



**PENGARUH PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL
SETTING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN
TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN DIRI
MAHASISWA IAIN BATUSANGKAR**
(Studi pada Mahasiswa yang Tinggal di Kos)

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

ANNA FITRI
NIM: 14108011

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
BATUSANGKAR
2019**

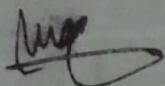
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama Anna Fitri, NIM 14 108 011, judul: **PENGARUH PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL *SETTING* KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA IAIN BATUSANGKAR** (Studi pada Mahasiswa yang Tinggal di Kos), memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan untuk dilanjutkan ke sidang *Munaqasyah*.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, 09 Januari 2019

Pembimbing I



Dr. Masril, M.Pd., Kons
NIP.19620610 199303 1 002

Pembimbing II

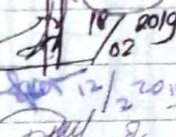
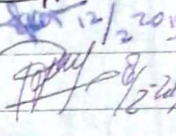
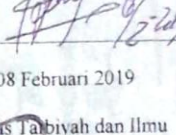


Emeliva Hardi, M.Pd
NIP.19890622 201503 2 005

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi atas nama Anna Fitri, NIM 14 108 011, dengan judul: **PENGARUH PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL SETTING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA IAIN BATUSANGKAR** (Studi pada Mahasiswa yang Tinggal di Kos) telah diuji dalam Ujian *Munaqasyah* Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar yang dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2019

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/NIP Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan dan Tanggal Pengesahan
1	Dr. Masril, M.Pd., Kons NIP. 19620610 199303 1002	Ketua Sidang/ Pembimbing I	
2	Emeliya Hardi, M.Pd NIP. 19890622 201503 2 005	Sekretaris Sidang/ Pembimbing II	
3	Ardimen, M.Pd., Kons NIP. 19720505 200112 1 002	Penguji I	
4	Dra. Rafsel Tas'adi, M.Pd NIP. 19640210 200312 2 001	Penguji II	

Batusangkar, 08 Februari 2019
Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Keguruan



Dr. Syariful Mohir, M.Pd
NIP. 19740725 199903 1 003

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anna Fitri

NIM : 14 108 011

Tempat/ Tanggal lahir: Parit/ 03 Maret 1995

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi saya yang berjudul **"PENGARUH PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL SETTING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA IAIN BATUSANGKAR (Studi pada Mahasiswa yang Tinggal di Kos)"** adalah benar karya saya sendiri bukan plagiat. Apabila dikemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, Januari 2019

Saya yang menyatakan,



Anna Fitri
NIM: 14 108 011

ABSTRAK

Anna Fitri, NIM. 14 108 011. Judul Skripsi: **Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar** (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos), Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah masih ada mahasiswa yang sulit dalam menyesuaikan dirinya, sehingga memunculkan penyesuaian diri yang kurang baik di tempat kos. Tujuan penelitian ini untuk melihat Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos). Jenis penelitian yang digunakan adalah *eksperiment* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 51 orang mahasiswa yang tinggal di kos Canis, kos Pondok Sakinah, kos Putri dan kos 3R. Teknik pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling*, dari penelitian ini 10 orang mahasiswa yang terpilih sebagai sampel penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil “t” hitung dengan df atau db 9. dengan taraf signifikansi 1% diperoleh hasil bahwa $t_o > t_t$ dengan demikian dapat diartikan bahwa Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* kelompok dengan Teknik Bermain Peran berpengaruh signifikan terhadap Peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar yang tinggal di kos.

Kata Kunci: Analisis Transaksional, Konseling Kelompok, Bermain Peran, Penyesuaian Diri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENGESAHAN TIM PENGUJI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

ABSTRAK i

DAFTAR ISI..... ii

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Dan Luaran Penelitian	
1. Manfaat Penelitian.....	10
2. Luaran Penelitian	10

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori.....	11
1. Penyesuaian Diri	11
a. Pengertian Penyesuaian Diri	11
b. Karakteristik Penyesuaian Diri	13
c. Aspek-Aspek yang Penyesuaian Diri.....	14
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	17
2. Pendekatan Analisis Transaksional.....	20
a. Pengertian Pendekatan Analisis Transaksional.....	20
b. Struktur Kepribadian.....	22
c. Posisi Hidup	24
d. Penyebab Manusia Bermasalah.....	26
e. Tujuan Konseling.....	27
f. Proses Konseling Analisis Transaksional	28
g. Teknik-Teknik Konseling	30

3. Keterkaitan pendekatan analisis transaksional <i>setting</i> kelompok dengan penyesuaian diri	33
B. Kajian penelitian yang relevan	36
C. Kerangka berfikir	37
D. Hipotesis.....	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	
1. Populasi	40
2. Sampel.....	40
D. Defenisi Operasional	40
E. Pengembangan Instrument	43
1. Validitas	43
2. Reliabilitas.....	45
F. Desain Penelitian.....	45
G. Teknik Pengumpul Data.....	48
H. Teknik Analisis Data.....	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	55
1. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i>	56
2. Pelaksanaan Treatmen.....	64
3. Deskripsi Data Hasil <i>Posttest</i>	93
B. Uji Hipotesis.....	110
C. Uji N-Gain.....	121
D. Pembahasan.....	126

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	130
B. Saran.....	130

DAFTAR KEPUSTAKAAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam kehidupan sehari-hari biasanya terus menerus menyesuaikan diri dengan cara-cara tertentu sehingga penyesuaian tersebut merupakan suatu pola. Biasanya seseorang dapat memenuhi dan memuaskan kebutuhannya dengan cara-cara yang dapat diterima oleh lingkungan sekitar. Fatimah (2006:193) menyatakan “banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan baik”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa, masih banyak individu yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan baik, sehingga individu merasa menderita dan tidak mampu mencapai tujuan atau kebahagiaan dalam hidupnya.

Seseorang perlu menyesuaikan dirinya, karena setiap individu memerlukan orang lain untuk mengisi kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Contohnya saja untuk memenuhi kebutuhan pokok, individu perlu berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan pedagang di pasar, jasa angkutan maupun individu lain, tidak hanya itu, individu juga perlu menyesuaikan diri karena setiap individu itu pasti memerlukan perubahan dalam kehidupannya, perlu hubungan baru dengan orang lain, yang mana untuk memenuhi hal tersebut tidak akan terlepas dari yang namanya bagaimana individu itu berhubungan dengan lingkungannya, baik lingkungan dalam maupun lingkungan luar.

Salah satu lingkungan luar bagi mahasiswa adalah tempat kos, tempat kos merupakan rumah kedua bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan pada Perguruan Tinggi, tinggal di kos merupakan sarana untuk melatih kemandirian dalam kehidupan sehari-hari yang jauh dan bahkan tanpa pengawasan dari orangtua. Menurut Anita (2015, p.2) “Kos secara sederhana didefinisikan sebagai menempati satu ruang (kamar) rumah seseorang, dengan perjanjian membayar dalam jumlah tertentu

sebagai kompensasi sewa dan fasilitas lain di dalamnya, seperti makan dan perabot yang dipakai”.

Kos juga menjadi tempat untuk menyesuaikan diri mahasiswa. Selama kos, mahasiswa dituntut untuk mengerjakan segala aktivitasnya tanpa bantuan orang tua, di sini mahasiswa harus mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya, sehingga mahasiswa harus dapat menerima dan bergaul dengan teman-teman yang mempunyai latar belakang budaya, kebiasaan, dan karakter diri yang beragam.

Selama kos, mahasiswa juga dituntut untuk dapat mengelola diri dan waktu dengan efektif dan efisien, hal-hal semacam inilah, jika dipahami dan dilakukan dengan baik akan mampu dengan sendirinya mengembangkan jiwa kemandirian mahasiswa, sebagai mahasiswa yang tinggal di rumah kos dibutuhkan kesiapan dan kesediaan setiap mahasiswa untuk memulai hidup baru, apalagi bagi mereka yang tidak terbiasa melakukan pekerjaan rumah sendiri sebelumnya, sewaktu masih duduk di bangku SMA, biasanya mereka masih tinggal serumah dengan orangtua jadi semua pekerjaan yang dilakukan masih di bawah kontrol orangtua.

Ketika telah menjadi anak kos, itu semua harus dilakukan sendiri mereka dituntut untuk bisa mandiri, ada yang berhasil menjadi seseorang yang mandiri dan tidak begitu kesulitan memulai hidup sebagai anak kos, ada juga yang canggung dan merasa tertekan. Kebiasaan di kos, biasanya dipengaruhi juga kebiasaan yang dibawa dari rumah, ada seseorang yang menjadi mandiri setelah tinggal di kos ada juga anak manja yang canggung dan repot mengurus diri sendiri, ada yang bisa dengan mudahnya menyesuaikan diri, ada juga yang butuh waktu beberapa lama sebelum akhirnya memutuskan diri untuk berinteraksi dengan orang lain. Mereka yang kesulitan dalam menyesuaikan diri disebabkan karena kurang terbuka dan kurang berinteraksi dengan orang lain, sedangkan mereka yang cenderung terbuka akan lebih mudah menyesuaikan diri dan dekat dengan orang lain, sekalipun orang yang baru dikenal, dengan begitu mereka bisa mempunyai banyak sahabat.

Menurut Fahmi (dalam Sobur, 2003: 523) menyatakan “penyesuaian diri adalah suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan”. Desmita (2012:19) juga menjelaskan penyesuaian diri:

Suatu konstruk psikologis yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses dimana individu terus menerus menyesuaikan diri dengan orang lain agar dapat berhubungan baik dengan lingkungan dalam maupun luar diri dan masalah penyesuaian diri menyangkut bagaimana dirinya berinteraksi dengan orang lain.

Menurut Schneider (dalam Desmita, 2012:192) menyebutkan penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai: “*A process involving both mental and behavioral responses, by which an individual strives to cope successfully with inner needs, tensions, frustration and conflicts, and to effect a degree of harmony these inner demands and those on him by the objective world in which he lives*”. Jadi penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dengan mana 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 luar.

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Apabila individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai tuntutan yang ada, maka individu tersebut akan mengalami kegagalan dan ketidakmampuan penyesuaian diri yang

mengakibatkan ia akan melakukan penyesuaian diri yang salah. Kenyataan yang terlihat, bahwa masih banyak mahasiswa yang belum mampu menyesuaikan diri dengan teman kosnya, salah satunya terlihat pada komunikasi dengan teman di kosnya.

Setiap tempat kos tentunya memiliki peraturan yang berbeda-beda, sehingga seorang mahasiswa yang tinggal di tempat kos tersebut harus mematuhi peraturan yang ada di kos tersebut, sehingga ia akan bisa diterima di lingkungan tempat kosnya jika dirinya mampu menyesuaikan diri dengan segala aturan yang ada.

Empat tempat kos yang telah peneliti wawancara dan observasi terlihat bahwa peraturan dari setiap kos itu berbeda-beda, kos canis memiliki peraturan bahwa setiap mahasiswa yang tinggal di kos harus mengikuti aturan yang ada seperti piket kos, keluar malam hanya boleh sampai jam 21.00 wib, laki-laki dilarang masuk kedalam kos dan jika ada tugas kuliah dikerjakan di teras kos, setiap sekali sebulan melaksanakan gotong royong bersama dan sesama mahasiswa kos saling menjaga silaturahmi dengan tetap menghargai siapapun yang ada di tempat kos.

Kemudian kos pondok sakinah memiliki peraturan bahwa setiap mahasiswa yang tinggal di kos jika ada yang keluar malam harus melapor kepada pemilik kos, batas keluar malam hanya sampai jam 21.00, setiap selesai memasak harus membersihkan tempat masaknya, tamu laki-laki dilarang masuk kecuali keluarga dari mahasiswa, jika ada yang membawa temannya ke dalam kos harus melapor kepemilik kos. Selanjutnya kos putri memiliki peraturan dilarang membawa tamu laki-laki ke dalam kos, jika ada rapat, maka waktu rapat semua mahasiswa harus hadir dan berada di tempat tersebut dan yang terakhir adalah kos 3R memiliki peraturan setiap mahasiswa memiliki tugas piket dan setiap yang piket harus bertanggung jawab, harus mampu menjaga kebersihan, tamu laki-laki hanya boleh sampai di teras rumah, jika ada kegiatan perkumpulan boleh dilaksanakan di dalam rumah selama mahasiswa tetap menjaga etika di tempat kos, di dalam kos sebaiknya saling menyapa dan ramah terhadap semua

mahasiswa kos, mementingkan kepentingan bersama dari pada kepentingan diri sendiri.

Kenyataan yang terlihat masih ada beberapa mahasiswa yang belum mematuhi aturan-aturan tersebut atau bisa dikatakan meski sudah lama berada di tempat kos tapi belum mampu menyesuaikan diri dengan baik, salah satunya dari segi komunikasi, masih terlihat bahwa beberapa orang sulit untuk menyapa atau bersikap ramah kepada teman, padahal penyesuaian diri sangat penting apa lagi penyesuaian diri dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Melihat masih banyaknya mahasiswa yang sukar dalam menyesuaikan diri maka kemampuan penyesuaian diri dapat dilatih dan kembangkan melalui proses konseling, hal ini dikarenakan konseling juga merupakan salah satu contoh hubungan sosial antara seorang konselor dengan seorang klien (individu yang mengalami masalah) dalam suasana konseling, di dalam proses konseling, terjadi pertukaran informasi dan pengalaman dari seorang klien kepada konselor maupun dari seorang konselor kepada klien, sehingga tidak salah dikatakan, jika proses konseling juga merupakan suatu proses interaksi antara klien dengan konselor.

Konseling menurut Nurihsan (2009:10) adalah “upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif prilakunya”.

Berkaitan dengan konseling yang juga merupakan suatu bentuk interaksi, maka dapat dikatakan bahwa konseling merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan untuk meningkatkan dan mengembangkan penyesuaian diri dalam berinteraksi antara individu dengan individu lain, khususnya klien yang mengalami masalah dalam penyesuaian diri, di dalam konseling juga terdapat beberapa layanan, salah satunya layanan konseling kelompok. Winkel (dalam Lubis, 2011:198) menjelaskan “konseling

kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil”. Selanjutnya Nurihsan (2009:24) menjelaskan:

Konseling kelompok merupakan proses antar pribadi yang dinamis, berpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar, serta melibatkan fungsi-fungsi terapi, seperti bersifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan hangat, saling pengertian, saling menerima dan mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling mempedulikan diantara para peserta konseling kelompok. Individu dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan kemampuan, serta persoalan yang dihadapi bukanlah gangguan kejiwaan yang tergolong sakit, hanya kekeliruan dalam penyesuaian diri. Individu dalam konseling kelompok menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku yang tidak tepat.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok adalah kelompok kecil yang membahas berbagai permasalahan individu yang normal yang memiliki permasalahan kekeliruan dalam penyesuaian diri, sehingga individu dalam kelompok menggunakan interaksi untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai guna menghilangkan sikap-sikap atau perilaku yang tidak tepat, dan individu yang normal memungkinkan untuk memperbaiki perilaku yang lebih baik

Konseling juga terdapat berbagai macam pendekatan, karena penyesuaian diri juga menyangkut interaksi dan hubungan dengan orang lain, maka salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam praktek layanan konseling kelompok adalah pendekatan Analisis Transaksional yang dikembangkan oleh Eric Berne. Palmer (2010:569) menyatakan “Analisis Transaksional (AT) adalah model untuk memahami kepribadian, komunikasi dan relasi manusia”. Jones (2011:229) juga menyatakan bahwa “Analisis Transaksional merupakan kajian tentang aspek-aspek psikiatrik dari transaksi-transaksi tertentu atau serangkaian transaksi yang terjadi di antara dua orang atau lebih individu tertentu di waktu dan tempat tertentu”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa pendekatan AT adalah model untuk memahami kepribadian, komunikasi dan relasi manusia yang melihat transaksi-transaksi antar individu satu dengan individu lainnya di waktu dan tempat tertentu, kemudian penyesuaian diri berkaitan dengan pendekatan Analisis Transaksional, karena penyesuaian diri menyangkut dengan interaksinya, kemudian konseling Analisis Transaksional melihat dan memahami bagaimana komunikasi individu satu dengan individu yang lainnya.

Menurut Prayitno (2005:57) “Konseling Analisis Transaksional (konsistran) dilaksanakan melalui prosedur kelompok, atas dasar kontrak antara klien dengan konselor”. Selanjutnya Taufik (2009:95) menjelaskan bahwa:

Transaksional adalah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain dengan demikian model Analisis Transaksional lebih banyak diterapkan dalam suasana kelompok, yaitu suasana yang terdapat hubungan dengan orang lain, hal yang dianalisis, menyangkut komunikasi antara dua orang atau lebih yang meliputi bagaimana bentuk, cara dan isi komunikasi mereka, dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang berjalan tersebut dapat berlangsung secara benar dan tepat atau dalam keadaan tidak benar, tidak dan tidak tepat, wajar atau tidak wajar. Bentuk, cara dan isi komunikasi itu mencerminkan ada atau tidaknya masalah yang sedang dialami oleh individu bersangkutan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami dapat bahwa pendekatan Analisis Transaksional lebih banyak diterapkan dalam suasana kelompok, sehingga dapat dilihat bagaimana isi dari transaksi individu, hal ini juga yang menjadi alasan bagi peneliti untuk menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan Analisis Transaksional untuk mengamati bagaimana penyesuaian diri mahasiswa.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan terhadap mahasiswa yang tinggal di kos masih ada yang kurang mampu menyesuaikan diri di tempat kos, yaitu ada mahasiswa ketika temannya bercanda, gampang marah serta mudah tersinggung, tidak hanya itu masih ada mahasiswa yang lebih suka menyendiri dibanding bergaul dengan teman kosnya.

(pengamatan terhadap mahasiswa yang tinggal di kos, pada tanggal 16 September 2017)

Hasil wawancara penulis dengan 6 orang mahasiswa IAIN Batusangkar yang berada di tempat kos canis, kos pondok sakinah, kos putri dan kos 3R yang dilakukan pada tanggal 18 september 2017

1. Wawancara yang saya lakukan dengan seorang mahasiswi berinisial MR, mengatakan masih ada yang kurang bertanggung jawab terhadap tugas piketnya, meskipun mereka sudah membuat daftar piket di kosnya.
2. Selanjutnya inisial Y, mengatakan ketika salah seorang diantara mereka belajar ada yang membunyikan musik dengan keras sehingga yang belajar menjadi terganggu. Selain itu ada juga temannya yang suka memerintah.
3. Selanjutnya inisial R, mengatakan di kosnya ada teman yang kurang menghargai pembicaraan orang lain, suka memotong pembicaraan.
4. Selanjutnya inisial M, mengatakan bahwa di kosnya ada teman yang mudah tersinggung ketika bercanda, padahal kalau dia yang bercanda teman yang lain tidak mudah tersinggung, sehingga terkadang mereka malas bercanda dengannya. Selain itu M juga memiliki teman satu kamar, katanya temannya terkadang sifat dan tingkahnya kurang menyenangkan, kadang tanpa tau sebabnya temannya sudah tidak menentu dan bahkan diajak bicara pun tidak mau sehingga si M tidak tahu bagaimana menyikapi temannya tersebut.
5. Selanjutnya inisial RA, mengatakan ada teman kos yang sok-sok senior, lebih mementingkan diri sendiri, bertingkah semaunya sehingga banyak yang tidak suka dengan senior tersebut.
6. Selanjutnya inisial D, mengatakan bahwa dirinya juga mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, walaupun sudah lama tinggal di kos

Berdasarkan hasil pengamatan dan hasil wawancara yang penulis laksanakan kepada 6 orang mahasiswa yang tinggal di kos, masih banyak mahasiswa yang kurang mampu menyesuaikan dirinya di tempat kos, yaitu kurangnya rasa tanggung jawab, suka memerintah dan kurang menghargai orang lain. Melihat fenomena di lapangan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian penyesuaian diri dengan judul **Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik**

Bermain terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos)

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang penulis uraikan, maka yang perlu diidentifikasi yaitu:

1. Latar belakang rendahnya penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di tempat kos
2. Faktor penyebab rendahnya penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di tempat kos
3. Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah ditemukan di atas, maka peneliti membatasi masalah penelitian yaitu "Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos)".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah, maka rumusan masalah yang penulis buat yaitu "Adakah Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos)".

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran

terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos)”.

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

1. Manfaat penelitian

a. Manfaat Teoritis

Untuk menguji teori-teori yang berkaitan dengan penyesuaian diri dan konseling Analisis Transaksional, dan penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang bimbingan dan konseling khususnya untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa yang masih rendah.

b. Manfaat praktis

- 1) Sebagai bahan acuan bagi mahasiswa IAIN Batusangkar untuk dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri di tempat kos.
- 2) Sebagai bahan bagi penulis untuk wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan sesuai dengan profesi penulis nantinya.
- 3) Sebagai salah satu syarat bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan di IAIN Batusangkar, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

2. Luaran Penelitian

Sementara luaran penelitian atau target yang ingin dicapai dari penelitian ini selanjutnya adalah melahirkan pendekatan yang teruji untuk konteks penyesuaian diri, yaitu pendekatan Analisis Transaksional.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Penyesuaian Diri

a. Pengertian Penyesuaian Diri

Individu adalah makhluk yang unik dan dinamik, tumbuh dan berkembang, serta memiliki keragaman kebutuhan, baik jenis, tataran (level), maupun intensitasnya. Keragaman cara individu dalam memenuhi kebutuhannya menunjukkan adanya keragaman pola penyesuaian diri individu. Bagaimana individu memenuhi kebutuhannya akan menggambarkan pola penyesuaian dirinya. Proses pemenuhan kebutuhan ini pada hakikatnya merupakan proses penyesuaian diri, dalam hal ini Gerungan (2004:59-60) menyatakan bahwa “Penyesuaian diri itu pun dapat diartikan dalam arti yang luas dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri”. Fahmi (dalam Desmita, 2012:191) juga menulis:

Pengertian luas tentang proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan dimana dia hidup, akan tetapi dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka jika mereka ingin penyesuaian, maka hal itu menuntut adanya penyesuaian antara keinginan masing-masing dengan suasana lingkungan sosial tempat mereka bekerja.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, guna mendapatkan hubungan yang baik dengan lingkungan serta mampu membuat hubungan yang

memuaskan terhadap orang lain. Penyesuaian diri juga dijelaskan oleh Desmita (2012:191) bahwa:

Suatu konstruk psikologis yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri individu menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya.

Menurut Fatimah (2006:194) juga menjelaskan bahwa “penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya”. Selanjutnya menurut Ghufroon dan Risnawati (2010:52) menyatakan:

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, kemudian tercipta keselarasan antara individu dengan realitas.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kemampuan mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, sehingga terbentuk keselarasan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan dan masalah individu menyangkut dengan aspek kepribadian seseorang terhadap lingkungan dimana ia tinggal.

Kartono (dalam Muna, 2012, p.2) mengartikan “penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, konflik-konflik internal, dengki, iri hati, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dihindari”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri adalah sebagai usaha untuk mencapai kehidupan

yang harmonis baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain, sehingga konflik-konflik yang tidak efisien dapat dihindari.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri

Dalam kenyataannya tidak selamanya individu itu akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, hal itu disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan ia tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal dalam hubungannya dengan rintangan tersebut, ada individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara positif, tetapi ada pula yang melakukan penyesuaian diri yang tidak tepat (salah suai).

Karakteristik penyesuaian diri menurut Fatimah (2006:195-198) yaitu:

- 1) Penyesuaian diri yang positif
Seperti tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan yang salah, memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya, mampu belajar dari pengalaman dan Bersikap realistis dan objektif
- 2) Penyesuaian diri yang salah
 - a) Reaksi bertahan (*defence reaction*)
Adapun bentuk khusus dari reaksi ini adalah: *rasionalisasi, represi, proyeksi, sour grapes*
 - b) Reaksi menyerang (*aggressive reaction*)
Reaksi reaksinya antara lain: selalu membenarkan diri sendiri, selalu ingin berkuasa dalam setiap situasi, merasa senang bila mengganggu orang lain, suka menggertak, baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan.
 - c) Reaksi melarikan diri (*escape reaction*)
Reaksinya sebagai berikut:
 - 1) Suka berfantasi
 - 2) Banyak tidur, suka minuman keras, bunuh diri, atau menjadi pecandu narkoba
 - 3) Regresi, yaitu kembali pada tingkah laku kekanak-kanakan, misalnya orang dewasa yang bersikap dan berperilaku seperti anak kecil.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri yang positif yaitu tidak menunjukkan adanya

ketegangan emosional, serta mampu bersikap realistis, sedangkan penyesuaian diri yang salah ditandai dengan reaksi bertahan, reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri. Sehingga penyesuaian diri yang salah akan menimbulkan konflik atau gagal dalam menyesuaikan diri.

c. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan proses alamiah dalam mengubah tingkah laku individu agar diterima baik di lingkungan. Menurut Desmita (2009:195-196) penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian yaitu:

- 1) Kematangan emosional
Seperti kemantapan suasana kehidupan emosional, Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain, kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan dan sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri
- 2) Kematangan intelektual
Seperti kemampuan mencapai wawasan diri sendiri, kemampuan memahami orang lain dan keragamannya, kemampuan mengambil keputusan dan keterbukaan dalam mengenal lingkungan
- 3) Kematangan sosial
Seperti keterlibatan dalam partisipasi sosial, kesediaan kerja sama, kemampuan kepemimpinan, sikap toleransi, dan keakraban dalam pergaulan
- 4) Tanggung jawab
Seperti sikap produktif dalam mengembangkan diri, melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel, Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal, kesadaran akan etika dan hidup jujur, melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai dan kemampuan bertindak independen.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang sehat maka akan memiliki kematangan emosional yang terkontrol, seseorang yang matang intelektualnya maka akan mampu menyesuaikan diri dengan baik, selanjutnya seseorang yang matang sosialnya maka

akan mampu bekerja sama dan akrab dalam pergaulan, serta memiliki tanggung jawab yang bagus.

