model atom bahan semi konduktor di SMK Negeri 1 Jetis Mojokerto. *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro*, 4(3).
- Kurniawan, Drajat Edy, & Pranowo, Taufik Agung. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Siodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1).
- Kusumaningsih, Marta Ratih. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 2(1).
- Nurfika, Linda. (2020). *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Self Control Siswa Di SMK Negeri 1 Sawang Kabupaten Aceh Selatan*. Aceh: UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Nurhidayati, Diana Dwi. (2016). Peningkatan pemahaman manajemen waktu melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving pada siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 24.
- Putri, Hertika Nanda, & Nauli, Fathra Annis. (2015). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku bullying pada remaja*. Riau: Riau University.
- Rahma, Zariatul. (2019). *Hubungan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di SMA Negeri 8 Banda Aceh*. Aceh: UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- RIGA ARIANTI, RIGA ARIANTI. (2014). *Hubungan pola asuh orang tua tunggal dengan prestasi belajar anak usia sekolah di nagari taeh baruah wilayah kerja puskesmas koto baru simalanggang tahun 2014*. STIKes PERINTIS PADANG.
- Rokhmatica, Lailatul. (2013). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa Kelas Unggulan. *Jurnal BK UNESA*, 1(1).
- Septikasari, Resti, & Frasandy, Rendy Nugraha. (2018). Keterampilan 4C abad 21 dalam pembelajaran pendidikan dasar. *Tarbiyah Al-Awlad*, 8(2), 107–117.
- Sigalingging, Ganda, & Sianturi, Ira Ardany. (2019). Hubungan Teman Sebaya dengan Perilaku Seksual Remaja di SMK Medan Area Medan Sunggal. *Jurnal Darma Agung Husada*, 5(1), 9–15.
- Siregar, Nurhayati. (2019). *Meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodarma pada siswa kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek UNIVA Medan*. Sumatera Utara: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).