Selanjutnya Fatimah (2006:207-208) menjelaskan pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu:

- a. Penyesuaian pribadi
Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya.
- b. Penyesuaian sosial
Kehidupan dimasyarakat terjadi proses saling memengaruhi satu sama lain yang terus menerus dan silih berganti, dari proses tersebut, timbul suatu pola kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat.

Selanjutnya Nurdin (2009, p.10) juga menyatakan bahwa penyesuaian sosial:

Sebagai suatu proses penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan dimana dalam kehidupannya, seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan lingkungan disekitarnya, hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain. Penyesuaian sosial sebagai salah satu aspek dari penyesuaian diri individu yang menuju kepada kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan keadaan lingkungan tempat ia berada dan berinteraksi secara efektif dan efisien. Penyesuaian sosial akan terasa menjadi penting, manakala individu dihadapkan pada kesenjangan-kesenjangan yang timbul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang menerima dirinya yang bertujuan untuk bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, sedangkan penyesuaian sosial adalah proses penyesuaian diri dengan berbagai lingkungan sosial sesuai dengan aturan, hukum dan norma-norma yang ada. penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan dimana dalam kehidupannya seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan

lingkungan disekitarnya, hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain.

Lain halnya dengan pendapat Runyon dan Haber (dalam Warsito, 2013, p.3) menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima aspek sebagai berikut:

- a. Persepsi yang akurat terhadap realita
- b. Kemampuan untuk mengatasi stress dan kecemasan
- c. Self- image positif penilaian diri yang kita lakukan harus bersifat positif dan negatif.
Individu seharusnya mengakui kelemahan dan kelebihanannya, jika seseorang mengetahui dan memahami dirinya dengan cara yang realistik, dia akan mampu mengembangkan potensi, sumber-sumber dirinya secara penuh.
- d. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan Individu mampu merasakan, mengekspresikan keseluruhan emosi secara realistik dan tetap berada di bawah kontrol.
- e. Hubungan interpersonal yang baik
Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial. Sejak kita berada dalam kandungan, kita selalu tergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidup seperti kebutuhan fisik, sosial dan emosi.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu itu memiliki lima aspek yaitu persepsi yang akurat terhadap realita, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, self-image positif penilaian diri yang kita lakukan harus bersifat positif dan negatif, serta kemampuan untuk mengungkapkan perasaan Individu mampu merasakan, mengekspresikan keseluruhan emosi secara realistik dan tetap berada di bawah kontrol, hubungan interpersonal yang baik.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri

Dasar penting bagi terbentuknya suatu pola penyesuaian diri adalah kepribadian, secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Ghufroon dan Risnawati (2010: 55-56) dibedakan menjadi dua:

Pertama, faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang meliputi kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, emosional, mental, dan motivasi. Kedua, faktor eksternal yang berasal dari lingkungan meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah dan masyarakat.

Penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Menurut Saguni dan Amin (2014, p.2) “Penentu-penentu itu dapat dikelompokkan sebagai berikut: a) Kondisi jasmaniah. b) Perkembangan, kematangan, dan penyesuaian diri studi menunjukkan bahwa banyak gejala tingkah laku salah satu bersumber dari keadaan lingkungan masyarakat”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri meliputi kondisi jasmaniah perkembangan, kematangan, dan penyesuaian diri, penentu psikologis terhadap penyesuaian diri dan lingkungan sebagai penentu penyesuaian diri.

Desmita (2009:196-197) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dilihat dari konsep psikogenik dan sosiopsikogenik. Psikogenik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis. Pengalaman khusus ini lebih banyak berkaitan dengan latar belakang kehidupan keluarga, terutama menyangkut aspek-aspek:

- a. Hubungan orangtua anak, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam keluarga, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter yang mencakup:
 - 1) Penerimaan-penolakan orangtua terhadap anak.
 - 2) Perlindungan dan kebebasan yang diberikan kepada anak.
 - 3) Sikap dominatif-integratif (permisif atau *sharing*)
 - 4) Pengembangan sikap mandiri-ketergantungan
- b. Iklim intelektual keluarga, yang merujuk pada sejauh mana iklim keluarga memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual anak, pengembangan berfikir logis atau irrasional, yang mencakup:
 - 1) Kesempatan untuk berdialog logis, tukar pendapat dan gagasan.
 - 2) Kegemaran membaca dan minat kultural.
 - 3) Pengembangan kemampuan memecahkan masalah.
 - 4) Pengembangan hobi.
 - 5) Perhatian orangtua terhadap kegiatan belajar anak.
- c. Iklim emosional keluarga, yang merujuk pada sejauh mana stabilitas hubungan dan komunikasi didalam keluarga terjadi, yang mencakup:
 - 1) Intensitas kehadiran orangtua dalam keluarga.
 - 2) Hubungan persaudaraan dalam keluarga.
 - 3) Kehangatan hubungan ayah-ibu.

Sementara itu dilihat dari konsep sosiopsikogenik, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat di dalamnya. Bagi peserta didik, faktor sosiopsikogenik yang dominan mempengaruhi penyesuaian dirinya adalah sekolah, yang mencakup:

- a. Hubungan guru-siswa, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam sekolah, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter, yang mencakup :

- 1) Penerimaan-penolakan guru terhadap siswa.
 - 2) Sikap dominatif (otoriter, kaku, banyak tuntutan) atau integratif (permisif, *sharing*, menghargai dan mengenal perbedaan individu).
 - 3) Hubungan yang bebas ketegangan atau penuh ketegangan.
- b. Iklim intelektual sekolah, yang merujuk pada sejauh mana perlakuan guru terhadap siswa dalam memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual siswa sehingga tumbuh perasaan kompeten, yang mencakup:
- 1) Perhatian terhadap perbedaan individual siswa.
 - 2) Intensitas tugas-tugas belajar.
 - 3) Kecendrungan untuk mandiri atau berkonformitas pada siswa.
 - 4) Sistem penilaian.
 - 5) Kegiatan ekstrakurikuler.
 - 6) Pengembangan inisiatif siswa.

Selanjutnya Teori belajar sosial Bandura (dalam Yusuf dan Nurihsan, 2011:132-133) tentang kepribadian didasarkan kepada formula tingkah laku manusia merupakan "hasil interaksi timbal balik yang terus menerus antara faktor-faktor penentu: internal (kognisi, persepsi, dan faktor lainnya yang mempengaruhi kegiatan manusia), dan eksternal (lingkungan)".

Teori belajar sosial (*social learning theory*) menurut Bandura (dalam Alwisol, 2004: 355-356) didasarkan pada:

1. Determinis resiprokal
Pendekatan yang menjelaskan tingkah laku manusia dalam bentuk interaksi timbal balik yang terus menerus antara determinan kognitif, behavioral, dan lingkungan. Orang menentukan atau mempengaruhi tingkah lakunya dengan mengontrol kekuatan lingkungan, tetapi orang itu juga dikontrol oleh kekuatan lingkungan itu.
2. Tanpa reinforesemen

Reinforcemen penting dalam menentukan apakah suatu tingkah laku akan terus terjadi atau tidak, tetapi itu bukan satu-satunya pembentuk tingkah laku. Orang dapat belajar melakukan sesuatu hanya dengan mengamati dan kemudian mengulang apa yang dilihatnya.

3. Kognisi dan regulasi diri

Bandura menempatkan manusia sebagai pribadi yang dapat mengatur diri sendiri (*self regulation*), mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa faktor-faktor penentu tingkah laku manusia yaitu faktor internal dan eksternal. Teori belajar sosial didasarkan pada determinis resiprokal, tanpa reinforcemen, serta kognisi dan regulasi diri

2. Pendekatan Analisis Transaksional

a. Pengertian pendekatan Analisis Transaksional

Pendekatan Analisis Transaksional ini dipelopori oleh Erick Berne dan dikembangkannya semenjak mulai pada tahun 1950. Transaksional maksudnya adalah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain, dengan demikian model Analisis Transaksional lebih banyak diterapkan dalam suasana kelompok yaitu suasana yang terdapat hubungan dengan orang lain, hal yang dianalisis, menyangkut komunikasi antara dua orang atau lebih yang meliputi bagaimana bentuk, cara, dan isi komunikasi mereka, dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang berjalan tersebut dapat berlangsung secara benar dan tepat atau dalam keadaan tidak benar dan tidak tepat, wajar atau tidak wajar. Bentuk, cara dan isi komunikasi itu mencerminkan ada atau tidaknya masalah yang sedang dialami oleh individu yang bersangkutan. (Taufik, 2009:95)

Harris (dalam Corey, 2009:163) menyatakan Analisis Transaksional (AT) adalah "manusia memiliki kebutuhan untuk mengadakan hubungan yang harmonis yang bisa dicapai dalam bentuknya yang terbaik, hubungan yang akrab berlandaskan penerimaan posisi saya OK kamu OK dikedua belah pihak”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa hubungan yang akrab didasarkan atas penerimaan saya OK-kamu OK terhadap kedua belah pihak, artinya interaksi yang menyenangkan dan bisa diterima oleh kedua belah pihak.

Selanjutnya Sugiartawan, Sedanayasa, dan Antari (2014, p.3) Menjelaskan bahwa:

Pendekatan Analisis Transaksional terdiri dari dua kata, yakni analisis yang berarti pengujian sesuatu secara detail agar lebih mudah memahami atau agar dapat menarik kesimpulan dari pengujian tersebut. Sedangkan transaksional atau transaksi adalah unit pokok dari sebuah hubungan sosial, dengan demikian, Analisis Transaksional adalah metode yang digunakan untuk mempelajari interaksi antar individu dan pengaruh yang bersifat timbal balik yang merupakan gambaran kepribadian seseorang.

Selanjutnya Corey (2009:157) juga menyatakan bahwa Analisis Transaksional adalah:

Psikoterapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individual, tetapi lebih cocok untuk digunakan dalam terapi kelompok. AT berbeda dengan sebagian besar terapi lain karena merupakan suatu terapi konstruktual dan desisional. AT melibatkan suatu kontrak yang dibuat oleh klien, yaitu dengan jelas menyatakan tujuan-tujuan dan arah proses terapi. AT juga berfokus pada putusan-putusan awal yang dibuat oleh klien dan menekankan kemampuan klien untuk membuat putusan-putusan baru. AT menekankan aspek-aspek kognitif rasional-behavioral dan berorientasi kepada peningkatan kesadaran sehingga klien akan mampu membuat putusan-putusan baru dan mengubah cara hidupnya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa Pendekatan Analisis Transaksional adalah pendekatan yang

membahas tentang proses bentuk, cara dan isi dari komunikasi seseorang dengan orang lain dan sehingga nantinya dapat dilihat apakah transaksi yang dilakukan sudah tepat dan wajar. Psikoterapi Transaksional dapat digunakan dalam terapi individual tetapi lebih cocok digunakan dalam terapi kelompok.

Secara historis, Analisis Transaksional dikembangkan sebagai perpanjangan dari Psikoanalisa dengan konsep dan teknik yang didesain khusus untuk treatment kelompok. Berne menemukan bahwa dengan menggunakan Analisis Transaksional, kliennya membuat perubahan yang signifikan dalam hidupnya. Analisis Transaksional menekankan aspek kognitif rasional-behavioral dan berorientasi kepada peningkatan kesadaran sehingga konseli akan mampu membuat putusan-putusan baru dan mengubah cara hidupnya. (Oktariana, 2013, p.1)

Spanceley (dalam Dewi, Suranata, dan Dharsana, 2014, p.6) berpandangan bahwa:

Analisis Transaksional sebagai bentuk penanganan masalah-masalah psikologis yang didasarkan atas hubungan antara klien dan terapis demi mencapai pertumbuhan dan kesejahteraan diri. Kesejahteraan diri dimaksud meliputi: terbebas dari keadaan tertekan, gangguan alam perasaan, kecemasan, berbagai gangguan perilaku khas serta masalah-masalah ketika membangun hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa analisis transaksional merupakan bentuk penanganan masalah psikologis untuk mencapai pertumbuhan dan kesejahteraan diri individu, sehingga dapat membantu perubahan yang signifikan pada diri individu.

b. Struktur Kepribadian

Analisis Transaksional meyakini bahwa pada diri setiap manusia itu terdapat unsur-unsur kepribadian yang terstruktur, dan itu merupakan suatu kesatuan yang disebut dengan “*ego state*” atau

pernyataan ego. Menurut Taufik (2009:96-98) masing-masing unsur yang terdapat dalam ego state adalah:

- 1) *Ego state child*, yaitu pernyataan ego dengan ciri pribadi anak-anak, seperti manja, riang, lincah, cengeng, rewel bertingkah, lucu dan sebagainya. *Ego state child* ini juga terdiri dari tiga bagian yaitu *Adapted child* (kekanak-kanakan), *Natural child* (anak yang alamiah) dan *Little professor* (merasa diri seperti/ seolah-olah ya ternyata tidak)
- 2) *Ego state parent* (pernyataan ego orang tua) yaitu ciri-ciri pribadi yang memperlihatkan keorangan tuaan banyak memerintah, banyak menasehati dan menunjukkan figur kekuasaan. *Ego state parent* terbagi menjadi dua yaitu *Critical parent* (orang tua yang selalu mengkritik) dan *Nurturing parent* (orang tua yang merawat)
- 3) *Ego state adult* (pernyataan ego orang dewasa), dengan ciri-ciri realistis, berdasarkan pemikiran, apa adanya, fakta, dengan melalui proses menimbang, mengingat, memutuskan dan lain-lain. *Ego state adult* ini diwarnai oleh penekanan pada rasio, sehingga sangat memperhitungkan fakta-fakta, kenyataan-kenyataan.

Sama halnya dengan pendapat Corey (2009:160) yang juga menjelaskan tiga ego state pada diri individu yaitu:

1. Ego orang tua adalah bagian kepribadian yang merupakan introyeksi dari orang tua atau dari substitut orang tua. Ego orang tua berisi perintah-perintah “harus” dan “semestinya”. Orang tua dalam diri kita bisa “orang tua pemelihara” atau “orang tua pengkritik”.
2. Ego orang dewasa adalah pengolah data dan informasi yang merupakan bagian objektif dan kepribadian, juga menjadi kepribadian yang mengetahui apa yang sedang terjadi. Berdasarkan informasi yang tersedia, ego orang dewasa menghasilkan pemecahan yang paling baik bagi masalah tertentu.
3. Ego anak berisi perasaan-perasaan, dorongan-dorongan, dan tindakan-tindakan spontan, “anak” yang ada dalam diri kita bias berupa “anak alamiah”, “professor cilik”. Atau berupa “anak yang disesuaikan”

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa pada diri individu terdapat tiga struktur kepribadian yang dikenal dengan ego state. Yaitu *ego state child* (pernyataan anak-anak),

ego state parent (pernyataan orang tua) dan *ego state adult* (pernyataan orang dewasa). Namun idealnya pada diri individu ada ego state yang dominan. Idealnya setiap ego state hendaknya dapat diaplikasikan secara tepat dalam bertransaksi dengan orang lain, karena jika tidak maka akan menimbulkan permasalahan dalam berhubungan dengan orang lain.

c. Posisi Hidup

Keinginan dan kebutuhan untuk memperoleh posisi hidup, ialah hubungan yang dirasakan oleh seseorang antara diri sendiri dengan orang lain, misalnya orang berkata pada diri sendiri bagaimana keadaan (posisi) hidup saya ini dalam hubungannya dengan orang-orang lain. Posisi yang dipilih oleh individu itu sendiri itulah yang paling tepat dirasakannya dan mungkin bagi orang lain tidak tepat.

Analisis transaksional menurut Harris (dalam Taufik, 2009:105-107) membagi menjadi empat posisi hidup yang sering dipilih oleh seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain yaitu:

1. Saya OK, Kamu OK

Posisi saya ok, kamu ok adalah posisi yang dipilih seseorang apabila dia merasa dirinya beres (OK) dan orang lain juga dirasakannya beres (OK). Orang yang berada pada posisi ini hubungan yang dilakukannya sedang berjalan secara “evolusioner” (berubah secara lambat). Hubungan ini diwarnai oleh tidak ada hal-hal yang mengganggu, negatif atau tidak baik. Posisi hidup saya OK, kamu OK adalah posisi seseorang ketika berinteraksi ataupun berhubungan dengan orang lain, seseorang selalu mengharapkan agar antara individu yang satu dengan individu yang lain saling bertransaksi dengan baik dan menyenangkan sehingga diterima oleh kedua belah pihak.

2. Saya OK, kamu tidak OK

Posisi yang dipilih oleh seseorang saya OK, kamu tidak OK adalah apabila dia merasakan dirinya beres dan orang lain tidak beres. Hubungan ini sifatnya cenderung merubah pihak kedua, biasanya juga bersifat “revolusioner” (perubahan secara cepat). Dalam hal ini orang tersebut merasa bahwa apa saja yang dilakukan oleh orang lain selalu “not OK”. Orang yang memilih posisi ini misalnya seperti orang yang selalu berseteru dengan orang lain. Posisi hidup saya OK, kamu tidak OK adalah posisi dimana seseorang lebih mementingkan dirinya dibandingkan orang lain, dalam hal ini seseorang tidak mau mengintrospeksi dirinya dan selalu menyalahkan orang lain.

3. Saya tidak OK, kamu OK

Orang yang berada pada posisi ini merasa dirinya tidak beres dan hanya orang lain yang beres. hubungan yang dirasakannya adalah hubungan yang mengubah “saya” oleh “kamu” dan sifat hubungannya devolusioner (mundur secara lambat). Orang yang memilih posisi ini pada dirinya ada perasaan takut, terancam, terhina, rendah diri dan sebagainya. Orang yang menempati posisi ini biasanya juga menganggap bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk mengemban suatu tugas tertentu. Posisi hidup saya tidak OK, kamu OK, adalah dimana seseorang merasa dirinya tidak berguna, rendah diri, serta tidak memiliki kemampuan, tetapi hanya orang lainlah yang bisa, sehingga individu yang mengalami posisi hidup ini lebih cenderung mengikuti orang lain.

4. Saya tidak OK. Kamu tidak OK

Orang yang berada pada posisi ini merasa bahwa dirinya sendiri tidak berdaya dan orang lain dirasakannya juga tidak berdaya. Hubungan yang dirasakannya tidak jelas siapa mengubah siapa, atau “obvolusioner”, contohnya adalah orang

yang putus asa, frustrasi dan sebagainya. Posisi hidup saya tidak OK, kamu tidak OK, adalah posisi seseorang menyerah kepada setiap keadaan, tidak mempunyai harapan, posisi ini seseorang merasa tidak ada yang baik, dan tidak bermakna baik bagi dirinya maupun bagi orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa setiap manusia memiliki posisi hidup masing-masing, dimana posisi hidup yang individu pilih itulah yang dilakukannya ketika berhubungan dengan orang lain, ada empat posisi hidup yang dipilih oleh individu itu sendiri yaitu saya OK-kamu OK, saya OK-kamu tidak OK, saya tidak OK-kamu OK, dan saya tidak OK-kamu tidak OK.

d. Penyebab Manusia Bermasalah

Manusia bermasalah menurut Analisis Transaksional dapat dilihat dari cara dan pola yang dipilih individu, dalam melakukan transaksi dengan orang lain. Menurut Hansen (dalam Taufik, 2009:111) merumuskan empat ciri-ciri manusia yang mengalami masalah yaitu:

- 1) Kecendrungan untuk memilih posisi hidup *devolusioner*, *revolusioner* atau *obvolusioner* atau pada dirinya ada "Not OK"
- 2) Kecendrungan untuk menggunakan ego state yang tunggal atau hanya satu *ego state* tampil untuk situasi yang berbeda.
- 3) *Ego state* yang ditampilkan sering terlau cair, sehingga tidak ada batas antara *ego state* yang lain.
- 4) *Ego state* tercemar.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa individu bermasalah apa bila tidak berada pada posisi SOKO. Melainkan pada posisi hidup SOKTO, atau berada pada posisi STOKO, serta STOKTO, dalam hal ini individu juga akan bermasalah jika hanya menggunakan satu ego state saja dalam situasi tertentu, karena ego state harus dapat digunakan dalam

situasi dan kondisi tertentu, kemudian individu juga bermasalah jika ego statenya tercemar.

e. Tujuan Konseling

Secara umum tujuan yang hendak dicapai dalam konseling Analisis Transaksional adalah membantu klien agar dapat memahami sifat dan jenis transaksi mereka dengan sewaktu dia bertransaksi, pemahaman ini berguna bagi klien sehingga mereka bisa merespon orang lain secara langsung, menyeluruh dan akrab.

Selanjutnya tujuan konseling menurut model Analisis Transaksional menurut Taufik (2009:112-113) dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Membebaskan diri klien dari ketidakstabilan posisi hidup dan mengganti dengan naskah hidupnya yang lebih produktif serta menempatkan posisi saya OK, kamu OK.
2. Apabila hal ini sudah tercapai, maka selanjutnya dia mesti dapat mempergunakan ego state adult secara optimal, karena makin dewasa dia maka ego state adult lah yang meskinnya banyak tampil, untuk pekerjaan yang menuntut keseriusan, ego state adult yang biasanya mendominasi tampil agar dia dapat sukses memperoleh hasil pekerjaan tersebut, efek dari tujuan ini adalah pemantapan pikiran dan penalaran individu yang bersangkutan.
3. Setelah pencemaran terkikis habis, konselor berusaha mengembangkan kemampuan individu untuk dapat mempergunakan ego statenya secara tepat, sesuai dengan situasi dan kondisi dimana dia berada. Apabila suatu situasi menuntut yang ego state adult, dia dapat menampilkannya secara memadai, begitu juga hendaknya penampilan ego state-ego state yang lain.
4. Agar klien berusaha dengan bantuan konselor menghilangkan pencemaran ego statenya.

Kemudian Prayitno (2005:57) juga mengungkapkan tujuan pendekatan Analisis Transaksional yaitu:

- a. Mendekontaminasi ES yang terganggu
- b. Membantu menggunakan ketiga ES secara baik dan lentur
- c. Membantu menggunakan *ego state adult* secara optimal
- d. Mendorong berkembangnya:
 - 1) *Life position SOKO*

2) *Life script baru dan produktif*

Adapun tujuan khusus konseling Analisis Transaksional menurut Gantina (dalam Darimis, 2014: 85-86) adalah:

1. Konseli dibantu untuk menjadi bebas dalam berbuat, bermain menjadi orang yang mandiri dalam memilih apa yang diinginkan
2. Konselor membantu konseli untuk memprogram pribadinya agar membuat *ego state* berfungsi pada saat yang tepat
3. Konseli dibantu untuk menganalisis transaksi dirinya sendiri
4. Konseli dibantu untuk mengkaji keputusan awal salah sebelumnya, dan membuat keputusan baru atas dasar kesadaran.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa tujuan konseling Analisis Transaksional adalah untuk membantu klien memperbaiki ego statenya, serta mempergunakan ego state dengan sebaiknya sehingga mampu menempatkan ego state terhadap situasi dan kondisi tertentu, kemudian juga membantu individu untuk mencapai kestabilan posisi hidup menjadi posisi saya OK kamu OK.

f. Proses Konseling Analisis Transaksional

Apabila konselor berkehendak menggunakan model Analisis Transaksional dalam membantu klien, maka dia hendaknya memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan analisis struktur kepribadian, transaksi dan naskah hidup. Ketiga hal tersebut menjadi kunci munculnya masalah dalam diri klien.

Berkenaan dengan hal ini Hansen dkk (dalam Taufik, 2009:113-115) membagi empat tahapan yang hendaknya dilalui dalam kegiatan konseling AT yaitu:

1. Analisis Struktur

Analisis Struktur merupakan suatu cara yang digunakan untuk membantu individu mengenali bahwa pada dirinya terdapat tiga ego state, yaitu ego orang tua, ego orang dewasa

dan ego anak, dalam hal ini konselor menjelaskan mengenai ketiga ego state tersebut, sehingga klien menyadari ego state mana yang sering dia munculkan dalam bertransaksi.

2. Analisis Transaksional

Konselor menganalisis bagaimana individu bertransaksi dengan orang lain, apakah individu tersebut sudah menggunakan ego state yang sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga menimbulkan perasaan yang menyenangkan baik pada dirinya maupun pada diri orang lain yang disebut dengan saya ok, kamu ok, dalam hal ini konselor melihat apakah Seseorang sudah merasa ok atau tidak ok. Apa yang terjadi antara individu dalam bertransaksi antar ego state ketika pesan yang disampaikan dan respon yang diberikan dikelompokkan ke dalam tiga kategori, menurut Darimis (2014:89) yaitu:

- a. Transaksi komplementer (melengkapi)
Jenis transaksi ini adalah jenis transaksi terbaik dalam komunikasi antara individu, karena terjadi kesamaan makna terhadap pesan yang ditukarkan.
- b. Transaksi silang
Transaksi yang terjadi ketika pesan yang disampaikan salah satu ego state tidak mendapat respon yang sewajarnya atau tidak mendapat respon sesuai harapan
- c. Transaksi terselubung
Transaksi yang kompleks yang melibatkan dua atau lebih ego state. Pesan yang disampaikan tidak jelas, sehingga salah satu individu menyembunyikan sikapnya.

3. Analisis Permainan

Analisis permainan ini sangat penting dalam memahami sifat transaksi dengan orang lain. Konselor menganalisis permainan yang dimainkan oleh konseli, sehingga dengan permainan tersebut konseli dapat mengamati dan memahami permainan yang dimainkan, apa hasil akhir permainan, sentuhan apa yang konseli peroleh dari permainan tersebut.

4. Analisis naskah hidup

Konselor menganalisis naskah hidup yang ada pada diri konseli, dalam hal ini konselor menganalisis konseli apa bila konselor telah melihat bahwa pada diri konseli terdapat posisi hidup yang tidak sesuai atau dapat dikatakan not OK.

g. Teknik-teknik Konseling

Untuk membantu memecahkan masalah klien, dalam konseling dipakai beberapa teknik yang dirumuskan oleh model ini. Teknik yang digunakan dalam model Analisis Transaksional tersebut menurut Hansen, dkk (dalam Taufik, 2009:116-117) yaitu:

- a. Permission, konselor memberi kebebasan yang luas, yaitu melakukan sesuatu yang dilarang oleh orang lain, dengan cara ini konselor akan dapat melihat ego state yang mana dominan pada diri klien, posisi hidup mana yang dipilihnya, bagaimana naskah hidupnya dan pola permainan mana yang dipilihnya dalam memperoleh sentuhan.
- b. Proteksi, dalam hal ini klien merasa aman berada bersama konselor, dalam kegiatan konseling diciptakan rasa aman, sehingga klien merasa dirinya aman meskipun dia melakukan apa saja.
- c. Potensi, konselor benar-benar menampilkan kemampuan dirinya untuk membantu klien, disini tampak bahwa konselor dituntut untuk mampu memberikan sesuatu dan mampu berbuat sesuatu dengan kepentingan, kemajuan dan kesejahteraan klien.

Selanjutnya Prayitno (2005:57) juga menjelaskan beberapa teknik yang dipakai dalam Analisis Transaksional adalah sebagai berikut:

1. Konseling analisis transaksional (konsistran) dilaksanakan melalui prosedur kelompok, atas dasar kontrak antara klien dan konselor.
2. Proses konseling melalui tahap-tahap sebagai berikut:
 - a. Analisis struktur: membantu klien memahami struktur ego statenya sendiri
 - b. Analisis transaksional: membantu klien memahami transaksi yang hendaknya dikembangkan dalam komunikasi dengan orang lain

- c. Analisis game: konselor menginterpretasikan game yang dilakukan klien dan mengkonfirmasiannya
- d. Analisis *script*: mendalami dan menganalisis *life script* klien.

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa dalam pelaksanaan proses konseling dapat berjalan dengan baik dan lancar, maka konselor harus menguasai teknik-teknik tersebut dengan baik, yang bertujuan untuk konseling dilakukan konselor bisa memberikan teknik yang tepat terhadap permasalahan klien. Konselor juga harus mampu membuat suasana nyaman saat melakukan konseling serta bersikap akrab dengan klien, konselor juga harus bisa memberikan yang terbaik untuk klien agar dapat membantu klien mencari jalan keluar terhadap masalah yang sedang dialami klien.

Selanjutnya teknik-teknik Analisis Transaksional menurut Corey (2009:174-184):

1. Analisis Struktural

Analisis struktural adalah alat yang bisa membantu klien agar menjadi sadar atas isi dan fungsi ego orang tua, ego orang dewasa, dan ego anaknya. Analisis struktural ini menjelaskan kepada klien bahwa setiap orang memiliki ego state.

2. Analisis Transaksional

Analisis Transaksional pada dasarnya adalah suatu penjabaran atas analisis yang dilakukan dan dikatakan oleh orang-orang terhadap satu lain. Menganalisis bagaimana seseorang berkomunikasi dengan orang lain.

3. Kursi kosong

Kursi kosong adalah suatu prosedur yang sesuai analisis struktural, bagaimana kursi kosong itu dijalankan, umpunya seorang klien mengalami kesulitan dalam menghadapi bos nya (ego orang tua). Klien diminta untuk

membayangkan bahwa seseorang tengah duduk disebuah kursi dihadapannya dan mengajaknya berdialog.

4. Permainan peran

Seorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi seorang anggota lainnya, dan ia berbicara kepada anggota tersebut. Para anggota yang lain pun bisa menjalankan permainan peran serupa dan boleh mencobanya diluar pertemuan terapi, bentuk permainan lainnya adalah permainan yang menonjolkan gaya-gaya khas dari ego orang tua, ego orang dewasa dan ego anak, atau permainan-permainan tertentu agar memungkinkan klien memperoleh umpan balik tentang tingkah laku sekarang dalam kelompok.

5. Percontohan keluarga

Percontohan keluarga merupakan suatu pendekatan lain untuk bekerja dengan analisis struktural, terutama bagi penanganan orang tua yang konstan, orang dewasa yang konstan, atau anak yang konstan.

6. Analisis upacara, hiburan, dan permainan

Analisis transaksi mencakup pengenalan terhadap upacara-upacara (ritual-ritual), hiburan-hiburan, dan permainan-permainan yang digunakan dalam menyusun waktunya.

7. Analisis permainan dan ketegangan

Analisis permainan-permainan dan ketegangan-ketegangan adalah suatu aspek yang penting bagi pemahaman sifat sifat transaksi dengan orang lain.

8. Analisis skenario

Analisis skenario adalah bagian dari proses terapeutik yang memungkinkan pola hidup yang diikuti oleh individu bisa dikenali.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa beberapa teknik menurut Corey adalah analisis struktural, analisis transaksional, kursi kosong, permainan peran, percontohan keluarga, analisis upacara, hiburan, dan permainan, analisis permainan dan ketegangan dan analisis skenario.

Dalam penelitian ini peneliti memakai teknik bermain peran, bermain peran ini beberapa anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego sesuai dengan apa yang akan diuji cobakan. Sebagaimana Darimis (2014: 92) menjelaskan permainan peran (*rolly play*) “biasanya digunakan dalam konseling kelompok atau melibatkan orang lain. Anggota kelompok dapat berperan sebagai *ego state* (perwakilan ego) yang bermasalah dengan konseli”. Sama halnya dengan pendapat Handayani dan Noviandari (2017, p.5) menjelaskan

Permainan Peran (*role playing*) biasanya digunakan dalam konseling kelompok dimana melibatkan orang lain. Anggota kelompok lain dapat berperan sebagai *ego state* yang bermasalah dengan konseli. Melalui kegiatan ini konseli berlatih dengan anggota kelompok untuk bertingkah laku sesuai dengan apa yang akan diuji coba di dunia nyata.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa pendekatan analisis transaksional konseling kelompok dengan teknik bermain peran merupakan teknik yang melibatkan orang lain, dimana sebagian dari anggota kelompok memainkan peran *ego state* yang menjadi sumber masalah bagi anggota kelompok.

3. Keterkaitan Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok Teknik Bermain Peran dengan Penyesuaian Diri

Sebagaimana menurut Desmita (2012:191) “masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. Maepin, Suarni dan Sudjijono (2013, p.10) Analisis transaksional

adalah metode yang digunakan untuk mempelajari interaksi antar individu dan pengaruh yang bersifat timbal balik yang merupakan gambaran kepribadian seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri penyesuaian diri berkaitan dengan pendekatan Analisis Transaksional, karena penyesuaian diri menyangkut dengan interaksinya, kemudian konseling Analisis Transaksional mempelajari interaksi individu.

Prayitno (2005:57) menjelaskan “Konseling Analisis Transaksional (konsistran) dilaksanakan melalui prosedur kelompok, atas dasar kontrak antara klien dengan konselor”. Selanjutnya Taufik (2009: 95) dijelaskan juga bahwa:

Transaksional adalah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain dengan demikian model Analisis Transaksional lebih banyak diterapkan dalam suasana kelompok, yaitu suasana yang terdapat hubungan dengan orang lain, hal yang dianalisis, menyangkut komunikasi antara dua orang atau lebih yang meliputi bagaimana bentuk, cara dan isi komunikasi mereka, dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang berjalan tersebut dapat berlangsung secara benar dan tepat atau dalam keadaan tidak benar, tidak dan tidak tepat, wajar atau tidak wajar. Bentuk, cara dan isi komunikasi itu mencerminkan ada atau tidaknya masalah yang sedang dialami oleh individu bersangkutan.

Corey (2009:181) juga menjelaskan permainan peran dalam analisis transaksional adalah

Seorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi seorang anggota lainnya, dan ia berbicara kepada anggota tersebut. Para anggota yang lain pun bisa menjalankan permainan peran serupa dan boleh mencobanya di luar pertemuan terapi, bentuk permainan lainnya adalah permainan yang menonjolkan gaya-gaya khas dari ego orang tua, ego orang dewasa dan ego anak, atau permainan-permainan tertentu agar memungkinkan klien memperoleh umpan balik tentang tingkah laku sekarang dalam kelompok.

Adapun tahap-tahap konseling kelompok Natawidjaja (2009:117-140) adalah sebagai berikut:

a. Tahap Awal

Tahap awal konseling kelompok merupakan tahap pengenalan, melibatkan dan memasukkan para anggota kedalam kehidupan suatu kelompok

b. Tahap Pertengahan

Tahap pertengahan meliputi diskusi, saling berbagi pendapat dan pengalaman, dan memecahkan masalah atau mengerjakan tugas-tugas.

c. Tahap Akhir

Tahap akhir merupakan tahap penutupan konseling kelompok, tahap ini dilakukan revisi terhadap berbagai pembahasan yang dilakukan sebelumnya.

Selanjutnya Harris (dalam Corey, 2009:181) membahas keuntungan yang diperoleh dari pendekatan kelompok adalah:

- a. Berbagai cara ego orang tua mewujudkan dirinya dalam transaksi-transaksi yang diamati
- b. Karakteristik-karakteristik ego anak pada masing-masing dalam kelompok bias dialami
- c. Orang-orang bias dialami dalam suatu lingkungan yang alamiah yang ditandai oleh keterlibatan dengan orang lain
- d. Konfrontasi permainan-permainan yang timbal balik bias muncul secara wajar
- e. Para klien bergerak dan membaik lebih cepat dalam *treatment* kelompok

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa pendekatan Analisis Transaksional dapat digunakan dalam *setting* kelompok, karena akan lebih efektif, kemudian dilaksanakan dengan permainan peran, yang memainkan tentang ego state. keuntungannya dengan *setting* kelompok teknik bermain peran maka akan mudah diamati ego state masing masing anggota kelompok, dan hal ini juga yang melatar belakangi penulis untuk memilih pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok dengan teknik bermain peran, dengan begitu penulis akan mudah mengamati bagaimana penyesuaian diri mahasiswa.

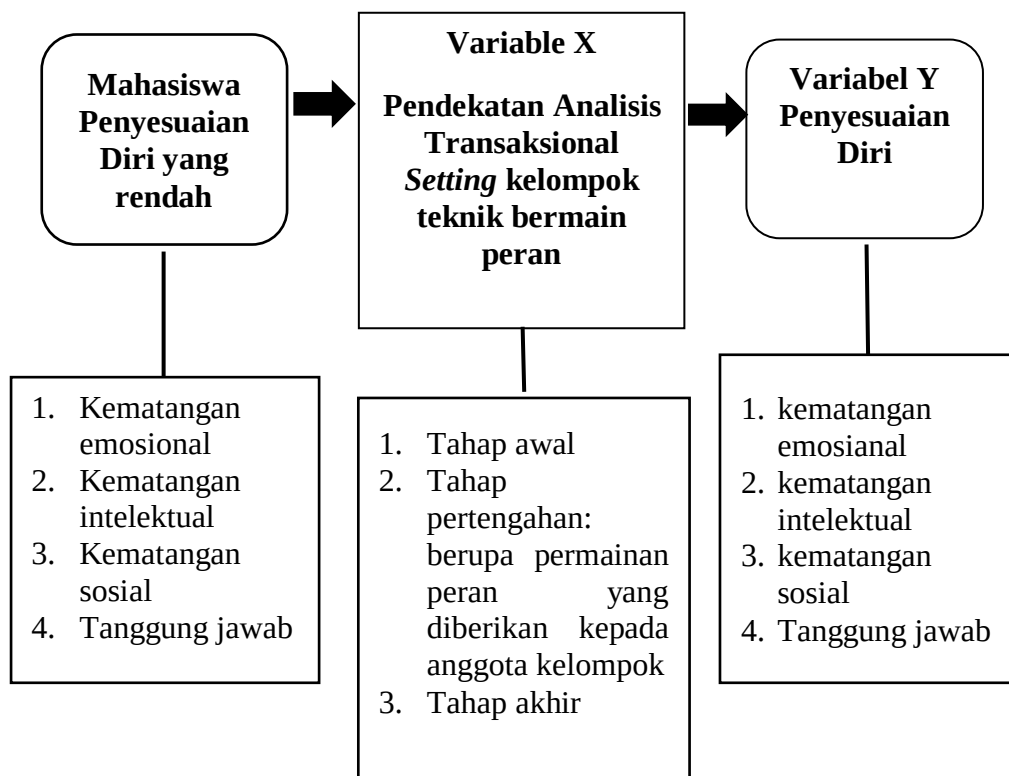
B. Kajian Penelitian yang Relevan

Berdasarkan landasan teori di atas, penelitian-penelitian yang relevan dengan permasalahan yang diteliti adalah:

1. Penelitian yang dilakukan tahun 2013 oleh Lusi Bonita, yang penelitiannya berjudul “Peningkatan kemampuan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya melalui layanan bimbingan kelompok” (studi di kelas X/2 SMAN 2 Sungai Tarab). Penelitian tersebut salah satu variabelnya sama dengan variabel yang penulis gunakan, yaitu kemampuan penyesuaian diri, namun penulis lebih memfokuskan kepada Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lusi Bonita adalah menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan antara kemampuan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan kelompok, hal ini berdasarkan kepada $t_0 > t_1$ yaitu $3,78 > 2,90$
2. Penelitian yang dilakukan oleh Ona Suryani tahun 2015 yang penelitiannya berjudul “Peningkatan kemampuan penyesuaian diri anak asuh melalui layanan informasi” (studi di Panti Asuhan Ade Irma Suryani Nasution Batusangkar). Penelitian tersebut salah satu variabelnya sama dengan penelitian yang penulis gunakan yaitu peningkatan kemampuan penyesuaian diri, namun penulis lebih memfokuskan kepada Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ona Suryani bahwa layanan informasi dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri anak asuh, dalam arti kata, bahwa layanan informasi dapat diandalkan sebagai salah satu alternatif layanan dalam membantu anak asuh memiliki penyesuaian diri pada tingkat SMP/MTsN dan SMA/SMK.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Putri tahun 2016 yang penelitiannya berjudul “Pengaruh konseling pendekatan Analisis

Transaksional format kelompok terhadap keterampilan komunikasi siswa di SMAN 1 Sungayang” (studi pada siswa kelas X). Penelitian tersebut salah satu variabelnya sama dengan variabel yang penulis gunakan, yaitu pendekatan Analisis Transaksional, namun penulis lebih memfokuskan kepada Pagaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos). Hasil penelitian yang dilakukan Aulia Putri tentang pengaruh layanan konseling pendekatan Analisis Transaksional format kelompok terhadap keterampilan komunikasi siswa menunjukkan bahwa layanan konseling pendekatan Analisis Transaksional format kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan komunikasi siswa karena t_0 lebih besar dari t_t , artinya layanan konseling pendekatan Analisis Transaksional format kelompok dapat dimanfaatkan untuk merubah keterampilan siswa dalam berkomunikasi.

C. Kerangka berfikir



Keterangan

Berdasarkan kerangka berpikir di atas dapat dipahami bahwa mahasiswa akan diberikan skala penyesuaian diri, kemudian setelah ditemukan mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, maka akan ditingkatkan melalui *setting* kelompok dengan Pendekatan Analisis Transaksional teknik bermain peran, sehingga dengan bermain peran dapat mengupayakan peningkatan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik.

D. Hipotesis

Hipotesis penelitian tentang pengaruh pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok terhadap penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar adalah:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar

H_a : Terdapat pengaruh yang signifikan pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar

Bentuk hipotesis statistiknya adalah:

$$H_0 : t_o < t_t$$

$$H_a : t_o \geq t_t$$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan bentuk eksperimen, menurut Kasiram (2010:211) “penelitian eksperimen adalah model penelitian dimana peneliti memanipulasi suatu stimulasi atau kondisi, kemudian mengobservasi akibat dari perubahan stimulasi atau kondisi tersebut pada obyek yang dikenai stimulasi atau kondisi tersebut”.

Adapun jenis eksperimen yang digunakan adalah penelitian *pre eksperimen*. Menurut Sugiyono (2013:74), *pre eksperimen* adalah “desain eksperimen yang belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel control. Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperimen design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. *One group pretest-posttest design* adalah desain yang menggunakan pretest sebelum diberikan perlakuan, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan treatment.

Berdasarkan pendapat di atas diketahui bahwa dalam penelitian ini dilakukan *pretest*, diberikan tindakan, setelah itu dilakukan *posttest* untuk melihat pengaruh dari tindakan yang diberikan. Hasil *posttest* tersebut dilihat apakah terjadi perubahan setelah diberikan tindakan. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok kontrol.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dan lokasi penelitian adalah mahasiswa yang tinggal di kos canis, kos pondok sakinah, kos putri dan kos 3R di Jorong Chaniago, Kecamatan Lima Kaum Batusangkar, Kabupaten Tanah Datar. Adapun

waktu penelitian adalah selama 2 bulan, yaitu bulan September dan Oktober 2018

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Dalam suatu penelitian tentunya diperlukan adanya suatu objek yang akan dijadikan sebagai sasaran penelitian, oleh sebab itu peneliti menetapkan objek penelitiannya yang disebut dengan istilah populasi. Menurut Sugiyono (2013:80) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Objek yang akan menjadi populasi adalah mahasiswa IAIN Batusangkar yang tinggal di kos canis, kos pondok sakinah, kos putri dan kos 3R

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

No	Nama Kos	Jumlah Mahasiswa
1	Kos Canis	10 orang
2	Kos Pondok Sakinah	15 orang
3	Kos Putri	10 orang
4	Kos 3R	16 orang
Jumlah		51 orang

Sumber: pemilik kos

Berdasarkan tabel di atas ada 51 mahasiswa yang tinggal di kos canis, kos pondok sakinah, kos putri dan kos 3R yang dijadikan sebagai populasi, peneliti mengambil mahasiswa yang tinggal di kos tersebut adalah berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada beberapa orang yang tinggal pada kos tersebut.

2. Sampel

Menurut Hanafi (2015:53) “sampel adalah sebagian populasi yang diambil dengan cara yang dapat dipertanggungjawabkan”. Kemudian Kasiram (2010:258) menjelaskan “Sampel adalah bagian dari yang akan diteliti secara mendalam”.

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sampling purposive*, menurut Sugiyono (2013:85) *sampling purposive* adalah “teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Pertimbangan tertentu yang peneliti maksud adalah mahasiswa yang tinggal di Kos Pondok Sakinah, kos Canis, kos 3R, dan kos Putri yang memiliki penyesuaian diri yang rendah dan sedang sebanyak 10 orang mahasiswa.

Tabel 3.2
Sampel penelitian

No	Kode Mahasiswa	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	002	RA	100	Rendah
2	006	BJ	99	Rendah
3	024	D	102	Rendah
4	025	MH	109	Sedang
5	032	L	105	Sedang
6	039	ER	107	Sedang
7	044	YUL	93	Rendah
8	048	HTM	113	Sedang
9	050	H	110	Sedang
10	051	ZP	98	Rendah
Jumlah			1036	Rendah
Rata-rata			103,6	

D. Defenisi Operasional

Untuk memperoleh pemahaman tentang penelitian ini maka peneliti memberikan penjelasan mengenai berbagai istilah yang ada dalam judul ini:

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Desmita (2012:191) yaitu:

Suatu konstruk psikologis yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri individu menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya.

Penyesuaian diri adalah suatu usaha seseorang untuk mengubah dirinya agar sesuai dan diterima dengan baik di lingkungannya, masalah penyesuaian diri juga menyangkut dengan aspek kepribadian individu dalam berinteraksi.

Penyesuaian diri yang dimaksud peneliti adalah empat aspek menurut Desmita (2012:195) yaitu “aspek kematangan emosional, aspek kematangan intelektual, aspek kematangan sosial dan aspek tanggung jawab”.

2. Analisis Transaksional (AT)

Menurut Harris (dalam Corey, 2009:163) menyatakan bahwa “manusia memiliki kebutuhan untuk mengadakan hubungan yang harmonis yang bisa dicapai dalam bentuknya yang terbaik, hubungan yang akrab berlandaskan penerimaan posisi saya OK kamu OK dikedua belah pihak”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Analisis Transaksional (AT) adalah pendekatan konseling yang bertujuan untuk membentuk/membangun hubungan yang harmonis antara dua orang atau lebih, dimana hubungan itu menghasilkan satu sikap *I'am OK, You Are Ok*, yaitu interaksi yang baik yang bisa diterima kedua belah pihak.

3. Teknik Bermain Peran dalam Analisis Transaksional

Menurut Corey (2009:181) teknik bermain peran dalam analisis transaksional adalah:

Permainan peran seorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi seorang anggota lainnya, dan ia berbicara kepada anggota tersebut. Para anggota yang lain pun bisa menjalankan permainan peran serupa dan boleh mencobanya di luar pertemuan terapi, bentuk permainan lainnya adalah permainan yang menonjolkan gaya-gaya khas dari ego orang tua, ego orang dewasa dan ego anak, atau permainan-permainan tertentu agar memungkinkan klien memperoleh umpan balik tentang tingkah laku sekarang dalam kelompok.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa teknik bermain peran dalam analisis transaksional ini anggota kelompok

memainkan peran berupa ego state, seperti ego state child, ego state adult dan ego state parent yang menjadi sumber masalah bagi anggota kelompok.

E. Pengembangan Instrumen

1. Validitas

Instrumen yang valid berarti instrument yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Sugiyono (2012:173) menjelaskan "*Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur*". Jadi instrument yang peneliti buat untuk mengukur penyesuaian diri mahasiswa dikatakan valid jika benar-benar dapat mengukur penyesuaian diri tersebut. Instrument yang valid harus memiliki:

a. Pengujian validitas konstruk (*Construct Validity*)

Validitas konstruk menunjukkan suatu tes mengukur sebuah konstruk sementara. Pengujian validitas konstruk ini dilakukan dengan meminta penilaian dari ahli setelah angket tersebut dikonstruksikan (dibuat kisi-kisi) tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori. Jadi instrumen yang peneliti buat untuk mengukur penyesuaian diri mahasiswa.

Validitas instrument dilakukan dengan cara:

1. Menyusun instrumen berdasarkan teori dan pernyataan penelitian sehingga instrumen yang dibuat diharapkan dapat mengungkapkan masalah penyesuaian diri mahasiswa
2. Berkonsultasi dengan dosen pembimbing yaitu bapak Dr. Masril, M.Pd., Kons dan ibu Emeliya Hardi, M.Pd
3. Berkonsultasi dengan validator yaitu bapak Ardimen, M.Pd., Kons.

Tabel 3.3
Hasil validitas konstruk
Skala Penyesuaian diri Mahasiswa

No item	Penilaian	No item	Penilaian
1	Valid tanpa revisi	21	Valid tanpa revisi
2	Valid tanpa revisi	22	Valid tanpa revisi
3	Valid tanpa revisi	23	Valid tanpa revisi
4	Valid tanpa revisi	24	Valid tanpa revisi
5	Valid tanpa revisi	25	Valid tanpa revisi
6	Valid tanpa revisi	26	Valid tanpa revisi
7	Valid dengan revisi	27	Valid tanpa revisi
8	Valid dengan revisi	28	Valid tanpa revisi
9	Valid tanpa revisi	29	Valid tanpa revisi
10	Valid tanpa revisi	30	Valid tanpa revisi
11	Valid tanpa revisi	31	Valid tanpa revisi
12	Valid tanpa revisi	32	Valid tanpa revisi
13	Valid tanpa revisi	33	Valid dengan revisi
14	Valid tanpa revisi	34	Valid tanpa revisi
15	Valid tanpa revisi	35	Valid tanpa revisi
16	Valid tanpa revisi	36	Valid tanpa revisi
17	Valid tanpa revisi	37	Valid dengan revisi
18	Valid tanpa revisi	38	Valid tanpa revisi
19	Valid tanpa revisi	39	Valid tanpa revisi
20	Valid dengan revisi	40	Valid tanpa revisi

b. Pengujian validitas isi (*content validity*)

Menurut Sugiyono (2007:182) berpendapat bahwa validitas isi:

Secara teknis pengujian validitas konstruk dan validitas isi dapat dibantu dengan menggunakan *kisi-kisi instrumen atau menarik pengembangan instrumen*, dalam kisi-kisi itu terdapat variabel yang diteliti, indikator, dengan kisi-kisi instrumen itu maka pengujian validitas dapat dilakukan dengan mudah dan sistematis.

Berdasarkan pendapat di atas validitas ditegakkan pada langkah telaah dan revisi butir pertanyaan dengan cara meminta pendapat ahli yaitu bapak Ardimen, M.Pd., Kons selaku validator peneliti.

2. Reliabilitas instrumen

Reliabilitas data merupakan kepercayaan suatu data. Reliabilitas menggambarkan adanya konsistensi data penelitian. Seperti yang dijelaskan oleh Sarwono (2006:219) “Reliabilitas menunjukkan adanya konsistensi dan stabilitas nilai hasil skala pengukuran tertentu”. Diketahui bahwa suatu instrumen yang reliabel adalah instrumen yang dapat memberikan data yang tetap tentang suatu variabel yang diukur meskipun instrumen tersebut digunakan berulang kali. Uji reliabilitas pada penelitian ini dengan menggunakan SPSS 20. Adapun hasil uji reliabilitas yang peneliti dapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	40

Berdasarkan hasil uji reliabilitas di atas didapatkan hasil perhitungan SPSS 20 adalah 918. Artinya instrumen tersebut reliabel dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data penelitian.

F. Desain Penelitian

Desain penelitian yang peneliti pakai adalah penelitian eksperimen. Adapun jenis eksperimen digunakan adalah *pre eksperimen*. Menurut Sugiyono (2013:74) *pre eksperimen* adalah “desain eksperimen yang belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel control. Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperimen design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. *One group pretest-posttest design* adalah desain yang menggunakan pretest sebelum diberikan perlakuan, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan *treatment*. Menurut Myrick (2003:222), “untuk penelitian eksperimen, seorang peneliti

memberikan *treatment* minimal 6 kali pertemuan dengan durasi waktu 45-50 menit”.

Berdasarkan pendapat di atas diketahui bahwa dalam penelitian ini dilakukan *pretest*, diberikan tindakan, setelah itu dilakukan *posttest* untuk melihat pengaruh dari tindakan yang diberikan. Untuk *pretest* dan *posttest* menggunakan skala likert, dimana menurut Tas’adi (2011:27) skala likert “biasanya memberikan suatu nilai skala untuk untuk tiap alternatif jawaban yang selama ini atau lazim digunakan berjumlah lima kategori” dimana peneliti memakai jawaban Selalu, Sering, Kadang-kadang, jarang dan tidak pernah. Hasil *posttest* tersebut dilihat apakah terjadi perubahan setelah diberikan tindakan. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok kontrol. O_1 adalah observasi yang dilakukan, X tindakan yang diberikan, dan O_2 adalah hasil tindakan yang diberikan. Desain ini digambarkan sebagai berikut:

Tabel 3.5
Desain Penelitian

Group (Kelompok)	Pretest	Treatment	Posttest
Eksperimen	O_1	X	O_2

Jadi dalam penelitian eksperimen ini peneliti akan melihat Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar dengan 6 kali sesi konseling kelompok. Adapun tahap-tahap konseling kelompok Natawidjaja (2009:117-140) adalah sebagai berikut:

1. Tahap Awal
Tahap awal konseling kelompok merupakan tahap pengenalan, melibatkan dan memasukkan para anggota kedalam kehidupan suatu kelompok
2. Tahap Pertengahan
Tahap pertengahan meliputi diskusi, saling berbagi pendapat dan pengalaman, dan memecahkan masalah atau mengerjakan tugas-tugas.
3. Tahap Akhir
Tahap akhir merupakan tahap penutupan konseling kelompok, tahap ini dilakukan revisi terhadap berbagai pembahasan yang

dilakukan sebelumnya.

Selanjutnya teknik bermain peran pada pendekatan analisis transaksional Menurut Corey (2009:181) adalah “permainan peran yang dilaksanakan dalam kegiatan konseling kelompok adalah seorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi seorang anggota lain dan ia berbicara kepada anggota tersebut”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa tiga tahap konseling kelompok, yaitu tahap awal, tahap pertengahan, ditahap pertengahan ini dilaksanakan teknik bermain peran dan yang terakhir adalah tahap akhir, kemudian teknik bermain peran dalam analisis transaksional adalah memainkan peran ego state yang menjadi sumber masalah dirinya. Adapun rencana pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

Tabel 3.6
Rencana Kegiatan
Pendekatan Analisis Transaksional
Setting Kelompok Teknik Bermain Peran

No	Kegiatan	Waktu
1	Bermain peran dengan judul etika terhadap orang lain	1 Oktober 2018
2	Bermain peran dengan judul kemampuan bersikap toleransi	8 Oktober 2018
3	Bermain peran dengan judul sikap menolong	13 Oktober 2018
4	Bermain peran dengan judul keterlibatan dalam bekerja sama	15 Oktober 2018
5	Bermain peran dengan judul keyakinan akan kemampuan diri	22 Oktober 2018
6	Bermain peran dengan judul kemampuan memahami orang lain	28 Oktober 2018

Dari tabel di atas dapat dipahami bahwa *treatment* yang akan diberikan adalah pendekatan analisis transaksional *setting* kelompok dengan teknik bermain peran, dalam kegiatan tersebut diberikan teks untuk

memainkan peran sesuai dengan judul yang ada dalam tabel, bermain peran ini akan membahas tentang ego state, transaksi dan posisi hidup.

Dalam bermain peran ini 10 orang anggota kelompok akan dibagi sebagai pemain peran dan sebagai pengamat terhadap peran yang diberikan untuk lebih jelasnya adalah sebagai berikut:

1. Treatmen pertama bermain peran dengan judul etika terhadap orang lain, kegiatan ini 4 orang akan menjadi pemeran dari dialog yang diberikan, kemudian 6 orang sebagai pengamat terhadap apa yang diperankan.
2. Treatmen kedua bermain peran dengan judul kemampuan bersikap toleransi, kegiatan ini 4 orang juga menjadi pemeran dari dialog yang diberikan, sedangkan 6 orang lagi sebagai pengamat dari peran yang diberikan
3. Treatmen ketiga bermain peran dengan judul sikap menolong, kegiatan ini 4 orang menjadi pemeran dari dialog yang diberikan, kemudian 6 oerang sebagai pengamat dari peran yang diberikan
4. Tretamen keempat bermain peran dengan judul keterlibatan dalam bekerja sama, kegiatan ini 3 orang menjadi pemain peran, sedangkan 7 orang sebagai pegamat dari peran yang diberikan
5. Treatmen kelima bermain peran dengan judul keyakinan akan kemampuan diri, kegiatan ini 4 orang sebagai pemain peran dari dialog yang diberikan, 6 orang sebagai pengamat dari peran yang dimainkan
6. Treatmen keenam bermain peran dengan judul kemampuan memahami orang lain, kegiatan ini 4 orang menjadi pemeran dari dialog, sedangkan 6 orang sebagai pengamat dari peran yang dimainkan

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data kuantitatif bukan hanya bertujuan untuk menghitung angka (*numeric*), melainkan juga menilai (*rating*) perasaan seseorang, sikap, minat, persepsi dalam berbagai skala numerik, dalam

pengumpulan data kuantitatif, peneliti biasanya menggunakan survey, angket dan skala nilai (*rating scalas*). (Yaumi & Damopoli, 2014:123)

Pada penelitian ini penulis memakai teknik skala (kuesioner). Sebagaimana menurut Sugiyono (2013:142) “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Tentunya untuk mendapatkan data yang akan diteliti, terlebih dahulu peneliti harus mengikuti langkah-langkah dalam menyusun instrumen, menurut Tas’adi (2011:7) langkah-langkah dalam menyusun instrumen yaitu:

1. Menetapkan jenis/pola instrumen
2. Menetapkan isi instrumen
3. Menyusun kisi-kisi
4. Menulis item
5. Uji coba instrumen.

Adapun jenis skala yang peneliti gunakan adalah skala likert. terkait penyesuaian diri mahasiswa menyangkut dengan penyesuaian diri. Skala likert biasanya memberikan suatu jawaban yang selama ini atau lazim digunakan berjumlah lima kategori masing-masing kategori akan diberi skor, dengan demikian instrumen itu akan menghasilkan total skor bagi tiap responden. Berdasarkan sudut pandang tertentu misalnya ada pernyataan positif atau negatif maka masing-masing alternatif akan diberi skor, jawaban alternatif dari skala likert berupa :

Tabel 3.7
Alternatif Jawaban Skala Penyesuaian Diri

Alternatif Jawaban	Item positif	Item negatif
Selalu	5	1
Sering	4	2
Kadang-kadang	3	3
Jarang	2	4
Tidak pernah	1	5

Tabel 3.8
Rentang dan Kategori Skala Penyesuaian Diri

Rentang skor	Kategori penyesuaian diri
169-200	Sangat tinggi
137-168	Tinggi
105-136	Sedang
73-104	Rendah
40-72	Sangat rendah

Keterangan:

1. Skor maksimum: $5 \times 40 = 200$

Skor maksimum nilai tertinggi adalah 5, maka 5 dikalikan dengan jumlah skala keseluruhan yang berjumlah 40 item dan hasilnya adalah 200

2. Skor minimum: $1 \times 40 = 40$

Skor minimum nilai terendah adalah 1, maka 1 dikalikan dengan jumlah item pada skala yang berjumlah 40 dan hasilnya adalah 40

3. Rentang: $200 - 40 = 160$

Rentang yang diperoleh dari hasil skor maksimum sebanyak 200 di kurang dengan skor yang diperoleh dari skor minimum yaitu 40 maka hasilnya 160

4. Banyak kriteria

Banyak kriteria adalah 5 tingkatan yang diinterpretasikan dengan menggunakan kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi

5. Panjang kelas interval: $160 : 5 = 32$

Hasil yang diperoleh dari rentang yaitu 160 dibagi dengan banyak kriteria yaitu 5 dan hasilnya adalah 32

Agar penulis memiliki pedoman dalam penulisan item, maka penulis telah merancang instrument penelitian yaitu kisi-kisi instrumen. Adapun kisi-kisi instrumen diambil dari Aspek penyesuaian diri sebagai berikut:

Penyesuaian diri adalah suatu usaha seseorang untuk mengubah dirinya agar sesuai dan diterima dengan baik di lingkungannya yang

meliputi empat aspek yaitu aspek kematangan emosional, aspek kematangan intelektual, aspek kematangan sosial dan aspek tanggung jawab.

Tabel 3.9
Kisi-kisi Skala Penyesuaian Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No Item		Jml
			+	-	
Penyesuaian Diri	Kematangan Emosional	a. Kemantapan suasana kehidupan emosional	1	2	2
		b. Kemantapan suasana kebersamaan dengan orang lain	3	4	2
		c. Sikap terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri	5	6	2
	Kematangan Intelektual	a. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri	7	8	2
		b. Kemampuan memahami orang lain	9	10	2
		c. Kemampuan mengambil keputusan	11	12	2
		d. Keterbukaan dalam mengenal lingkungan	13	14	2
	Kematangan Sosial	a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial	15	16	2
		b. Kesiediaan kerja sama	17	18	2
		c. Kemampuan kepemimpinan	19	20	2
		d. Sikap toleransi	21	22	2

		e. Keakraban dalam pergaulan	23, 24	25, 26	4
	Tanggung Jawab	a. Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal	27, 28, 29	30, 31, 32	6
		b. Kesadaran akan etika dan hidup jujur	33, 34	35, 36	4
		c. Memikirkan konsekuensi dari setiap apa yang dilakukan	37	38	2
		d. Kemampuan bertindak independen	39	40	2
Jumlah					40

H. Teknik Analisis Data

Analisis data dari hasil pengumpulan data merupakan tahapan yang penting dalam menyelesaikan suatu kegiatan penelitian ilmiah, data yang telah terkumpul tanpa dianalisis menjadi tidak bermakna, tidak berarti, menjadi data yang mati dan tidak bersembunyi. Oleh karena itu, analisis data ini untuk memberi arti, makna dan nilai yang terkandung dalam data. Menurut Kasiram (2010:119) “Suatu penelitian yang efektif dan efisien, bila semua data yang dikumpulkan dapat dianalisis dengan teknik analisis tertentu. Bila data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif atau data yang dikuantifikasikan, maka pola analisis data statistik yang cocok”.

Teknik analisis data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Analisis deskriptif kuantitatif

Sebagaimana menurut Sudijono (2004:4) statistik deskriptif adalah “statistik yang mempunyai tugas mengorganisasi dan

menganalisis data angka agar dapat memberikan gambaran secara teratur, ringkas dan jelas, mengenai suatu gejala, peristiwa atau keadaan, sehingga dapat ditarik pengertian atau makna tertentu”.

Berdasarkan penjelasan di atas Peneliti menggunakan statistik deskriptif untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul apa adanya, yaitu dengan menyajikan tabel dan grafik.

2. Langkah-langkah melakukan analisis uji-t

- a. Mencari rerata tes awal (O_1)
- b. Mencari rerata tes akhir (O_2)

Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t dengan rumus sebagai berikut:

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

Keterangan:

M_D = Mean of difference

SD_D = Mean defiasi standart dari difference

SE_{MD} = Standar error kedua mean of difference.

Selanjutnya harga t hitung dibandingkan dengan harga kritik t pada taraf signifikasi. Apabila t hitung (t_o) besar nilainya dari t tabel (t_t), maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak. Artinya, Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok berpengaruh signifikan dalam meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa. Tapi, apabila harga t hitung (t_o) kecil dari harga t tabel (t_t) maka hipotesis nihil (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Artinya Pendekatan Analisis Transaksional tidak berpengaruh signifikan dalam meningkatkan Penyesuaian Diri Mahasiswa.

3. Mencari pengaruh dengan rumus:

$$g = \frac{\text{Skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{Skor maximum} - \text{skor pretest}}$$

Klasifikasi normalisasi *gain* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.10
Klasifikasi dan Kriteria N-gain

Klasifikasi	Kriteria
$g \leq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan skala untuk *pretest* yang diberikan pada tanggal 25 September 2018 kepada 51 orang mahasiswa yang tinggal di tempat kos didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri mahasiswa, dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 4.1
Hasil Pengolahan Data *Pretest*
Skala Penyesuaian Diri Mahasiswa
N=51

No	Kode Mahasiswa	Subjek	Skor	Kategori
1	001	SD	144	Tinggi
2	002	RA	100	Rendah
3	003	NA	124	Sedang
4	004	RS	133	Sedang
5	005	W	140	Tinggi
6	006	BJ	99	Rendah
7	007	VN	137	Tinggi
8	008	MIH	123	Sedang
9	009	N	152	Tinggi
10	010	M	144	Tinggi
11	011	SEP	137	Tinggi
12	012	Rsaf	148	Tinggi
13	013	AA	134	Sedang
14	014	RF	147	Tinggi
15	015	YF	154	Tinggi
16	016	WNS	140	Tinggi
17	017	ZS	130	Sedang
18	018	PA	147	Tinggi
19	019	SFY	159	Tinggi
20	020	MR	161	Tinggi
21	021	DS	156	Tinggi
22	022	HH	130	Sedang
23	023	Y	162	Tinggi
24	024	D	102	Rendah
25	025	MH	109	Sedang
26	026	DPS	157	Tinggi
27	027	Z	172	Sangat tinggi

No	Kode mahasiswa	Subjek	Skor	Kategori
28	028	UA	119	Sedang
29	029	RFW	147	Tinggi
30	030	DF	143	Tinggi
31	031	SNI	138	Tinggi
32	032	L	105	Sedang
33	033	LN	175	Sangat tinggi
34	034	RY	163	Tinggi
35	035	LY	150	Tinggi
36	036	MWW	128	Sedang
37	037	JYT	135	Sedang
38	038	H	134	Sedang
39	039	ER	107	Sedang
40	040	AR	158	Tinggi
41	041	IE	140	Tinggi
42	042	YD	139	Tinggi
43	043	DH	130	Sedang
44	044	YUL	93	Rendah
45	045	A	133	Sedang
46	046	RA	137	Tinggi
47	047	IR	127	Sedang
48	048	HTM	113	Tinggi
49	049	NA	124	Sedang
50	050	H	110	Sedang
51	051	ZP	98	Rendah
Jumlah			6887	Sedang
Rata-rata			135,03	

A. Analisis Deskriptif Data Awal

1. Deskriptif Data Pretest

Skala yang telah diberikan kepada 51 orang mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi adalah berjumlah 2 orang, 26 orang mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang tinggi, 18 orang mahasiswa memiliki penyesuaian diri sedang, dan 5 orang mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, dalam hal ini tidak ada mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang sangat rendah. Sebanyak 51 orang mahasiswa kos dengan nilai rata-rata 135,03 dapat dikategorikan penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di kos canis, kos pondok

sakinah, kos putri dan kos 3R berada pada kategori sedang. Agar lebih jelasnya peneliti menggambarkan pada tabel klasifikasi di bawah ini:

Tabel 4.2
Klasifikasi Skor *Pretest*
Penyesuaian Diri Mahasiswa
N=51

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	169-200	Sangat tinggi	2	3,92%
2	137-168	Tinggi	18	35,29%
3	105-136	Sedang	26	50,98%
4	73-104	Rendah	5	9,81%
5	40-72	Sangat rendah	-	-
Jumlah			51	100%

Berdasarkan tabel klasifikasi penyesuaian diri di atas terlihat bahwa dari 51 orang mahasiswa yang tinggal di kos terdapat 2 orang mahasiswa (3,92%) memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi, 18 orang mahasiswa (35,29%) memiliki penyesuaian diri yang tinggi, 26 orang mahasiswa (50,98%) yang memiliki penyesuaian diri yang sedang, 5 orang mahasiswa (9,81%) yang memiliki penyesuaian diri yang rendah dan tidak ada mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang sangat rendah.

Berdasarkan hasil skala *pretest* tersebut tergambar bahwa mahasiswa yang tinggal di kos memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah. Kondisi ini perlu ditingkatkan menjadi lebih baik lagi dari yang sudah ada.

a. Deskriptif Data *Pretest* Keseluruhan

Adapun jumlah mahasiswa yang akan diberikan konseling kelompok adalah mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah berjumlah 5 orang dan yang memiliki penyesuaian diri sedang adalah 5 orang dan akan diberikan tindakan ke 10 orang sampel. Agar lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.3
Anggota Kelompok Eksperimen
N=10

No	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	RA	100	Rendah
2	BJ	99	Rendah
3	D	102	Rendah
4	MH	109	Sedang
5	L	105	Sedang
6	ER	107	Sedang
7	YUL	93	Rendah
8	HTM	113	Sedang
9	H	110	Sedang
10	ZP	98	Rendah
Jumlah		1036	Rendah
Rata-rata		103,6	

Berdasarkan kelompok eksperimen di atas dari 10 orang mahasiswa yang dijadikan sebagai sampel penelitian dengan nilai rata-rata 103,6 berada pada kategori rendah.

Tabel 4.4
Klasifikasi *Pretest* Penyesuaian Diri
Kelompok Eksperimen
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	169-200	Sangat tinggi	-	-
2	137-168	Tinggi	-	-
3	105-136	Sedang	5	50%
4	73-104	Rendah	5	50%
5	40-72	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa yang menjadi kelompok eksperimen pada hasil *pretest* dapat dijelaskan bahwa 5 orang (50%) memiliki penyesuaian diri sedang dan 5 orang (50%) memiliki penyesuaian diri rendah.

b. Deskriptif Data *Pretest* Aspek Kematangan Emosional

Berdasarkan skala untuk *pretest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan emosional dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.5
Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Emosional
N=10

No	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	RA	15	Rendah
2	BJ	14	Rendah
3	D	14	Rendah
4	MH	13	Rendah
5	L	15	Rendah
6	ER	17	Sedang
7	YUL	12	Rendah
8	HTM	16	Sedang
9	H	13	Rendah
10	ZP	13	Rendah
Jumlah		142	Rendah
Rata-rata		14,2	

Berdasarkan tabel di atas tentang aspek kematangan emosional dapat dijelaskan bahwa sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata 14,2 berada pada kategori rendah. Adapun untuk melihat klasifikasi hasil *pretest* yang terdiri dari 6 item dengan skor maksimal 30 dan skor minimal 6 serta panjang interval 4,8 maka dapat diperoleh sebagai berikut:

Tabel 4.6
Klasifikasi Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Emosional
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	26,2-30	Sangat tinggi	-	-
2	21,4-25,2	Tinggi	-	-
3	16,6-20,4	Sedang	2	20%

4	11,8-15,6	Rendah	8	80%
5	6-10,8	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan emosional pada hasil *pretest* dapat dijelaskan bahwa 2 orang (20%) memiliki penyesuaian diri sedang dan 8 orang (80%) memiliki penyesuaian diri rendah.

c. Deskriptif Data *Pretest* Aspek Kematangan Intelektual

Berdasarkan skala untuk *pretest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan intelektual dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.7
Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Intelektual
N=10

No	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	RA	16	Rendah
2	BJ	18	Rendah
3	D	19	Rendah
4	MH	21	Sedang
5	L	18	Rendah
6	ER	26	Sedang
7	YUL	22	Sedang
8	HTM	25	Sedang
9	H	27	Sedang
10	ZP	25	Sedang
Jumlah		219	Sedang
Rata-rata		21,9	

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa pada aspek kematangan intelektual dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata 21,9 berada pada kategori sedang. Adapun untuk melihat klasifikasi *pretest* yang terdiri dari 8

item dengan skor maksimal 40 dan skor minimal 8 serta panjang interval 6,4 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8
Klasifikasi Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Intelektual
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	34,6-40	Sangat tinggi	-	-
2	28,2-33,6	Tinggi	-	-
3	20,8-27,2	Sedang	6	60%
4	15,4-20,8	Rendah	4	40%
5	8-14,4	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan intelektual pada hasil *pretest* didapatkan 6 orang (60%) pada kategori sedang dan 4 orang (40%) pada kategori rendah.

d. Deskriptif Data *Pretest* Aspek Kematangan Sosial

Berdasarkan skala untuk *pretest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan sosial dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.9
Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Sosial
N=10

No	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	RA	34	Sedang
2	BJ	26	Rendah
3	D	32	Sedang
4	MH	31	Rendah
5	L	35	Sedang
6	ER	31	Rendah
7	YUL	27	Rendah
8	HTM	36	Sedang
9	H	35	Sedang

10	ZP	31	Rendah
Jumlah		318	Rendah
Rata-rata		31,8	

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa pada aspek kematangan sosial dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata 31,8 berada pada kategori rendah. Adapun untuk melihat klasifikasi *pretest* yang terdiri dari 12 item dengan skor maksimal 60 dan skor minimal 12 serta panjang interval 9,6 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.10
Klasifikasi Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Sosial
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	51,4-60	Sangat tinggi	-	-
2	41,8-50,4	Tinggi	-	-
3	32,2-40,8	Sedang	5	50%
4	22,6-31,4	Rendah	5	50%
5	12-21,6	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan sosial pada hasil *pretest* didapatkan 5 orang (50%) pada kategori sedang, 5 orang (50%) pada kategori rendah.

e. Deskriptif Data *Pretest* Aspek Tanggung Jawab

Berdasarkan skala untuk *pretest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek tanggung jawab dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.11
Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Tanggung Jawab
N=10

No	Subjek	Skor	Kategori penyesuaian diri
1	RA	35	Rendah
2	BJ	41	Sedang
3	D	37	Sedang
4	MH	44	Sedang
5	L	37	Sedang
6	ER	33	Rendah
7	YUL	32	Rendah
8	HTM	36	Rendah
9	H	35	Rendah
10	ZP	29	Rendah
Jumlah		359	Rendah
Rata-rata		35,9	

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa pada aspek tanggung jawab dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata 35,9 berada pada kategori rendah. Adapun untuk melihat klasifikasi *pretest* yang terdiri dari 14 item dengan skor maksimal 70 dan skor minimal 14 serta panjang interval 11,2 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12
Klasifikasi Skor *Pretest* Penyesuaian Diri
Aspek Tanggung Jawab
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	59,8-70	Sangat tinggi	-	-
2	48,6-58,8	Tinggi	-	-
3	37,4-47,6	Sedang	6	60%
4	26,2-36,4	Rendah	4	40%
5	14-25,2	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek tanggung jawab pada hasil *pretest*

didapatkan 6 orang (60%) pada kategori sedang, 4 orang (40%) pada kategori rendah.

Tabel 4.13
Gambaran Penyesuaian Diri
Secara Keseluruhan dan Masing-Masing Peraspek

No	Kategori	Penyesuaian Diri Keseluruhan		Aspek Kematangan Emosional		Aspek Kematangan Intelektual		Aspek Kematangan Sosial		Aspek Tanggung Jawab	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1	Sangat Tinggi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Tinggi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	Sedang	5	50%	2	20%	6	60%	5	50%	6	60%
4	Rendah	5	50%	8	80%	4	40%	5	50%	4	40%
5	Sangat rendah	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

f. Pelaksanaan *Treatment*

Pelaksanaan *treatment* melalui *setting* kelompok pendekatan Analisis Transaksional pada penelitian ini diberikan sebanyak enam kali sebagaimana yang telah peneliti paparkan di atas. Pelaksanaan *treatment* ini diharapkan dapat meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di kos.

1) Deskripsi pelaksanaan *treatment* sesi ke 1

Treatment ini penulis laksanakan hari Sabtu tanggal 1 Oktober 2018 pada kelompok eksperimen, Pelaksanaan *treatment* pada pertemuan ini terdiri dari beberapa tahap, antara lain:

a) Tahap awal

Yaitu tahap dimana peneliti sebagai pemimpin kelompok mengucapkan puji syukur serta ucapan terima kasih kepada anggota kelompok atas kehadiran dan kesediaannya mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Kemudian sebelum kegiatan dimulai, diawali terlebih dahulu

dengan pembacaan doa dengan masing-masing anggota kelompok.

Peneliti sebagai pemimpin kelompok pada tahap ini menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan yang dilakukan pada saat sekarang ini adalah konseling kelompok. Sebelum menjelaskan tentang konseling, pemimpin kelompok meminta melaksanakan perkenalan dengan anggota kelompok, setelah bergiliran memperkenalkan diri, pemimpin kelompok menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas konseling kelompok kepada anggota kelompok.

Kemudian masing-masing anggota kelompok akan mengikuti, bersedia dan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok demi mencapai tujuan kelompok yang telah dirumuskan yakni meningkatnya penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di tempat kos melalui permainan peran, setelah semuanya siap, maka pemimpin kelompok melanjutkan ketahap berikutnya. Kegiatan yang dilakukan adalah bermain peran, peneliti menjelaskan permainan peran, kemudian 4 orang anggota kelompok akan menjadi pemeran dialog dan 6 orang sebagai pengamat peran yang diberikan. Adapun permainan peran ini dengan judul etika terhadap orang lain.

b) Tahap pertengahan

Pada tahap ini peneliti menanyakan tentang penyesuaian diri kepada anggota kelompok. Anggota kelompok inisial HTM mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah cara seseorang untuk menyesuaikan dirinya dengan orang lain. Anggota kelompok inisial ER menyatakan penyesuaian diri adalah cara kita agar bisa diterima oleh orang lain, sehingga dengan penyesuaian diri yang baik

maka kita akan mudah berbaur dengan orang lain. Selanjutnya inisial MH mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah cara seseorang bergaul sehingga dapat diterima lingkungannya.

Peneliti sebagai pemimpin kelompok memberikan pujian kepada masing-masing anggota kelompok yang telah mengungkapkan pendapatnya. Kemudian setelah tidak ada lagi yang berpendapat, pemimpin kelompok menambahkan pendapat masing-masing anggota kelompok tentang definisi penyesuaian diri adalah proses suatu usaha seseorang untuk mengubah dirinya agar sesuai dan diterima dengan baik di lingkungannya sehingga terbentuk keselarasan dengan lingkungan dimana ia tinggal.

Selanjutnya peneliti juga menjelaskan bahwa setiap individu memiliki 3 ego state, ego state ini harus dipergunakan pada situasi tertentu, ke tiga *ego state* tersebut yang pertama *ego state child*, yaitu ego anak-anak atau bertingkah seperti anak-anak, misalnya manja, lucu, rewel, dan cengeng, sedangkan *ego state adult*, adalah ego state dewasa, yaitu segala sesuatu berdasarkan realita, fakta, serta secara logika dan yang terakhir *ego state parent* yaitu ego orang tua disini contoh dari ego orang tua ada orang tua yang suka menasehati dan ego orang tua yang suka memerintah, sehingga kita sebagai individu harus mampu dan menyesuaikan ego state mana yang sebaiknya kita pakai dalam situasi tertentu.

Setelah anggota kelompok mengerti dengan apa yang pemimpin kelompok jelaskan maka selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan bahwa ada 3 bentuk transaksi, yang pertama adalah transaksi komplementer yaitu transaksi terbaik dalam sebuah komunikasi, karena terjadi kesamaan

antara pesan yang disampaikan dengan respon, maksudnya sesuai dengan yang diharapkan, misalnya si A bertanya kepada si B seperti ini “B kamu kemaren kemana, kenapa tidak masuk kuliah?” kemudian B menjawab “saya kemaren sedang sakit B”, seperti hal tersebut hingga pertanyaan dengan respon menjadi sesuai.

Selanjutnya ada namanya transaksi silang, yang dimaksud dengan transaksi silang adalah transaksi yang ketika pesan yang disampaikan tidak sesuai dengan respon yang diberikan, contohnya seperti yang tadi, dimana si A bertanya kepada si B “B kamu kemaren kemana, kenapa tidak masuk kuliah?” lalu si B menjawab “bukan urusan mu, jangan kepo” dari situ terlihat bahwa pesan yang disampaikan tidak sesuai harapan, selanjutnya transaksi tersembunyi, maksudnya adalah pesan yang disampaikan tidak jelas atau tersembunyi, misalnya si klien bertanya kepada si konselor, “kak, saya mau mengambil jurusan IPA”, kemudian konselor menjawab “ kamu yakin ingin mengambil jurusan IPA, kamu boleh mengambil jurusan IPA, tetapi lihat dulu nilai IPA kamu sebelumnya” dan sebenarnya konselor ingin menyampaikan bahwa nilai dan kemampuan si klien rendah pada jurusan IPA, tetapi hal itu tidak tersampaikan oleh konselor.

Setelah semua peserta mengerti dengan apa yang pemimpin kelompok jelaskan selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan tentang permainan peran. Kemudian dilanjutkan dengan bermain peran, pemimpin kelompok memberikan dialog kepada 4 orang anggota kelompok dimana pada awalnya belum ada yang spontan mengangkat tangannya, namun setelah peneliti mengatakan bahwa di dalam konseling kelompok adanya azas kesukarelaan dan ini

juga berguna untuk semua anggota kelompok, kemudian HTM dan ER mengangkat tangan, kemudian peneliti mempersilahkan keduanya, selanjutnya untuk dialog yang kedua peneliti menunjuk ZP dan L, sedangkan yang lain mengamati dari adegan tersebut. Adapun judul dari adegan ini adalah etika terhadap orang lain.

Etika terhadap Orang Lain

Adegan 1

M: buk, di mana?

D: ibuk sedang tidak di kampus, ibuk sedang ada kegiatan di luar, ada apa Ananda?

M: saya mau bimbingan sama ibu

D: hari ini ibu tidak bisa, letakkan saja dulu proposalnya di atas meja ibu.

M: baiklah buk

D: ok

M: saya akan meletakkannya (dengan perasaan kesal) tolong dibaca secepatnya, ngak pake lama, (menutup telvon)

Adegan 2

M: assalamualaikum ibuk, saya R, dari jurusan BK bu, yang pembimbing nya sama ibuk buk, kapan saya bisa menemui buk lagi buk untuk bimbingan

D: waalaikumsalam R, ibu sedang tidak dikampus sekarang, ibuk sedang ada kegiatan dipadang, letakkan saja dulu proposalnya di atas meja ibuk, nanti setelah pulang ibuk akan periksa lagi,

M: baik buk terima kasih buk. Saya akan meletakkannya buk, maaf ya buk sudah mengganggu

D: ok

M: assalamualaikum buk

D: waalaikumsalam wr.wb

Dari adegan tersebut, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok, sebagai seorang mahasiswa ego state apa yang dia pakai, pemimpin kelompok menanyakan kepada H, H langsung menjelaskan bahwa pada adegan pertama mahasiswa tersebut menghubungi dosen nya kurang sopan, dan ego state yang dia pakai adalah *ego state parent*, karena dia seperti memerintah kepada dosennya. Selanjutnya BJ mengatakan bahwa pada adegan kedua sebagai seorang mahasiswa sangat menghormati dosennya dan digunakan adalah ego state dewasa. Selanjutnya peneliti meminta pendapat kepada YUL yang dari awal kegiatan terlihat pendiam, kemudian YUL memberikan pendapatnya dengan mengatakan sama dengan pendapat temannya yang lain, sebab sebagai seorang mahasiswa harus mampu memahami dosennya karena dosen juga memiliki kegiatan lain, dan ego state yang dipakai adalah ego state orang tua.

Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan transaksi apa yang dipakai oleh mahasiswa terhadap dosennya pada adegan pertama dan kedua, MH menjawab, menurutnya transaksi yang dipakai adalah pada adegan pertama transaksi silang, adegan kedua terjadi transaksi komplementer. Pemimpin kelompokpun memberikan pujian kepada anggota kelompok yang berpendapat.

Kegiatan berikutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok, berdasarkan permainan peran tadi, pemimpin kelompok mengintruksikan ego state mana yang dominan pada anggota kelompok, kemudian RA mengatakan dirinya lebih dominan memakai ego state parent, selanjutnya YUL mengatakan dirinya dominan pada

ego state anak-anak. Selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan bahwa penempatan ego state dalam kehidupan sehari-hari akan mempengaruhi penyesuaian dirinya, apalagi penyesuaian diri di tempat kos, ketika menggunakan ego state yang tidak sesuai maka akan menimbulkan persoalan-persoalan.

Kemudian pemimpin kelompok juga menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa penting bagi kita memiliki etika, apalagi itu dosen kita, dosen juga memiliki kegiatan lain bukan hanya untuk kita saja, jadi kita meski paham juga terhadap dosen, untuk itulah kita sangat perlu melakukan penyesuaian diri yang baik. Pemimpin kelompok juga menanyakan jika adegan pertama tadi yang dipakai kira-kira dosen mau membacanya. Anggota kelompokpun mengatakan tidak, sebab itu tidak sopan.

c) Tahap akhir

Pada tahap akhir, pemimpin kelompok mengatakan bahwa kegiatan konseling kelompok pada pertemuan pertama telah berakhir, namun sebelum diakhiri pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyimpulkan pembahasan hari ini, H langsung mengangkat tangan dan menjelaskan penyesuaian diri merupakan usaha seseorang untuk mengubah dirinya agar sesuai dan diterima dilingkungan ia tinggal, kemudian individu memiliki tiga ego state yaitu ego anak, dewasa dan orang tua. Pemimpin kelompok memberikan pujian kepada H. H juga mengatakan ada tiga jenis transaksi yaitu transaksi komplementer, silang dan terselubung.

Kemudian sebelum mengakhiri pemimpin kelompok juga meminta pendapat kira-kira kapan lagi anggota kelompok bisa untuk melaksanakan kembali konseling

kelompok, HTM, MH, ZP, D mengatakan sabtu dan minggu mereka bisa, selanjutnya L mengatakan kalau minggu depan dia pulang kampung, namun sorenya bisa karena kembali ke kos minggu sore, kemudian pemimpin kelompok meminta pendapat yang lain, dan mereka bersedia untuk hari sabtu sore atau minggu sore kemudian senin sore setelah azhar, pemimpin kelompok pun menanyakan ke yang lain apakah setuju jika konseling kelompok dilaksanakan pada hari sabtu sore, minggu sore, atau senin sore dan mereka mengatakan bisa, karena mereka hari sabtu dan senin sore mereka tidak ada yang kuliah sampai sore. Selanjutnya pemimpin kelompok mengakhiri pertemuan dengan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok dan membacakan hamdalah.

2) Deskripsi pelaksanaan *treatment* sesi ke 2

Treatment kedua ini peneliti laksanakan pada tanggal 8 Oktober 2018 yang dilaksanakan di tempat kos 3R, dengan jumlah peserta 10 orang. Pelaksanaan *treatment* ini juga dilalui dengan beberapa tahap yaitu:

a) Tahap awal

Dimana pada pertemuan ini pemimpin kelompok terlebih dahulu berterima kasih kepada anggota kelompok yang berkesempatan lagi hadir dalam kegiatan kelompok ini. Kemudian sebelum memulai penjelasan materi, pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok, dan Alhamdulillah semua kabar baik.

Karena semuanya sudah saling kenal maka lanjut peneliti mengingatkan kembali tentang azas dan tujuan dalam kegiatan konseling kelompok kemudian lebih diharapkan lagi anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan konseling kelompok, berpendapat dalam kegiatan

konseling kelompok serta mendengarkan secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok, seperti sebelumnya pertemuan ini juga akan melaksanakan permainan peran dengan 4 orang sebagai pemeran dialog dan 6 orang sebagai pengamat. Adapun adegan bermain peran pada kegiatan kedua ini adalah tentang bersikap torensi kepada teman.

b) Tahap pertengahan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan tentang posisi hidup, dimana peneliti meminta pendapat kepada anggota kelompok apa itu posisi hidup, anggota kelompok menganggap bahwa posisi hidup itu adalah letak kehidupan atau tempat kehidupan. kemudian pemimpin kelompok menjelaskan bahwa posisi hidup adalah posisi yang dipilih oleh individu ketika berhubungan dengan orang lain, di sini ada terdapat empat posisi hidup, yang pertama posisi hidup saya ok kamu ok, maksudnya ketika seseorang berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain, maka keduanya berinteraksi dengan baik dan menyenangkan sehingga dapat diterima oleh kedua belah pihak, selanjutnya posisi hidup saya ok kamu tidak ok, maksudnya orang yang memiliki ini lebih mementingkan diri sendiri, misalnya si A berpendapat, kemudian si B juga berpendapat, tetapi si A tetap mempertahankan dan memaksakan pendapatnya meskipun salah dan tidak mau menerima pendapat si B walaupun itu benar.

Selanjutnya posisi hidup saya tidak OK kamu OK, maksudnya seseorang yang merasa rendah diri, merasa tidak memiliki kemampuan, tetapi orang lainlah yang selalu benar. Dan yang terakhir posisi hidup saya tidak ok, kamu juga tidak ok, adalah orang yang bersikap pesimis, menyerah kepada keadaan.

Setelah anggota kelompok mengerti dengan apa yang pemimpin kelompok jelaskan, selanjutnya pemimpin kelompok mempersilahkan kepada empat orang untuk memainkan peran yang peneliti berikan, peneliti meminta D dan YUL untuk menampilkan peran yang pertama dan untuk peran yang kedua diperankan oleh RA dan BJ

Kemampuan Bersikap Toleransi Kepada Teman

Adegan 1

A: saat sedang belajar

B: (membunyikan musik di handphonenya dengan keras sambil bernyanyi)

A: B, boleh kecilkan sedikit volumenya ngak, soalnya saya lagi belajar untuk tugas besok

B: apa urusannya, inikan hp saya,

A: bukan begitu, saya merasa sedikit terganggu B, karena saya tidak bisa kalau belajar sambil mendengarkan musik, saya hanya mintak untuk mengecilkan volume saja B.

B: kalau saya tidak mau, inikan hp saya, lagian kita sama-sama anak kos dan sama-sama bayar di sini. Kenapa kamu malah urusin saya, weee,, kenapa mu sewot, wekk

Adegan 2

A: saat sedang belajar

B: (membunyikan musik di hp nya dengan keras sambil bernyanyi)

A: B, boleh kecilkan sedikit volumenya ngak, soalnya saya lagi belajar untuk tugas besok

B: oh, boleh A, maaf ya musik saya terlalu keras ya, maaf sudah mengganggu

A : iya gak papa, makasih ya, sebab besok saya ada tugas jadi saya harus belajar malam ini

B : baik lah, saya akan mematikan musik saya

Dari adegan tersebut, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok posisi hidup mana yang dipilih oleh si B, MH langsung mengangkat tangan dan menjelaskan bahwa pada adegan pertama si B memilih posisi hidup saya OK kamu tidak OK, karena dirinya mementingkan diri sendiri, dan adegan kedua si B memilih posisi hidup saya ok kamu ok, ER setuju dengan apa yang di katakan MH, karena di adegan pertama si B tidak ada toleransinya kepada temannya yang sedang belajar, sehingga posisi hidup si B pada adegan pertama yaitu saya OK kamu tidak OK, dan adegan kedua saya OK kamu OK, anggota kelompok yang lain pun setuju dengan apa yang dijelaskan oleh MH dan ER.

Kegiatan berikutnya peneliti meminta kepada anggota kelompok, berdasarkan permainan peran tadi, peneliti mengintruksikan posisi hidup yang mana yang dominan pada anggota kelompok, kemudian HTM menjawab saya OK kamu tidak OK, sedangkan Yul menjawab saya tidak OK kamu OK, ZP juga menjawab dirinya dominan saya tidak OK kamu OK, D menjawab saya OK kamu tidak OK dan yang lain juga ada yang menjawab H menjawab Saya tidak OK kamu OK dan L menjawab Saya OK kamu tidak OK. Selanjutnya peneliti menjelaskan bahwa penempatan posisi hidup dalam kehidupan sehari-hari akan mempengaruhi penyesuaian dirinya, apalagi penyesuaian diri di tempat kos, sebaiknya menggunakan posisi hidup saya OK kamu OK.

Pemimpin kelompok juga menanyakan kira-kira ego state apa yang dipakai oleh si B. kemudian H memberikan pendapatnya bahwa ego state yang ia pakai adalah ego anak-anak, karena disitu dia seperti sewot disuruh mengurangi volume musiknya, pemimpin kelompokpun memberikan pujian. Pemimpin kelompokpun memberi arahan kepada anggota kelompok supaya bersikap toleransi terhadap orang lain, apalagi kepada teman kos dan sebagai anak kos harus mampu menyesuaikan diri, karena di kos kita tidak hanya sendiri tetapi juga banyak orang lain yang datang dengan berbeda budaya. Jadi kita harus saling memiliki sikap toleransi terhadap orang lain.

c) Tahap akhir

Pada tahap ini pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyimpulkan tentang materi yang telah dibahas, pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk dapat menyimpulkannya, kemudian pemimpin kelompok meminta kepada L yang pada pertemuan itu terlihat kurang aktif, maka L pun menjawab bahwa posisi hidup ada empat, yaitu saya OK kamu OK, saya OK kamu tidak OK, saya tidak OK kamu OK, dan saya tidak OK kamu tidak OK. Kemudian memberikan pujian kepada L, dengan kesimpulan yang sudah dijelaskan tersebut maka kegiatan kelompok pada hari ini dicukupkan sampai disini dan akan dilanjutkan pada pertemuan selanjutnya. Tidak lupa berdoa dan mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok.

3) Deskripsi pelaksanaan *treatment* sesi ke 3

Treatment ketiga ini peneliti laksanakan pada tanggal 13 Oktober 2018 yang dilaksanakan di tempat kos 3R, dengan

jumlah peserta 10 orang. Pelaksanaan *treatment* ini juga dilalui dengan beberapa tahap yaitu:

a) Tahap awal

Dimana pada pertemuan ini pemimpin kelompok terlebih dahulu berterima kasih kepada anggota kelompok yang juga berkesempatan lagi hadir dalam kegiatan kelompok ini. Kemudian sebelum memulai penjelasan materi, pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok, dan Alhamdulillah semua masih kabar baik.

Tahap ini pemimpin kelompok mengingatkan kembali dalam kegiatan konseling kelompok anggota kelompok diharapkan berpartisipasi aktif dalam kegiatan konseling kelompok, berpendapat dalam kegiatan konseling kelompok serta mendengarkan secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok.

Pada tahap ini peneliti juga menjelaskan bahwa permainan peran aini akan dilaksanakan oleh 4 orang anggota kelompok dan 6 orang anggota lainnya mengamati dari peran yang dimainkan. Adapun adegan bermain peran pada kegiatan ketiga ini adalah tentang bersikap altruisme/menolong dengan ikhlas.

b) Tahap Pertengahan

Pada tahap ini pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok mengenai apa itu altruisme, namun mereka tidak ada yang mengetahui nya, kemudian peneliti menjelaskan bahwa altruisme itu adalah menolong dengan ikhlas.

Setelah anggota kelompok paham pemimpin kelompok kembali menanyakan tentang ego state yang dibahas pada pertemuan pertama, ER langsung mengangkat tangannya, ego state itu ada tiga, yaitu ego state anak

seperti manja, rewel, kemudian ego state dewasa, berfikir secara logika atau kenyataan, kemudian ego state orang tua seperti suka memerintah. Setelah ER menjelaskan ego state maka pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai ego state, dan mereka pun mengerti kembali. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan kepada seluruh anggota kelompok tentang transaksi komplementer, silang dan tersembunyi, H menjawab komplementer itu sesuai pesan dan responnya, sedangkan silang tidak sesuai respon, dan selanjutnya tersembunyi itu ada pesan yang tidak tersampaikan. Pemimpin kelompokpun memberikan pujian kepada H.

Kemudian pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menampilkan adegan yang diberikan, namun sebelumnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok yang belum pernah menampilkan adegan, kemudian peneliti meminta kepada H dan MH untuk menampilkan adegan 1 dan adegan 2 diperankan oleh ZP dan ER.

Sikap Altruisme/Menolong dengan Ikhlas

Adegan 1

A: bolak balik mencari sesuatu

B : cari apa?

A: aduh,,, tarok dimana ya,,,,(cemas)

B: memangnya kamu nyari apa

A: itu,,,buku yang kupinjam kemaren diperpus hilang, kamu ada liat ngak?

B: ngak ada tu A, coba tenang dulu, jangan terlalu cemas gitu, coba diingat lagi, kemaren setelah minjam buku itu kamu dimana dan kemana, kalau kita tenang mencarinya

insya Allah bisa ketemu lagi. Mari saya bantu untuk mencarinya

A: baiklah terima kasih ya

B: iya sama-sama, jangan panik ya, ayo kita sama-sama cari

Adegan 2

A: bolak balik mencari sesuatu

B: cari apa?

A: aduh,,, tarok dimana ya,,, (cemas)

B: memangnya kamu nyari apaan?

A: itu,,, buku yang kupinjam kemaren di perpustakaan hilang, mau ada lihat nggak?

B: bukan urusan saya buku kamu, makannya jangan ceroboh, kalau minjam tu dijaga. Kalau gak pandai nge jaga gak usah minjam, ini sok-sok minjam buku segala.

Dari adegan tersebut, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok tentang ego state apa yang dipakai si B pada adegan tersebut. HTM menjawab bahwa pada adegan pertama B memakai ego state orang dewasa, sedangkan pada adegan kedua B memiliki ego state orangtua, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok yang lain, YUL menjawab mengenai ego state yang digunakan oleh B, YUL pun menjawab sama dengan apa yang dikatakan oleh HTM. Yaitu pada adegan pertama B memakai ego state dewasa, karena disitu B menolong dengan ikhlas, sedangkan pada adegan kedua, B malah memakai ego state orangtua, dia bukannya menolong A tetapi malah memarahi A. Selanjutnya RA juga mengangkat tangan dan mengatakan setuju dengan pendapat HTM, dan disitupun pada adegan satu terlihat si B berbuat baik kepada temannya, sedangkan

pada adegan kedua si B tidak menolong si A, padahal si A sedang susah mencari bukunya.

Kemudian pemimpin kelompok menanyakan kepada yang lain, anggota kelompok yang lainpun setuju dengan apa yang dikatakan HTM. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan tentang transaksi yang dipakai pada adegan tersebut, H menjawab pada adegan pertama terdapat transaksi komplementer, karena pesan dan respon yang disampaikan sesuai, sebab diadegan tersebut pesan dan respon yang sesuai, sedangkan adegan kedua itu silang, karena respon B terhadap pertanyaan si A tidak sesuai. Seperti yang dikatakan oleh pemimpin kelompok bahwa seharusnya kita memakai ego state sesuai dengan situasi dan kondisi tertentu serta transaksi yang sesuai.

Pemimpin kelompok memberikan arahan supaya sebagai sesama manusia kita saling membutuhkan orang lain, jadi kita meski saling tolong menolong dalam hal kebaikan, ketika teman kehilangan buku, kita sebaiknya membantunya bukan malah memarahinya, karena kita juga terkadang pernah lupa, dan juga ketika melihat teman kesulitan marilah kita bantu dengan ikhlas hati.

c) Tahap akhir

Pada tahap ini pemimpin kelompok meminta kembali anggota kelompok untuk menyimpulkan tentang materi yang telah dibahas, pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk dapat menyimpulkannya, L menyimpulkan bahwa dari kedua adegan tersebut, pada adegan pertama B memakai ego state orang dewasa dan pada adegan kedua B memakai ego state orang tua, dan sebaiknya kita harus menggunakan ego orang dewasa. Pemimpin kelompok memberikan pujian kepada L.

kemudian pemimpin kelompok meminta RA untuk menyimpulkan tentang transaksi yang dipakai pada adegan tersebut, RA mengatakn adanya transaksi yang sesuai pesan dan respon, kemudian adanya silang atau tidak sesuai dengan yang diharapkan. Setelah disimpulkan, maka peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok telah berakhir dan tidak lupa membaca doa untuk menutup kegiatan konseling

4) Deskripsi pelaksanaan *treatment* sesi ke 4

Treatment keempat ini peneliti laksanakan pada tanggal 15 Oktober 2018 yang dilaksanakan di tempat kos 3R, dengan jumlah peserta 10 orang. Pelaksanaan *treatment* ini juga dilalui dengan beberapa tahap yaitu:

a) Tahap awal

Dimana pada pertemuan ini pemimpin kelompok terlebih dahulu berterima kasih kepada anggota kelompok yang juga berkesempatan lagi hadir dalam kegiatan kelompok ini. Kemudian sebelum memulai penjelasan materi, pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok, dan Alhamdulillah semua masih kabar baik.

Pemimpin kelompok mengingatkan kembali tentang azaz dan tujuan dalam kegiatan konseling kelompok, kemudian meningkatkan untuk berpartisipasi dalam kegiatan konseling kelompok ini, sehingga nantinya terlihat dinamika di dalam kelompok. Pemimpin kelompok juga menjelaskan seperti sebelumnya bahwa kegiatan yang dilakukan adalah bermain peran, namun berbeda dengan yang sebelumnya dimana kegiatan permainan permainan peran ini dimainkan oleh 3 orang, sedangkan 7 orang lagi sebagai penagamat. Adapun adegan bermain peran pada kegiatan keempat ini adalah keterlibatan dalam bekerja sama.

b) Tahap Pertengahan

Tahap ini pemimpin kelompok langsung menunjuk 3 orang anggota kelompok untuk menampilkan peran yang diberikan, yaitu ZP, H dan L.

Keterlibatan dalam Bekerja Sama

Anita: teman-teman alangkah lebih baiknya kita diskusikan lagi tentang peraturan di kos ini, terutama mengenai kebersihan kos, nampaknya kos kita ini sudah jarang dibersihkan. kira kira kapan kita bisa mendiskusikannya

Bela: sekarang saja, kita atur daftar piketnya

Sinta: aduhhh jangan dong, aku gak biasa bersih-bersih, di rumah aja aku gak disuruh kerja masa disini harus kerja sih, mending bersih-bersih sendiri ajalah, gak usah dibuat daftar piket segala.

Anita: bukan begitu sinta, soalnya kalau ngak dibuat daftar piket, kos kita ini terlihat kurang bersih, buktinya lihat lah

Sinta: iya tapi kan kadang capek tau, apalagi kalau pulang kuliah,,, (sambil mengeluh)

Bela: kan bisa dikerjakan sebelum pergi kuliah

Sinta: ya,,, tapi tetap saja capek kan, kalau sebelum pergi kuliah nanti aku bisa terlambat tau,,,

Bela: Ih, kamu gak usah sok manja ya, bukan kamu saja yang capek, kita juga capek, dan bukan kamu saja yang kuliah, kita juga kuliah.

Sinta: kenapa kamu yang sewot,,,

Bela: bukan sewot, pokoknya daftar piket harus dilaksanakan, kamu harus mau, kalau tidak kamu gak usah kos disini

Anita: sudahlah teman-teman, jangan bertengkar seperti itu, kita harus tenang, bagaimanapun inikan kos kita juga, dan kita yang akan menjaga kebersihannya.

Dari adegan tersebut, peneliti menanyakan kepada anggota kelompok tentang ego state apa yang dipakai pada adegan tersebut. BJ menjawab bahwa pada adegan pertama Sinta memakai ego state anak, sedangkan Anita memakai ego state dewasa, kemudian ER juga menjawab dari ketiga orang tersebut Anita memakai ego orang dewasa, bela memakai ego state orang tua, dan sinta memakai ego state anak-anak, yang lain pun setuju dengan pendapat BJ dan ER, peneliti memberikan pujian kepada anggota kelompok yang telah menjawab tersebut.

Kemudian pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kira-kira antara Anita, Bela dan Sinta mana yang memakai transaksi komplementer dan silang, maka HTM mengatakan antara Anita dan Bela terjadi pesan dan respon yang sesuai sedangkan Bela dan Sinta terjadi silang atau tidak sesuai respon, sebab Sinta tidak mau setuju untuk membuat daftar piket dan bersikap seperti anak-anak.

Pemimpin kelompok memberikan pujian kepada anggota kelompok yang telah mengungkapkan pendapatnya masing-masing. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan tentang adegan tersebut yang mengadegankan tentang kebersihan kos, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok, apakah semuanya sudah melaksanakan tugas piketnya dengan baik atau masih ada yang seperti adegan tersebut, anggota kelompok HTM menjawab bahwa dirinya sendiri terkadang masih belum melaksanakan tugas piketnya dengan baik, kemudian YUL juga mengatakan terkadang dirinya juga

mengeluh kalau sedang lelah pulang kuliah dan harus melaksanakan piket kos, kemudian D juga menjawab sama dengan apa yang BJ katakan, dan pemimpin kelompok menanyakan apa yang terjadi jika kita tidak menjaga kebersihan kos, kemudian anggota kelompok RA menjawab tentunya akan terlihat kotor dan jika tidak dibuat piket RA yakin akan sulit membersihkannya, namun jika dibuat daftar piket tentu anggota kos harus mematuhi demi kebersihan kos.

Pemimpin kelompokpun memberikan arahan agar selalu bisa menyesuaikan diri di lingkungan kos, karena menyesuaikan diri di rumah dengan di kos sangat berbeda, di rumah mungkin kita tidak pernah bekerja, tetapi di kos juga memiliki peraturan yang sama-sama harus dipatuhi dengan baik, misalnya di kos kita ada piket, maka kita harus bisa menyesuaikan dengan piket itu demi kebersihan kos.

c) Tahap akhir

Pada tahap akhir ini pemimpin kelompok meminta ZP untuk menyimpulkan dari apa yang telah di adegankan, maka ZP pun menjawab bahwa Anita memakai ego state dewasa, Sinta memakai ego state anak-anak dan Bela memakai ego state orang tua, setelah disimpulkan oleh ZP pemimpin kelompok pun memberikan pujian kepada ZP, kemudian antara Anita dan bela terjadi transaksi yang sesuai pertanyaan dan responnya, sedangkan Bela dan Sinta terjadinya pesan yang disampaikan tidak sesuai dengan respon yang diharapkan.

Setelah disimpulkan maka pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan konseling telah berakhir dan mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok,

sebelum ditutup semua anggota kelompok bersama sama mengucapkan alhamdulillahirrabila'lamin.

5) Deskripsi pelaksanaan *Treatment* sesi ke 5

Treatment keempat ini peneliti laksanakan pada tanggal 22 Oktober 2018 yang dilaksanakan di tempat kos 3R, dengan jumlah peserta 10 orang. Pelaksanaan *treatment* ini juga dilalui dengan beberapa tahap yaitu:

a) Tahap awal

Dimana pada pertemuan ini pemimpin kelompok terlebih dahulu berterima kasih kepada anggota kelompok yang juga berkesempatan lagi hadir dalam kegiatan kelompok ini. Kemudian sebelum memulai penjelasan materi, pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok, dan Alhamdulillah semua masih kabar baik.

Pemimpin kelompok selalu mengingatkan anggota kelompok untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan konseling kelompok, berpendapat dalam kegiatan konseling kelompok serta mendengarkan secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok. Pertemuan ini juga seperti biasa, masing-masing anggota kelompok 4 orang sebagai pemeran dari dialog dan 6 orang sebagai pengamat. Adapun adegan bermain peran pada kegiatan kelima ini adalah sikap terhadap kemampuan diri.

b) Tahap Pertengahan

Pada tahap ini pemimpin kelompok memberikan kertas satu perorang, dari kertas tersebut, pemimpin kelompok menunjuk YUL dan D untuk memainkan adegan satu sedangkan ER dan H memainkan adegan yang kedua.

Keyakinan Akan Kemampuan Diri

Adegan 1

M: sedang mengeluh di depan laptopnya

O: (dengan heran bertanya) kamu kenapa?

M: ini nih,,, (sambil menangis)

O: apaanya?

M: tugas ini terlalu banyak, aku udah capek, aku nyesal
ambil jurusan ini

O: lho kok ngomong seperti itu

M: iya, aku betek,,, banyak banget tugasnya,, aku mau
berhenti aja, aku mau pulang (menangis)

O: kamu tidak boleh seperti itu, kamu harus semangat M

M: aku udah lelah, aku udah gak sanggup lagi O, aku gak
yakin nilai ku akan bagus kalau seperti ini terus tugas
banyak

O: lho kenapa berbicara seperti itu M, katanya mau jadi
sarjana, kok ngeluh, mahasiswa itu harus semangat, biar
sarjananya bisa didapatkan, jalani dengan ikhlas, dan
kerjakan tugasnya berapa mampunya. Kan kita udah
janji mau bahagiakan orang tua dikampung, jadi disini
kita harus semangat

M: kamu sih gak merasakan apa yang aku rasakan, coba
aja kamu di posisi aku, kamu juga akan mengeluh, aku
mau pulang aja, aku nyerah,,,

O: ya ALLAH M, jangan seperti itu lah, apa kamu gak
kasihan melihat orangtua mu kalau kamu mengeluh dan
mau pulang, pasti orang tua mu akan sedih
mendengarnya.

Adegan 2

M: berada di depan leptopnya

O: lagi ngerjain apa

M: nih lagi ngerjain tugas

O: gimana dengan tugasnya

M: sedikit sulit dan banyak tugas, tapi aku akan berusaha untuk mengerjakannya,

O: semangat ya

M: kamu juga semangat ya, kita sama-sama semangat, biar orangtua kita di kampung bangga sama kita

O: pasti dong O, o ya gimana dengan jurusan yang kamu pilih

M: yah,,, hehe,, banyak sih tugasnya, tapi yang namanya kuliah dan belajar ya pastilah ada tugas, dan mungkin bukan jurusan yang saya ambil aja yang banyak tugas, tapi juga jurusan yang lain

O: iya, jurusan saya juga banyak kok, tapi yang terpenting, selalu menjalani dengan semangat dan keikhlasan insya ALLAH, Allah akan memberi kemudahan

M: aminnn ya Rabbal alamin.

Setelah adegan 1 dan 2 ditampilkan, maka pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengungkapkan kira-kira ego state apa yang dipakai oleh M, HTM mengangkat tangan dan mengatakan bahwa ego state yang dipakai pada adegan tersebut adalah ego state anak-anak, karena terlihat disitu M bersikap seperti mengeluh dan menangis, sedangkan pada adegan kedua M memakai ego state dewasa. Selanjutnya pemimpin kelompok meminta satu orang lagi untuk memberikan pendapatnya tentang ego state yang dipakai M, dan yang lain pun mengatakan setuju dengan pendapat HTM.

kemudian pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok, kira-kira kebiasaan yang kita pakai ketika kita sedang banyak tugas ego state apa yang kita pakai dan terdapat pada adegan yang mana, pemimpin kelompok menanyakan kepada MH, MH pun mengatakan terdapat pada adegan 1, karena terkadang capek banyak tugas akhirnya mengeluh, kemudian YUL juga mengatakan terkadang menangis jika terlalu banyak tugas, yang lain juga sama dengan jawaban MH dan YUL, karena menurut mereka kadang tugas yang terlalu banyak membuat pusing sehingga banyak mengeluh.

Pemimpin kelompokpun menanyakan kembali kepada anggota kelompok seharusnya bagaimana sikap kita terhadap tugas, apa lagi sebagai seorang mahasiswa, BJ mengatakan seharusnya kita mesti menyikapinya dengan baik serta jangan mudah mengeluh, selanjutnya pemimpin kelompok juga menanyakan sebagai seorang mahasiswa sebaiknya ego state apa yang digunakan, anggota kelompok ER menjawab, seharusnya kita menggunakan ego state dewasa. Pemimpin kelompok memberikan pujian kepada anggota kelompok yang telah menjawab. Pemimpin kelompok menjelaskan apapun tugas kuliah dan sebanyak apapun kita harus mampu menjalaninya, jika kita menjalaninya dengan baik insya Allah akan selesai juga.

c) Tahap akhir

Pada tahap akhir ini, pemimpin kelompok meminta kepada YUL untuk menyimpulkan kegiatan yang dilakukan pada pertemuan ke lima ini. YUL menjawab bahwa adegan yang dimainkan pada kegiatan tersebut yang berjudul keyakinan akan kemampuan diri, hendaknya sebagai seorang mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan

tugas-tugas kuliah, sehingga segala tugas dapat dilaksanakan dengan baik dan tidak mudah mengeluh, pada adegan 1 si M memakai ego state anak, karena dia mengeluh dan menangis, sedangkan adegan kedua terlihat ego orang dewasa, sebab pada adegan kedua terlihat kedewasaannya menghadapi tugas kuliahnya.

Setelah disimpulkan pemimpin kelompok berterima kasih kepada anggota kelompok yang berpartisipasi dalam kegiatan ini, dan yang terakhir sebelum mengakhiri anggota kelompok berdoa dan mengucapkan alhamdulillahirrabbi alamin.

6) Deskripsi pelaksanaan *treatment* sesi ke 6

Treatment ketiga ini peneliti laksanakan pada tanggal 28 Oktober 2018 yang dilaksanakan di tempat kos 3R, dengan jumlah peserta 10 orang. Pelaksanaan *treatment* ini juga dilalui dengan beberapa tahap yaitu:

a) Tahap awal

Dimana pada pertemuan ini pemimpin kelompok terlebih dahulu berterima kasih kepada anggota kelompok yang juga berkesempatan lagi hadir dalam kegiatan kelompok ini. Kemudian sebelum memulai penjelasan materi, pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok, dan Alhamdulillah semua masih kabar baik.

Pemimpin kelompok mengingatkan kembali tentang azas dan tujuan dalam kegiatan konseling kelompok kemudian anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan konseling kelompok, berpendapat dalam kegiatan konseling kelompok serta mendengarkan secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok, pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan 4 orang sebagai pemeran dialog yang diberikan dan 6 orang sebagai pengamat. Adapun

adegan bermain peran pada kegiatan keenam ini adalah tentang kemampuan memahami orang lain.

b) Tahap Pertengahan

Pada tahap ini seperti biasanya, yaitu tetap bermain peran, pada pertemuan ini bermain peran dengan judul pemahaman terhadap orang lain, namun sebelum memulai adegan ini, pemimpin kelompok memberikan kertas satu perorang, dari kertas tersebut, pemimpin kelompok mengisi dengan angka 1-4 sedangkan kertas yang lain kosong, maka siapa yang mendapatkan kertas yang bertuliskan angka dialah yang akan memainkan peran tersebut, setelah diberikan ternyata yang mendapatkan angka tersebut adalah, RA,H,HTM dan ZP. Maka untuk adegan pertama dimainkan oleh RA dan H, adegan kedua dimainkan oleh HTM dan ZP.

Kemampuan Memahami Orang Lain

Adegan 1

Adik: hallo, Assalamualaikum kak (menelpon sang kakak)

Kakak: halo, waalaikumsalam dek,

Adik: kak, mungkin minggu ini saya belum bisa pulang, karena tugas kuliah belum terselesaikan.

Kakak: oh begitu dek, baik lah, semangat ya dek kuliahnya

Adik: iya kak, terima kasih

Adegan 2

Adik: hallo, Assalamualaikum kak (menelpon sang kakak)

Kakak: halo, waalaikumsalam dek,

Adik: kak, mungkin minggu ini saya belum bisa pulang, karena tugas kuliah belum terselesaikan.

Kakak: kenapa tidak pulang, sepenting itu banget ya tugasnya, sehingga kamu tidak pulang, kalau tidak pulang saya akan bilang ke ibu, dan bilang supaya kamu gak dikasih uang belanja

Adik: tapi kak,

Kakak: tidak ada kata tapi-tapi, yang jelas kamu harus pulang (menutup telvon)

Dari adegan tersebut pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok ego state apa yang dipakai sama kakak, dan posisi hidup yang mana yang dipilih oleh kakak. D menjawab bahwa pada adegan pertama kakak memakai ego state dewasa sedangkan pada adegan kedua kakak memakai ego state orangtua, selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan kembali mengenai posisi hidup kepada anggota kelompok, L mengatakan salah satunya posisi hidup adalah saya ok kamu tidak ok, pemimpin kelompok mengingatkan kembali tentang posisi hidup yaitu saya ok kamu ok, saya ok kamu tidak ok, saya tidak ok kamu ok, saya tidak ok kamu tidak ok.

Pemimpin kembali menanyakan kepada anggota kelompok posisi hidup apa yang dipakai oleh kakak tersebut. BJ mengatakan pada adegan pertama keduanya memiliki posisi hidup saya ok kamu ok, sedangkan untuk adegan kedua kakaknya memakai saya tidak ok kamu ok, selanjutnya MH juga mengatakan sama dengan apa yang dikatakan oleh BJ, untuk posisi hidup yang dipakai oleh kakak pada adegan kedua dia bersifat ego, lebih mementingkan dirinya sendiri sehingga kakak tersebut memakai Saya tidak ok kamu ok.

Selanjutnya pemimpin kelompok juga menanyakan kepada semua anggota kelompok tentang transaksi yang dipakai pada adegan tersebut, ER menjawab bahwa pada adegan pertama itu terjadi transaksi yang sesuai, atau komplementer, karena pesan yang disampaikan sesuai dengan respon yang diharapkan, sedangkan pada adegan

kedua terjadinya transaksi silang, atau tidak sesuai pesan dan respon, sebab terlihat bahwa pesan yang disampaikan seorang adik tidak sesuai dengan respon yang diberikan oleh kakaknya.

Pemimpin kelompok memberikan pujian kepada anggota kelompok yang menjawab. Pemimpin kelompok memberikan arahan agar setiap kita harus mampu memahami orang lain, dan jangan sampai kemauan kita saja yang kita utamakan tanpa memikirkan orang lain, apalagi kita sebagai anak kos, haruslah bisa menyesuaikan diri dengan orang lain, jika kita ingin dipahami, maka kita perlu memahami orang lain terlebih dahulu.

c) Tahap akhir

Tahap ini adalah tahap akhir, sebelum kegiatan ini diakhiri, pemimpin kelompok memberikan selingan atau permainan kepada anggota kelompok, sebelumnya peneliti meminta persetujuan dari anggota kelompok, karena ini juga merupakan konseling kelompok yang terakhir. Semua anggota kelompokpun setuju.

Sebelumnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok yang mau memberikan permainan, namun tidak ada yang mengemukakan pendapatnya, sehingga pemimpin kelompoklah yang memberikan permainan, dengan permainan lakukan apa yang saya katakan dan jangan ikuti apa yang saya pegang, sebelum permainan dimulai pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok kalau ada yang salah apa reword yang diberikan kepada yang salah, dengan persetujuan kelompok, maka akan disuruh untuk menampilkan bakat.

Setelah permainan berakhir, pemimpin kelompok mempersilahkan duduk kembali, kemudian pemimpin

kelompok meminta kesan dan pesan dari semua anggota kelompok, dimulai dari sebelah kanan pemimpin kelompok D mengatakan bahwa baru pertama kali melaksanakan konseling kelompok, dan sudah mengetahui ternyata konseling kelompok tersebut adalah seperti yang sudah dilakukan ini, L mengatakan sangat banyak kesan yang didapatkan karena kegiatan konseling ini juga ada namanya teknik bermain peran, selain itu kita juga mengetahui tiga ego state, kemudian HTM juga mengatakan banyak ilmu yang didapatkan dari kegiatan konseling ini, apalagi ini menyangkut dengan penyesuaian diri dengan orang lain. Dan HTM juga menyampaikan pesan, semoga nantinya pemimpin kelompok bisa lebih sukses lagi serta diberi kemudahan dan kelancaran untuk skripsinya, Aminyarabbal'alamin.

Selanjutnya RA mengatakan dikegiatan konseling ini juga menambah pengetahuan ada juga tentang membahas posisi hidup, selanjutnya BJ mengatakan sangat berkesan sebab saya yang awalnya konseling kelompok itu tidak saya ketahui namun setelah adanya kegiatan ini saya jadi tahu, selanjutnya, MH juga mengatakan kesan yang dirinya dapatkan adalah ilmu baru, tahu tentang pengertian konseling dan juga tujuan konseling, selanjutnya ER juga sama dengan pendapat yang lain, mendapat ilmu baru, dan pesan untuk pemimpin kelompok tetap semangat dan rajin dalam membuat skripsinya, H juga mengatakan dikegiatan ini juga menyenangkan karena dalam kegiatan konseling ini ada bermain peran yang dimainkan oleh anggota kelompoknya, selanjutnya ZP mengatakan terima kasih kepada pemimpin kelompok yang telah mengajarkan tentang kegiatan konseling kelompok yang menyangkut dengan

penyesuaian diri. Selanjutnya YUL juga mengatakan belum pernah mengikuti konseling kelompok dan baru kali ini, sehingga YUL merasa mendapat pengetahuan baru, serta pesan untuk pemimpin kelompok, semangat untuk skripsinya.

Pemimpin kelompok pun mengucapkan beribu terima kasih kepada anggota kelompok yang telah berpartisipasi, karena tanpa partisipasi dari anggota kelompok pemimpin kelompok juga akan sulit untuk melaksanakan penelitian ini, dan mohon maaf jika selama kegiatan pemimpin kelompok ada salah kata dan salah bicara atau mungkin pernah menyinggung perasaan anggota kelompok, maka pemimpin kelompok meminta maaf dan terima kasih atas bantuan dari anggota kelompok, kemudian pemimpin kelompok mengharapakan kepada anggota kelompok semoga kegiatan yang selama ini dapat bermanfaat serta diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Setelah kesan dan pesan maka kegiatan telah berakhir dengan mengucapkan Alhamdulillah.

2. Deskripsi Data Hasil *Posttest*

a. Deskriptif Data *Posttest* Keseluruhan

Klasifikasi skor penyesuaian diri dapat dilihat pada hasil *posttest* yang dilaksanakan pada tanggal 29 Oktober 2018. Untuk lebih jelasnya, pada tabel di bawah ini akan dijelaskan lebih rinci tentang hasil penyesuaian diri mahasiswa pada saat *pretest* dan *posttest*.

Tabel 4.14
Skor *pretest* dan *posttest*
Penyesuaian Diri Keseluruhan

No	Subjek	Skor <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Keterangan
1	RA	100	Rendah	120	Sedang	Meningkat 20
2	BJ	99	Rendah	137	Tinggi	Meningkat 38
3	D	102	Rendah	139	Tinggi	Meningkat 37
4	MH	109	Sedang	141	Tinggi	Meningkat 32
5	L	105	Sedang	140	Tinggi	Meningkat 35
6	ER	107	Sedang	143	Tinggi	Meningkat 36
7	YUL	93	Rendah	113	Sedang	Meningkat 20
8	HTM	113	Sedang	140	Tinggi	Meningkat 27
9	H	110	Sedang	145	Tinggi	Meningkat 35
10	ZP	98	Rendah	117	Sedang	Meningkat 19
Jumlah		1036	Rendah	1335	Sedang	
Rata-rata		103,6		133,5		

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa secara keseluruhan terlihat bahwa adanya peningkatan skor, hal ini dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata *pretest* 103,6 berada pada kategori rendah dan rata-rata *posttest* 133,5 berada pada kategori sedang. Adapun untuk melihat klasifikasi *posttest* yang terdiri dari 40 item dengan skor maksimal 200 dan skor minimal 40 serta panjang interval 32 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.15
Klasifikasi Skor *Posttest*
Penyesuaian Diri Mahasiswa
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	169-200	Sangat tinggi	-	-
2	137-168	Tinggi	7	70%
3	105-136	Sedang	3	30%
4	73-104	Rendah	-	-
5	40-72	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel klasifikasi penyesuaian diri di atas terlihat bahwa dari 10 orang mahasiswa yang menjadi sampel terdapat 3 orang mahasiswa (30%) memiliki penyesuaian diri yang tinggi, 7 orang mahasiswa (70%) yang memiliki penyesuaian diri yang sedang.

b. Deskriptif Data *Posttest* Aspek Kematangan Emosional

Berdasarkan hasil skala *posttest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa yang tinggal di kos sebanyak 10 orang sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan emosional dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.16
Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Emosional

No	Subjek	Skor <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Keterangan
1	RA	15	Rendah	22	Tinggi	Meningkat 7
2	BJ	14	Rendah	22	Tinggi	Meningkat 8
3	D	14	Rendah	20	Sedang	Meningkat 6
4	MH	13	Rendah	18	Sedang	Meningkat 5
5	L	15	Rendah	21	Sedang	Meningkat 6
6	ER	17	Sedang	18	Sedang	Meningkat 1
7	YUL	12	Rendah	17	Sedang	Meningkat 5
8	HTM	16	Sedang	21	Sedang	Meningkat 5
9	H	13	Rendah	23	Tinggi	Meningkat 10
10	ZP	13	Rendah	17	Sedang	Meningkat 4
Jumlah		142	Rendah	199	Sedang	
Rata-rata		14,2		19,9		

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa adanya peningkatan skor peningkatan skor tersebut menjelaskan bahwa bertambahnya penyesuaian diri pada aspek kematangan emosional. Peningkatan tersebut terlihat pada hasil *pretest* dan *posttest*. Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 142 dengan rata-rata 14,2, sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 199 dengan rata-rata 19,9. Adapun untuk melihat hasil *posttest* yang

terdiri dari 6 item dengan skor maksimal 30 dan minimal 6 serta panjang interval 4,8 dapat diperoleh pada tabel berikut ini:

Tabel 4.17
Klasifikasi Skor *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Emosional
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	26,2-30	Sangat tinggi		
2	21,4-25,2	Tinggi	3	30%
3	16,6-20,4	Sedang	7	30%
4	11,8-15,6	Rendah	-	-
5	6-10,8	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan emosional hasil *posttest* didapatkan 3 orang (30%) pada kategori tinggi dan 7 orang (30%) pada kategori sedang.

c. Deskriptif Data *Posttest* Aspek Kematangan Intelektual

Berdasarkan hasil skala *posttest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa yang tinggal di kos sebanyak 10 orang sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan intelektual dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.18
Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Intelektual

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>posttest</i>	Kategori	Keterangan
1	RA	16	Rendah	24	Sedang	Meningkat 8
2	BJ	18	Rendah	29	Tinggi	Meningkat 11
3	D	19	Rendah	27	Sedang	Meningkat 8
4	MH	21	Sedang	32	Tinggi	Meningkat 11
5	L	18	Rendah	30	Sedang	Meningkat 12

6	ER	26	Sedang	38	Sangat tinggi	Meningkat 12
7	YUL	22	Sedang	25	Sedang	Meningkat 3
8	HTM	25	Sedang	30	Tinggi	Meningkat 5
9	H	27	Sedang	35	Sangat tinggi	Meningkat 8
10	ZP	25	Sedang	27	Sedang	Meningkat 2
Jumlah		219	Sedang	297	Tinggi	
Rata-rata		21,9		29,7		

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa adanya peningkatan skor, peningkatan skor tersebut menjelaskan bahwa bertambahnya penyesuaian diri pada aspek kematangan intelektual. Peningkatan tersebut terlihat pada hasil *pretest* dan *posttest*. Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 219 dengan rata-rata 21,9 sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 298 dengan rata-rata 29,7. Adapun untuk melihat hasil *posttest* yang terdiri dari 8 item dengan skor maksimal 40 dan minimal 8 serta panjang interval 6,4 dapat diperoleh pada tabel berikut ini:

Tabel 4.19
Klasifikasi Skor *Posttest*
Penyesuaian Diri Aspek Intelektual
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	34,6-40	Sangat tinggi	2	20%
2	28,2-33,6	Tinggi	3	30%
3	20,8-27,2	Sedang	5	50%
4	15,4-20,8	Rendah		
5	8-14,4	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan intelektual hasil *posttest* didapatkan 2 orang (20%) pada kategori sangat tinggi, 3 orang (30%) pada kategori tinggi dan 5 orang (50%) pada kategori sedang.

d. Deskriptif Data *Posttest* Aspek Kematangan Sosial

Berdasarkan skala untuk *posttest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek kematangan sosial dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.20
Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Sosial

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Keterangan
1	RA	34	Sedang	36	Sedang	Meningkat 2
2	BJ	26	Rendah	37	Sedang	Meningkat 11
3	D	32	Sedang	46	Tinggi	Meningkat 14
4	MH	31	Rendah	44	Tinggi	Meningkat 13
5	L	35	Sedang	45	Tinggi	Meningkat 10
6	ER	31	Rendah	45	Tinggi	Meningkat 14
7	YUL	27	Rendah	33	Sedang	Meningkat 6
8	HTM	36	Sedang	46	Tinggi	Meningkat 10
9	H	35	Sedang	43	Tinggi	Meningkat 8
10	ZP	31	Rendah	35	Sedang	Meningkat 4
Jumlah		318	Rendah	410	Sedang	
Rata-rata		31,8		41		

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa adanya peningkatan skor, peningkatan skor tersebut menjelaskan bahwa bertambahnya penyesuaian diri pada aspek kematangan sosial. Peningkatan tersebut terlihat pada hasil *pretest* dan *posttest*. Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 318 dengan rata-rata 31,8, sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 410 dengan rata-rata 41. Adapun untuk melihat klasifikasi *posttest* yang terdiri dari 12 item dengan skor maksimal 60 dan skor minimal 12 serta panjang interval 9,6 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.21
Klasifikasi Skor *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Sosial
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	51,4-60	Sangat tinggi	-	-
2	41,8-50,4	Tinggi	6	60%
3	32,2-40,8	Sedang	4	40%
4	22,6-31,4	Rendah	-	-
5	12-21,6	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan sosial pada hasil *posttest* didapatkan 6 orang (60%) pada kategori tinggi dan 4 orang (40%) pada kategori sedang.

e. Deskriptif Data *Posttest* Aspek Tanggung Jawab

Berdasarkan skala untuk *posttest* yang telah dibagikan kepada mahasiswa sebagai subjek penelitian telah didapatkan skor dan kategori penyesuaian diri pada aspek tanggung jawab dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.22
Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Tanggung Jawab

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Keterangan
1	RA	35	Rendah	38	Sedang	Meningkat 3
2	BJ	41	Sedang	49	Tinggi	Meningkat 8
3	D	37	Sedang	46	Sedang	Meningkat 9
4	MH	44	Sedang	47	Sedang	Meningkat 3
5	L	37	Sedang	44	Sedang	Meningkat 7
6	ER	33	Rendah	42	Sedang	Meningkat 9
7	YUL	32	Rendah	38	Sedang	Meningkat 6
8	HTM	36	Rendah	43	Sedang	Meningkat 7
9	H	35	Rendah	44	Sedang	Meningkat 9
10	ZP	29	Rendah	38	Sedang	Meningkat 12
Jumlah		359	Rendah	429	Sedang	
Rata-rata		35,9		42,9		

dasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa adanya peningkatan skor. peningkatan skor tersebut menjelaskan bahwa bertambahnya penyesuaian diri pada aspek tanggung jawab. Peningkatan tersebut terlihat pada hasil *pretest* dan *posttest*. Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 359 dengan rata-rata 35,9 sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 429 dengan rata-rata 42,9. Adapun untuk melihat klasifikasi *posttest* yang terdiri dari 14 item dengan skor maksimal 70 dan skor minimal 14 serta panjang interval 11,2 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.23
Klasifikasi Skor *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Tanggung Jawab
N=10

No	Rentang Skor	Kategori penyesuaian diri	f	%
1	59,8-70	Sangat tinggi	-	-
2	48,6-58,8	Tinggi	1	10%
3	37,4-47,6	Sedang	9	90%
4	26,2-36,4	Rendah	-	-
5	14-25,2	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek tanggung jawab pada hasil *posttest*, didapatkan 1 orang (10%) pada kategori tinggi dan 9 orang (90%) pada kategori sedang.

Setelah didapatkan hasil *pretest* dan *posttest* maka untuk lebih jelasnya dapat disimpulkan di bawah ini melalui tabel dan grafik secara keseluruhan dan secara peraspek sebagai berikut:

1. Keseluruhan *pretest* dan *posttest*

Tabel 4.24
Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest*
Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan
N=10

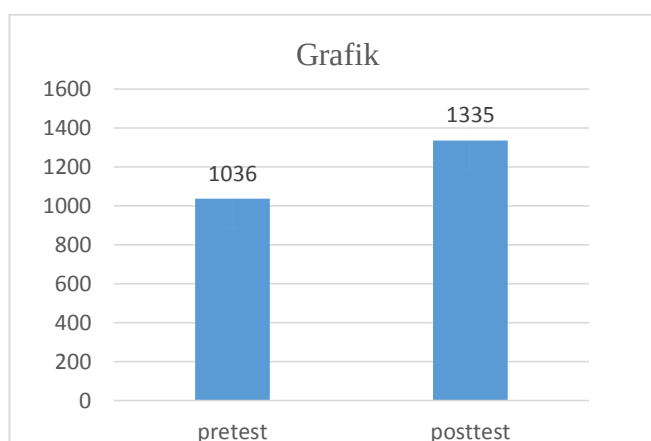
No	Subjek	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	RA	100	Rendah	120	Sedang	20
2	BJ	99	Rendah	137	Tinggi	38
3	D	102	Rendah	139	Tinggi	37
4	MH	109	Sedang	141	Tinggi	32
5	L	105	Sedang	140	Tinggi	35
6	ER	107	Sedang	143	Tinggi	36
7	YUL	93	Rendah	113	Sedang	20
8	HTM	113	Sedang	140	Tinggi	27
9	H	110	Sedang	145	Tinggi	35
10	ZP	98	Rendah	117	Sedang	19
Jumlah		1036	Rendah	1335	Sedang	299
Rata-rata		103,6		133,5		29,9

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan hasil *pretest* dan *posttest* sebanyak 10 orang mahasiswa yang menjadi sampel peneliti dengan rata-rata *pretest* 103,6 dan rata-rata setelah *posttest* 133,5. Adapun untuk melihat klasifikasi *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari 40 item dengan skor maksimal 200 dan skor minimal 40 dengan panjang interval 32 dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.25
Klasifikasi Skor *Pretest* dan *Posttest*
Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan
N=10

No	Rentang Skor	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
		Kategori	f	%	Kategori	F	%
1	169-200	Sangat tinggi	-	-	Sangat tinggi	-	-
2	137-168	Tinggi	-	-	Tinggi	7	70%
3	105-136	Sedang	5	50%	Sedang	3	30%
4	73-104	Rendah	5	50%	Rendah		-
5	40-72	Sangat rendah	-	-	Sangat rendah		-
Jumlah			10	100%		10	100%

Berdasarkan tabel klasifikasi penyesuaian diri di atas terlihat bahwa dari 10 orang mahasiswa yang menjadi sampel terdapat 7 orang mahasiswa (70%) memiliki penyesuaian diri yang tinggi, 3 orang mahasiswa (30%) yang memiliki penyesuaian diri yang sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik penyesuaian diri di bawah ini:



Grafik 4.1
Perbandingan *pretest* dan *posttest*
Penyesuaian diri keseluruhan

Berdasarkan grafik 4.1 di atas terlihat adanya perbandingan *pretest* dan *posttest*, menunjukkan bahwa dari 10 orang sampel atau yang dijadikan sebagai kelompok eksperimen pada penelitian ini *pretest* mencapai jumlah 1036, kemudian hasil *posttest* dengan jumlah 1336, hal ini terlihat secara jelas adanya peningkatan setelah diberikan *treatment*.

2. Aspek Kematangan Emosional

Tabel 4.26
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Emosional

No	Subjek	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	RA	15	Rendah	22	Tinggi	7
2	BJ	14	Rendah	22	Tinggi	8
3	D	14	Rendah	20	Sedang	6
4	MH	13	Rendah	18	Sedang	5
5	L	15	Rendah	21	Sedang	6

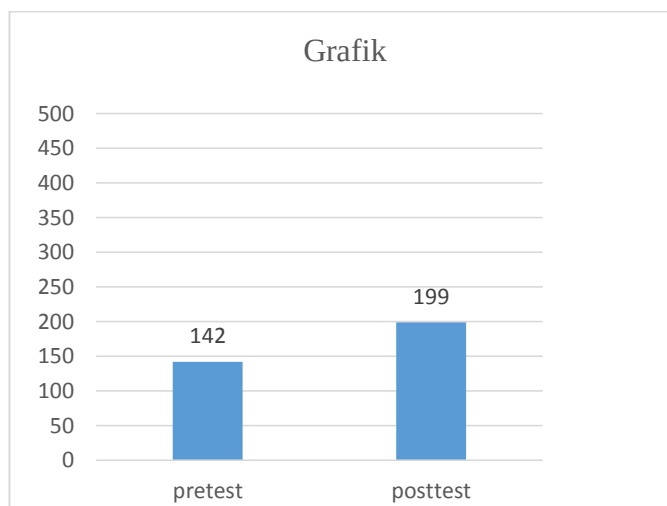
6	ER	17	Sedang	18	Sedang	1
7	YUL	12	Rendah	17	Sedang	5
8	HTM	16	Sedang	21	Sedang	5
9	H	13	Rendah	23	Tinggi	10
10	ZP	13	Rendah	17	Sedang	4
Jumlah		142	Rendah	199	Sedang	57
Rata-rata		14,2		19,9		5,7

Berdasarkan tabel di atas penyesuaian diri pada aspek kematangan emosional pada 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata *pretest* 14,2 berada pada kategori rendah dan *posttest* 19,8 berada pada kategori sedang. Adapun untuk melihat klasifikasi skor *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari 6 item dengan skor maksimal 30 dan minimal 6 serta panjang interval 4,8 dapat diperoleh pada tabel berikut ini:

Tabel 4.27
Klasifikasi Skor *pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Emosional
N=10

No	Rentang Skor	Pretest			Posttest		
		Kategori	f	%	Kategori	F	%
1	26,2-30	Sangat tinggi	-	-	Sangat tinggi	-	-
2	21,4-25,2	Tinggi	-	-	Tinggi	3	30%
3	16,6-20,4	Sedang	2	20%	Sedang	7	70%
4	11,8-15,6	Rendah	8	80%	Rendah	-	-
5	6-10,8	Sangat rendah	-	-	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%		10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan emosional hasil *pretest* terdapat 2 orang mahasiswa (20%) berada pada kategori sedang dan hasil *posttest* didapatkan 3 orang (30%) pada kategori tinggi dan 7 orang (30%) pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik penyesuaian diri aspek kematangan emosional di bawah ini:



Grafik 4.2
Perbandingan *pretest* dan *posttest*
Aspek Kematangan Emosional

Berdasarkan grafik 4.2 di atas terlihat adanya perbandingan *pretest* dan *posttest* aspek kematangan emosional, menunjukkan bahwa 10 orang sampel yang dijadikan sebagai kelompok eksperimen pada penelitian ini *pretest* mencapai jumlah 142, kemudian hasil *posttest* dengan jumlah 199, hal ini terlihat secara jelas adanya peningkatan aspek kematangan emosional setelah diberikan *treatment*.

3. Aspek Kematangan Intelektual

Tabel 4.28
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Intelektual

No	Subjek	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	RA	16	Rendah	24	Sedang	8
2	BJ	18	Rendah	29	Tinggi	11
3	D	19	Rendah	27	Sedang	8
4	MH	21	Sedang	32	Tinggi	11
5	L	18	Rendah	30	Sedang	12
6	ER	26	Sedang	38	Sangat tinggi	12
7	YUL	22	Sedang	25	Sedang	3
8	HTM	25	Sedang	30	Tinggi	5
9	H	27	Sedang	35	Sangat	8

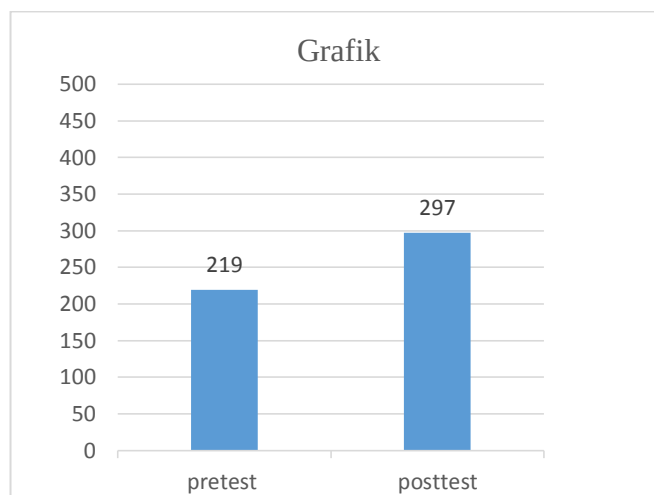
					tinggi	
10	ZP	25	Sedang	27	Sedang	2
Jumlah		219	Sedang	297	Tinggi	80
Rata-rata		21,9		29,7		8

Berdasarkan tabel di atas penyesuaian diri pada aspek kematangan intelektual pada 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata *pretest* 21,9 dengan kategori sedang dan rata-rata *posttest* 29,7 berada pada kategori tinggi. Adapun untuk melihat klasifikasi skor *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari 8 item dengan skor maksimal 40 dan minimal 8 serta panjang interval 6,4 dapat diperoleh pada tabel berikut ini:

Tabel 4.29
Klasifikasi Skor *Pretest* dan *Posttest*
Penyesuaian Diri Aspek Intelektual
N=10

No	Rentang Skor	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
		Kategori	f	%	Kategori	f	%
1	34,6-40	Sangat tinggi	-	-	Sangat tinggi	2	20%
2	28,2-33,6	Tinggi	-	-	Tinggi	3	30%
3	20,8-27,2	Sedang	6	60%	Sedang	5	50%
4	15,4-20,8	Rendah	4	40%	Rendah	-	-
5	8-14,4	Sangat rendah	-	-	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10			10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan dari 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan intelektual didapatkan hasil *pretest* 6 orang mahasiswa (60%) berada pada kategori sedang dan 4 orang mahasiswa (40%) berada pada kategori rendah dan hasil *posttest* didapatkan 2 orang (20%) pada kategori sangat tinggi, 3 orang (30%) pada kategori tinggi dan 5 orang (50%) pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik penyesuaian diri aspek kematangan intelektual di bawah ini:



Grafik 4.3
Perbandingan *pretest* dan *posttest*
Aspek Kematangan Intelektual

Berdasarkan grafik 4.3 di atas terlihat adanya perbandingan *pretest* dan *posttest* aspek kematangan intelektual, menunjukkan bahwa 10 orang sampel yang dijadikan sebagai kelompok eksperimen pada penelitian ini *pretest* mencapai jumlah 219, kemudian hasil *posttest* dengan jumlah 297, hal ini terlihat secara jelas adanya peningkatan aspek kematangan intelektual setelah diberikan *treatment*.

4. Aspek Kematangan Sosial

Tabel 4.30
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Sosial

No	Subjek	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	RA	34	Sedang	36	Sedang	2
2	BJ	26	Rendah	37	Sedang	11
3	D	32	Sedang	46	Tinggi	14
4	MH	31	Rendah	44	Tinggi	13
5	L	35	Sedang	45	Tinggi	10
6	ER	31	Rendah	45	Tinggi	14
7	YUL	27	Rendah	33	Sedang	6
8	HTM	36	Sedang	46	Tinggi	10
9	H	35	Sedang	43	Tinggi	8
10	ZP	31	Rendah	35	Sedang	4

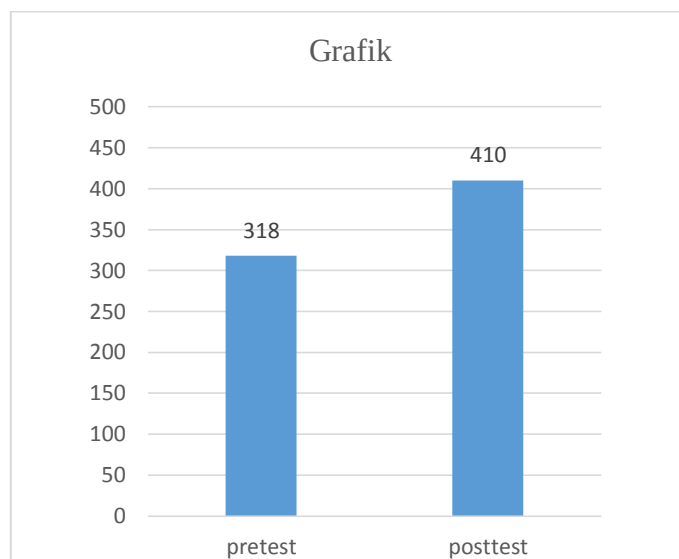
Jumlah	318	Rendah	410	Sedang	94
Rata-rata	31,8		41		9,4

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa pada aspek kematangan sosial dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata *pretest* 31,8 berada pada kategori rendah dan rata-rata *posttest* 40 berada pada kategori sedang. Adapun untuk melihat klasifikasi *posttest* yang terdiri dari 12 item dengan skor maksimal 60 dan skor minimal 12 serta panjang interval 9,6 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.31
Klasifikasi Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Kematangan Sosial
N=10

No	Rentang Skor	Pretest			Posttest		
		Kategori	f	%	Kategori	f	%
1	51,4-60	Sangat tinggi	-	-	Sangat tinggi	-	-
2	41,8-50,4	Tinggi	-	-	Tinggi	6	60%
3	32,2-40,8	Sedang	5	50%	Sedang	4	40%
4	22,6-31,4	Rendah	5	50%	Rendah	-	-
5	12-21,6	Sangat rendah	-	-	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%		10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek kematangan sosial didapatkan hasil *pretest* 5 orang mahasiswa (50%) berada pada kategori sedang dan 5 orang mahasiswa (50%) berada pada kategori rendah dan pada hasil *posttest* didapatkan 6 orang (60%) pada kategori tinggi dan 4 orang (40%) pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik penyesuaian diri aspek kematangan sosial di bawah ini:



Grafik 4.4
Perbandingan *pretest* dan *posttest*
Aspek Kematangan Sosial

Berdasarkan grafik 4.4 di atas terlihat adanya perbandingan *pretest* dan *posttest* aspek kematangan intelektual, menunjukkan bahwa 10 orang sampel yang dijadikan sebagai kelompok eksperimen pada penelitian ini *pretest* mencapai jumlah 318, kemudian hasil *posttest* dengan jumlah 410, hal ini terlihat secara jelas adanya peningkatan aspek kematangan sosial setelah diberikan *treatment*.

5. Aspek Tanggung Jawab

Tabel 4.32
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Tanggung Jawab

No	Subjek	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	RA	35	Rendah	38	Sedang	3
2	BJ	41	Sedang	49	Tinggi	8
3	D	37	Sedang	46	Sedang	9
4	MH	44	Sedang	47	Sedang	3
5	L	37	Sedang	44	Sedang	7
6	ER	33	Rendah	42	Sedang	9
7	YUL	32	Rendah	38	Sedang	6
8	HTM	36	Rendah	43	Sedang	7

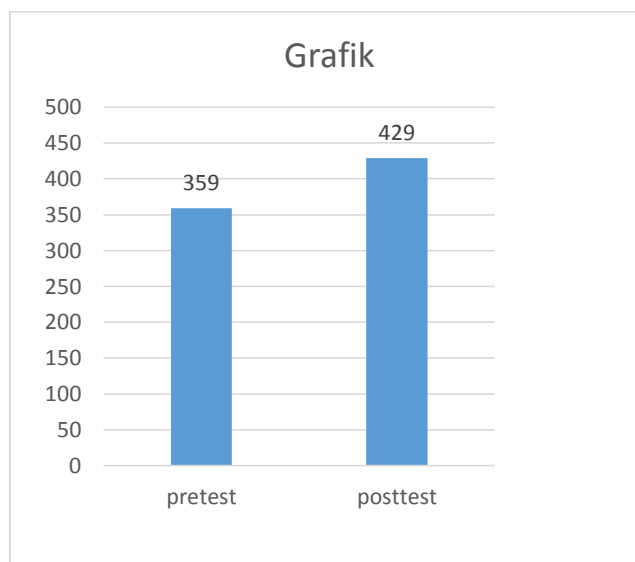
9	H	35	Rendah	44	Sedang	9
10	ZP	29	Rendah	38	Sedang	12
Jumlah		359	Rendah	429	Sedang	73
Rata-rata		35,9		42,9		7,3

Berdasarkan tabel di atas tentang penyesuaian diri mahasiswa pada aspek tanggung jawab dapat dijelaskan sebanyak 10 orang mahasiswa dengan nilai rata-rata *pretest* sebanyak 35,9 berada pada kategori rendah dan *posttest* 42,9 berada pada kategori sedang. Adapun untuk melihat klasifikasi *posttest* yang terdiri dari 14 item dengan skor maksimal 70 dan skor minimal 14 serta panjang interval 11,2 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.33
Klasifikasi Skor *Pretest* dan *Posttest* Penyesuaian Diri
Aspek Tanggung Jawab
N=10

No	Rentang Skor	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
		Kategori	f	%	Kategori	f	%
1	59,8-70	Sangat tinggi	-	-	Sangat tinggi	-	-
2	48,6-58,8	Tinggi	-	-	Tinggi	1	10%
3	37,4-47,6	Sedang	6	60%	Sedang	9	90%
4	26,2-36,4	Rendah	4	40%	Rendah	-	-
5	14-25,2	Sangat rendah	-	-	Sangat rendah	-	-
Jumlah			10	100%		10	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa 10 orang mahasiswa pada aspek tanggung jawab pada *pretest* didapatkan 6 orang mahasiswa (60%) berada pada kategori sedang dan pada hasil *posttest*, didapatkan 1 orang (10%) pada kategori tinggi dan 9 orang (90%) pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik penyesuaian diri aspek tanggung jawab di bawah ini:



Grafik 4.5
Perbandingan *pretest* dan *posttest*
Aspek Tanggung Jawab

Berdasarkan grafik 4.5 di atas terlihat adanya perbandingan *pretest* dan *posttest* aspek kematangan intelektual, menunjukkan bahwa 10 orang sampel yang dijadikan sebagai kelompok eksperimen pada penelitian ini *pretest* mencapai jumlah 359, kemudian hasil *posttest* dengan jumlah 429, hal ini terlihat secara jelas adanya peningkatan aspek tanggung jawab setelah diberikan *treatment*.

B. Uji Hipotesis

Hipotesis yang akan diuji disini adalah hipotesis statistik, pengujian ini dilakukan untuk mencari signifikan atau tidaknya Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa

1. Analisis Uji t Secara Keseluruhan

Tabel 4.34
Skor Penyesuaian Diri Keseluruhan
N=10

No	Subjek	Pretest	Posttest	D	D ²
1	RA	100	120	20	400
2	BJ	99	137	38	1444
3	D	102	139	37	1369
4	MH	109	141	32	1024
5	L	105	140	35	1225
6	ER	107	143	36	1296
7	YUL	93	113	20	400
8	HTM	113	140	27	729
9	H	110	145	35	1225
10	ZP	98	117	19	361
Jumlah		1036	1335	299	9473
Rata-rata		103,6	133,5	29,9	947,3

Selanjutnya untuk melihat berpengaruh atau tidaknya konseling pendekatan analisis transaksional *setting* kelompok terhadap penyesuaian diri mahasiswa, maka akan dilakukan uji hipotesis dengan teknik uji-t (t-test). Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh untuk memperoleh t_0 sesuai rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{299}{10}$$

$$M_D = 29,9$$

- b. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{9473}{10} - \left(\frac{299}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{947,3 - 894,01}$$

$$SD_D = \sqrt{53,29}$$

$$SD_D = 7,3$$

c. Mencari deviasi standar error dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{7,3}{\sqrt{10-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{7,3}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{MD} = \frac{7,3}{3}$$

$$SE_{MD} = 2,43$$

d. Mencari harga t_0

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{29,9}{2,43}$$

$$t_0 = 12,30$$

Setelah didapatkan nilai t_0 maka selanjutnya mencari nilai df untuk melihat signifikan atau tidaknya baik signifikansi 1% ataupun 5% dengan rumus sebagai berikut:

$$df = N-1$$

$$df = 10-1$$

$$df = 9$$

Mencari harga kritik “t” pada tabel “t” dengan berpegang pada df yang telah diperoleh harga kritik “t” pada t_t dengan taraf signifikan 1% yaitu sebesar 3,25. Menarik kesimpulan dengan membandingkan besar t yang diperoleh dari t_0 ($12,30 > t_t$ (3,25) pada $df = 9$ taraf signifikansi 1%. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan konseling pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos).

2. Analisis Uji t Aspek Kematangan Emosional

Tabel 4.35
Skor *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Emosional

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Skor <i>posttest</i>	D	D ²
1	RA	15	22	7	49
2	BJ	14	22	8	64
3	D	14	20	6	36
4	MH	13	18	5	25
5	L	15	21	6	36
6	ER	17	18	1	1
7	YUL	12	17	5	25
8	HTM	16	21	5	25
9	H	13	23	10	100
10	ZP	13	17	4	16
Jumlah		142	199	57	377
Rata-rata		14,2	19,9	5,7	37,7

Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 142 dengan rata-rata 14,2, sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 199 dengan rata-rata 19,9. Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh untuk memperoleh t_0 sesuai rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari Mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{57}{10}$$

$$M_D = 5,7$$

- b. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{377}{10} - \left(\frac{57}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{37,7 - 32,49}$$

$$SD_D = \sqrt{5,21}$$

$$SD_D = 2,28$$

c. Mencari deviasi standar error dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,28}{\sqrt{10-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,28}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,28}{3}$$

$$SE_{MD} = 0,76$$

d. Mencari harga t_0

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{5,7}{0,76}$$

$$t_0 = 7,5$$

Setelah didapatkan nilai t_0 maka selanjutnya mencari nilai df untuk melihat signifikan atau tidaknya baik signifikansi 1% ataupun 5% dengan rumus sebagai berikut:

$$df = N-1$$

$$df = 10-1$$

$$df = 9$$

Harga kritik “t” pada tabel “t” dengan berpegang pada df yang telah diperoleh harga kritik “t” dengan taraf signifikan 1% yaitu sebesar 3,25. Menarik kesimpulan dengan membandingkan besar t yang diperoleh dari $t_0 (7,5) > t_t (3,25)$ pada $df = 9$ taraf signifikansi 1%. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan konseling pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok terhadap

peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos).

3. Analisis Uji t Aspek Kematangan Intelektual

Tabel 4.36
Skor *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Intelektual

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Skor <i>posttest</i>	D	D ²
1	RA	16	24	8	64
2	BJ	18	29	11	121
3	D	19	27	8	64
4	MH	21	32	11	121
5	L	18	30	12	144
6	ER	26	38	12	144
7	YUL	22	25	3	9
8	HTM	25	30	5	25
9	H	27	35	8	64
10	ZP	25	27	2	4
Jumlah		219	297	80	760
Rata-rata		21,9	29,7	8	76

Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 219 dengan rata-rata 21,9 sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 298 dengan rata-rata 29,7. Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh untuk memperoleh t_0 sesuai rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari Mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{80}{10}$$

$$M_D = 8$$

- b. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{760}{10} - \left(\frac{80}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{76 - 64}$$

$$SD_D = \sqrt{12}$$

$$SD_D = 3,46$$

c. Mencari deviasi standar error dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,46}{\sqrt{10 - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,46}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,46}{3}$$

$$SE_{MD} = 1,15$$

d. Mencari harga t_0

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{8}{1,15}$$

$$t_0 = 6,95$$

Setelah didapatkan nilai t_0 maka selanjutnya mencari nilai df untuk melihat signifikan atau tidaknya baik signifikasi 1% ataupun 5% dengan rumus sebagai berikut:

$$df = N - 1$$

$$df = 10 - 1$$

$$df = 9$$

Harga kritik “t” pada tabel “t” dengan berpegang pada df yang telah diperoleh harga kritik “t” dengan taraf signifikan 1% yaitu sebesar 3,25. Menarik kesimpulan dengan membandingkan besar t yang diperoleh dari $t_0 (6,95) > t_t (3,25)$ pada $df = 9$ taraf signifikasi 1%. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan konseling pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok

terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos).

4. Analisis Uji t Aspek Kematangan Sosial

Tabel 4.37
Skor *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Kematangan Sosial

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Skor <i>posttest</i>	D	D ²
1	RA	34	36	2	4
2	BJ	26	37	11	121
3	D	32	46	14	196
4	MH	31	44	13	169
5	L	35	45	10	100
6	ER	31	45	14	196
7	YUL	27	33	6	36
8	HTM	36	46	10	100
9	H	35	43	8	64
10	ZP	31	35	4	16
Jumlah		318	410	94	1002
Rata-rata		31,8	41	9,4	100,2

Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 318 dengan rata-rata 31,8, sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 410 dengan rata-rata 41. Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh untuk memperoleh t_0 sesuai rumus yang digunakan adalah dengan sebagai berikut:

- a. Mencari Mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{94}{10}$$

$$M_D = 9,4$$

- b. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{1002}{10} - \left(\frac{94}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{100,2 - 88,36}$$

$$SD_D = \sqrt{11,84}$$

$$SD_D = 3,44$$

c. Mencari deviasi standar error dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,44}{\sqrt{10-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,44}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{MD} = \frac{3,44}{3}$$

$$SE_{MD} = 1,14$$

d. Mencari harga t_o

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_o = \frac{9,4}{1,34}$$

$$t_o = 8,24$$

Setelah didapatkan nilai t_o maka selanjutnya mencari nilai df untuk melihat signifikan atau tidaknya baik signifikansi 1% ataupun 5% dengan rumus sebagai berikut:

$$df = N-1$$

$$df = 10-1$$

$$df = 9$$

Mencari harga kritik “t” pada tabel “t” dengan berpegang pada df yang telah diperoleh harga kritik “t” pada t_t dengan taraf signifikan 1% yaitu sebesar 3,25. Menarik kesimpulan dengan membandingkan besar t yang diperoleh dari $t_o (8,24) > t_t (3,25)$ pada $df = 9$ taraf signifikansi 1%. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan konseling pendekatan Analisis Transaksional *setting*

kelompok terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos).

5. Analisis Uji t Aspek Tanggung Jawab

Tabel 4.38
Skor *Pretest* dan *Posttest*
Aspek Tanggung Jawab

No	Subjek	Skor <i>pretest</i>	Skor <i>posttest</i>	D	D ²
1	RA	35	38	3	9
2	BJ	41	49	8	64
3	D	37	46	9	81
4	MH	44	47	3	9
5	L	37	44	7	49
6	ER	33	42	9	81
7	YUL	32	38	6	36
8	HTM	36	43	7	49
9	H	35	44	9	81
10	ZP	29	38	12	144
Jumlah		359	429	73	603
Rata-rata		35,9	42,9	7,3	60,3

Jika dilihat dari hasil *pretest* menunjukkan skor sebanyak 35,9 dengan rata-rata 35,9 sedangkan pada hasil *posttest* jumlah skor sebanyak 429 dengan rata-rata 42,9. Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh untuk memperoleh t_0 sesuai rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari Mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{73}{10}$$

$$M_D = 7,3$$

- b. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{592}{10} - \left(\frac{73}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{59,2 - 53,29}$$

$$SD_D = \sqrt{5,91}$$

$$SD_D = 2,43$$

c. Mencari deviasi standar error dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,43}{\sqrt{10-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,43}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2,43}{3}$$

$$SE_{MD} = 0,81$$

d. Mencari harga t_o

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_o = \frac{7,3}{0,81}$$

$$t_o = 9,01$$

Setelah didapatkan nilai t_o maka selanjutnya mencari nilai df untuk melihat signifikan atau tidaknya baik signifikansi 1% ataupun 5% dengan rumus sebagai berikut:

$$df = N-1$$

$$df = 10-1$$

$$df = 9$$

Harga kritik “ t ” pada tabel “ t ” dengan berpegang pada df yang telah diperoleh harga kritik “ t ” dengan taraf signifikan 1% yaitu sebesar 3,25. Menarik kesimpulan dengan membandingkan besar t yang diperoleh dari $t_o (9,01) > t_t (3,25)$ pada $df = 9$ taraf signifikansi 1%. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak, ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan konseling pendekatan Analisis Transaksional *setting* kelompok

terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa IAIN Batusangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di kos).

C. Uji Pengaruh X Terhadap Y

Untuk melihat seberapa efektif pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok (X) terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar (Y) dapat dilakukan teknik *n-gain*. Adapun rumus N-gain adalah sebagai berikut :

Rumus:

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

1. Melihat pengaruh X terhadap Y secara keseluruhan

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{1335 - 1036}{2000 - 1036}$$

$$g = \frac{299}{964}$$

$$g = 0,31$$

2. Melihat pengaruh X terhadap Y aspek kematangan emosional adalah sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{199 - 142}{30 - 142}$$

$$g = \frac{57}{-112}$$

$$g = 0,50$$

3. Melihat pengaruh X terhadap Y aspek kematangan intelektual adalah sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{297 - 219}{40 - 219}$$

$$g = \frac{78}{-179}$$

$$g = 0,43$$

4. Melihat pengaruh X terhadap Y aspek kematangan sosial adalah sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{410 - 318}{60 - 318}$$

$$g = \frac{92}{-256}$$

$$g = 0,35$$

5. Melihat pengaruh X terhadap Y aspek tanggung jawab adalah sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{429 - 360}{70 - 360}$$

$$g = \frac{69}{-290}$$

$$g = 0,23$$

Berdasarkan pada ketentuan *n-gain* di atas, maka dapat dipahami bahwa Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok (X) berpengaruh terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa. Untuk lebih jelasnya mengenai gain keseluruhan dan peraspek dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.39
Hasil Uji Pengaruh X terhadap Y
Keseluruhan dan Masing-Masing Aspek

No	Penyesuaian Diri Keseluruhan dan Peraspek	Gain	Klasifikasi
1	Keseluruhan	0,31	Sedang
2	Aspek kematangan emosional	0,50	Sedang
3	Aspek kematangan intelektual	0,43	Sedang
4	Aspek kematangan sosial	0,35	Sedang
5	Aspek tanggung jawab	0,23	Rendah

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok (X) terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa (Y) menunjukkan secara keseluruhan dengan gain 0,31 berada pada klasifikasi sedang, selanjutnya aspek kematangan emosional dengan gain 0,50 berada pada klasifikasi sedang, kematangan intelektual dengan gain 0,43 berada pada klasifikasi sedang dan kematangan sosial dengan gain 0,35 juga berada pada kategori sedang, sedangkan aspek tanggung jawab dengan gain 0,23 menunjukkan klasifikasi rendah.

Selanjutnya untuk melihat pengaruh X terhadap Y dapat juga dilihat pada masing-masing individu adalah sebagai berikut:

1. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek RA

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{120 - 100}{200 - 100}$$

$$g = \frac{20}{100}$$

$$g = 0,20$$

2. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek BJ

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{137 - 99}{200 - 99}$$

$$g = \frac{38}{101}$$

$$g = 0,37$$

3. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek D

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{139 - 102}{200 - 102}$$

$$g = \frac{37}{98}$$

$$g = 0,37$$

4. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek MH

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{141 - 109}{200 - 109}$$

$$g = \frac{32}{91}$$

$$g = 0,35$$

5. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek L

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{140 - 105}{200 - 105}$$

$$g = \frac{35}{95}$$

$$g = 0,36$$

6. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek ER

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{143 - 107}{200 - 107}$$

$$g = \frac{36}{93}$$

$$g = 0,38$$

7. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek YUL

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{113 - 93}{200 - 93}$$

$$g = \frac{20}{107}$$

$$g = 0,18$$

8. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek HTM

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{140 - 113}{200 - 113}$$

$$g = \frac{27}{87}$$

$$g = 0,31$$

9. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek H

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{145 - 110}{200 - 110}$$

$$g = \frac{35}{90}$$

$$g = 0,38$$

10. Melihat pengaruh X terhadap Y pada subjek ZP

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{117 - 98}{200 - 98}$$

$$g = \frac{19}{102}$$

$$g = 0,18$$

Berdasarkan pada ketentuan *n-gain* pada tabel di atas, maka dapat dipahami bahwa Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok (X) berpengaruh terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa (Y) Untuk lebih jelasnya gain perindividu dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.40
Hasil Uji Pengaruh X terhadap Y
Secara Individu

No	Penyesuaian diri Secara Individu	Gain	Klasifikasi
1	RA	0,20	Rendah
2	BJ	0,37	Sedang
3	D	0,37	Sedang
4	MH	0,35	Sedang
5	L	0,36	Sedang
6	ER	0,38	Sedang
7	YUL	0,18	Rendah
8	HTM	0,31	Sedang
9	H	0,38	Sedang
10	ZP	0,18	Rendah

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa pengaruh pendekatan analisis transaksional setting kelompok (X) terhadap peningkatan penyesuaian diri mahasiswa (Y) menunjukkan 7 orang berada pada klasifikasi sedang (0,30-0,70) dan 3 orang menunjukkan klasifikasi rendah ($< 0,30$). Artinya pendekatan analisis transaksional dapat meningkatkan penyesuaian diri mahasiswa tetapi peningkatannya berbeda-beda pada setiap orang.

D. Pembahasan

Setiap individu memiliki perbedaan dalam menyesuaikan dirinya dan penyesuaian diri itu tidak mudah untuk diubah, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, baik itu faktor dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Sebagaimana menurut Schneiders (dalam Pritaningrum dan Hendriani, 2013, p.17) bahwa “penyesuaian diri dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu: kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan dan budaya”

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa penyesuaian diri itu disebabkan oleh beberapa faktor berupa kondisi fisik, kondisi fisik menjadi faktor penyesuaian diri karena menyangkut dengan fisik seseorang, kemudian kepribadian, kepribadian juga menjadi faktor penyesuaian diri hal ini disebabkan karena untuk menyesuaikan diri dengan orang lain kepribadian membutuhkan untuk perubahan sikap, kemampuan dan lainnya, selanjutnya proses belajar, bagaimana seorang individu menyesuaikan diri terbentuk dari proses belajar dan pengalaman, selanjutnya lingkungan, lingkungan seseorang juga mempengaruhi penyesuaian dirinya, sebab setiap individu memiliki lingkungan yang berbeda dalam menyesuaikan dirinya, seperti lingkungan keluarga, dan yang terakhir adalah budaya, seorang individu tentu memiliki budaya yang berbeda-beda, perbedaan budaya membuat seseorang berbeda dalam menyesuaikan dirinya.

Dari 10 orang mahasiswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini, didapatkan 3 orang mahasiswa yang hanya mencapai kategori sedang, hal ini juga disebabkan oleh latar belakang setiap orang berbeda, sehingga latar

belakang itu sangat mempengaruhi penyesuaian diri individu salah satunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, yaitu lingkungan keluarga, sikap dan kebiasaan di lingkungan keluarga sangat mempengaruhi terhadap penyesuaian diri individu, selanjutnya juga disebabkan oleh faktor kepribadian berupa dirinya sulit untuk mengubah sikap serta mengatur diri agar bisa diterima di lingkungan tempat ia tinggal, karena untuk bergabung kedalam kelompok maka harus mampu menyesuaikan dirinya tanpa mengutamakan kepentingan diri sendiri.

Desmita (2009:195-196) mengatakan penyesuaian diri yang sehat dilihat dari empat aspek kepribadian yaitu “aspek kematangan emosional, aspek kematangan intelektual, aspek kematangan sosial dan aspek tanggung jawab”.

Dari empat aspek penyesuaian diri terlihat bahwa N-gain yang paling tinggi dengan kategori sedang berada pada aspek kematangan emosional Sebagaimana menurut Gorlow (dalam Muawanah dan Pratikto, 2012 p.3) menjelaskan bahwa kematangan emosional merupakan:

Proses dimana pribadi individu secara terus menerus berusaha mencapai suatu tingkatan emosi yang sehat, baik secara intrafisik maupun interpersonal. Individu yang secara emosional telah matang dapat menentukan dengan tepat kapan dan sejauhmana dirinya perlu terlibat dalam suatu masalah sosial serta dapat turut memberikan jalan keluar atau pemecahan yang diperlukan.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *treatment* yang diberikan kepada anggota kelompok memiliki kematangan emosional yang meningkat, ini terlihat dari cara mereka mengikuti kegiatan kelompok dari pertemuan pertama sampai pertemuan keenam, bahwasanya dalam kegiatan kelompok mereka mau diajak kepada perubahan untuk melakukan tindakan-tindakan positif serta memberikan pendapat dan jalan keluar untuk membahas suatu permasalahan terutama menyangkut masalah sosial.

Aspek kematangan intelektual berada pada kategori sedang, sebagaimana menurut Rivaie (2011, p.1) bahwa:

Bagaimana cara seseorang menggunakan kapasitas intelektual bawaan menentukan penyesuaian diri dan kualitas penyesuaian diri berpengaruh pada konsep diri sikap orang lain terhadap dirinya dan

keperibadiannya. Kondisi yang berpengaruh terhadap intelektual seseorang adalah kondisi fisik, pendidikan, motivasi, dan pengalaman dalam keluarga.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dengan intelektual seseorang mampu menyediakan kemampuan untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi, seseorang berhasil menyesuaikan diri tergantung bagaimana cara dia mampu menggunakan intelektualnya.

Pada aspek kematangan sosial berada pada kategori sedang, sebagaimana menurut Hasnul (2009, p.4) kematangan sosial adalah “perubahan kemampuan untuk berperilaku sesuai dengan kebiasaan yang menjadi ciri kelompok tertentu untuk menjadi lebih mandiri, bekerja sama dengan orang lain dan bertanggung jawab terhadap kelompoknya”. Dapat dipahami bahwa setiap individu harus mampu menyesuaikan diri dengan kelompoknya, serta mampu bertanggung jawab terhadap anggota kelompoknya. Apabila dirinya tidak mampu berbuat demikian maka akan sulit diterima oleh anggota kelompok sosialnya.

Selanjutnya yang terendah terlihat pada aspek tanggung jawab. Sebagaimana menurut Aisyah, Nusantara dan Kurniawan (2014, p.4) “faktor rendahnya rasa tanggung jawab seorang individu disebabkan oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya melaksanakan tanggung jawab, dan kurang memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya”. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa rendahnya tanggung jawab disebabkan karena sebagian orang belum memiliki kesadaran terhadap tindakan yang telah dilakukan untuk menanggung segala resiko dari apa yang telah diperbuat.

Dari kegiatan konseling kelompok yang sudah dilakukan bahwa peningkatan setiap individu berbeda-beda, ada yang meningkat menjadi sedang dan ada yang meningkat menjadi tinggi, artinya Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok terhadap Peningkatan

Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar, setiap orang memiliki peningkatan yang berbeda-beda.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang telah didapatkan dari 10 orang sampel sebelum diberikan *treatment* 5 orang memiliki penyesuaian diri rendah dan 5

orang memiliki penyesuaian diri sedang. Kemudian setelah diberikan *treatment* didapatkan hasil 3 orang mahasiswa memiliki penyesuaian diri meningkat menjadi sedang dan 7 orang meningkat menjadi tinggi. Dari kegiatan konseling kelompok yang sudah dilakukan bahwa peningkatan setiap individu berbeda-beda, ada yang meningkat menjadi sedang dan ada yang meningkat menjadi tinggi, artinya Pengaruh Pendekatan Analisis Transaksional *Setting* Kelompok dengan Teknik Bermain Peran terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Mahasiswa IAIN Batusangkar, setiap orang memiliki peningkatan yang tidak sama.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti ingin memberi saran kepada:

1. Bagi konselor atau calon konselor agar dapat memanfaatkan pendekatan analisis transaksional *setting* kelompok dengan teknik bermain peran secara berkesinambungan dan melibatkan mahasiswa secara pro-aktif dalam kegiatan tersebut
2. Bagi mahasiswa agar senantiasa aktif dalam kegiatan yang diberikan, adapun tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok kepada mahasiswa adalah agar mahasiswa mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya sehingga mencegah timbulnya permasalahan
3. Bagi mahasiswa yang tinggal di kos setelah diberikan layanan ini agar dapat menyesuaikan diri dengan baik di tempat kos, begitu juga dengan mahasiswa yang lain agar menyesuaikan diri dengan baik

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Aisyah, A., E, Nusantara, dan K, Kurniawan. 2014. Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Penguasaan Konten. *Jurnal IJPG* 3 (3): 45
- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM PRESS
- Anita, S.R. 2015. Persepsi Mahasiswa Terhadap Perilaku Seksual Pada Mahasiswa Kos Di Lingkungan Universitas Riau Kelurahan Simpang Baru Panam Pekanbaru. *Jom FISIP*. (2). 5
- Corey, G. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Darimis. 2014. *Model-Model Konseling*. Batusangkar: Stain Batusangkar Press
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Rosdakarya
- Dewi, K. Y. M., K. Suranata dan K. Dharsana. 2014. Penerapan Konseling Analisis Transaksional Teknik Bermain Peran Untuk Menurunkan Feeling Of Inferiority Siswa Kelas Xi A Administrasi Perkantoran Smk Negeri 1 Singaraja. *Jurnal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*. 1 (2): 3
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia
- Gerungan. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama
- Ghufron, M. N. dan R. Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: AR-Ruzz Media
- Hanafi, A.H. 2015. *Metodologi Penelitian Kependidikan*. STAIN Batusangkar Press. Lima Kaum Batusangkar
- Handayani, R.P dan Noviandari, H. 2017. Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Analisis Transaksional Teknik Bermain Peran terhadap Penurunan *Bullying*. *Jurnal Pendidikan Budaya dan Sejarah*. 10 .65
- Hasnul, N. 2009. Kontribusi Kematangan Sosial terhadap Kemampuan Membaca Pemahaman Anak Gangguan Intelektual Ringan di DKI Jakarta. *Jurnal Perspektif Pendidikan* 19 (10): 63

- Jones, R. N. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Kasiram, M. 2010. *Metodologi Penelitian Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: UIN-MALIKI PRESS
- Kasiram, M. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif Kuantitatif*. Yogyakarta: UIN-MALIKI PRESS
- Kurnanto, M. E. 2013. *Konseling Kelompok*, Bandung: Alfabeta
- Lubis, N. L. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama
- Maepin, N.K., Suarni, N.K dan Mudjijono. Penerapan Konseling Analisis Transaksional dengan Teknik *Roly Playing* untuk Meminimalisasi Prilaku *Bullyng* Siswa. *Jurnal Konseling*. 2 (1). 3
- Muawanah, L.B dan Pratikto, H. 2012. Kematangan Emosi Konsep Diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi* 7 (1): 492
- Muna, R. N. 2012. Pola-pola Penyesuaian Diri Mahasiswa di Lingkungan Kampus. *Jurnal edueksos* (I) 2.
- Myrick, R.D. 2003. *Developmental Guidance and Counseling: A Pratical Approach*. Educatinal Media Corparation. Minneapolis
- Natawidjaja, R. 2009. *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan*. Bandung. Rizqi Press
- Nurdin. 2009. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Penyesuaian Sosial Siswa di Sekolah. *Jurnal Administrasi Pendidikan*. IX (1): 87-88
- Nurihsan, A. J. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai L Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama
- Oktariana, Y. 2013. Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Analisis Transaksional untuk Mengembangkan Konsep Diri Siswa . *jurnal Lentera*. 2: 43
- Palmer, S. 2010. *Konseling dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Prayitno. 2005. *Konseling Pancawaskita*. Padang: FIP UNP

- Pritaningrum, M. dan W. Hendriani. 2013. Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. 02 (03): 137-139
- Rivaie, H. W. 2011. Faktor Intelektual yang Menentukan Kepribadian. *Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Humaniora* 2 (1). 64
- Saguni, F. dan S. M. Amin. 2014. Hubungan Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Self Regulation Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Akselerasi Smp Negeri 1 Palu. *Jurnal Penelitian Ilmiah*. 2 (1): 206
- Sarwono, J. 2006. *Analisis Data Penelitian Menggunakan SPSS*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Sudijono, A. 2005. *Pegantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sugiartawan, P., Gd Senayasa. dan N. M. Antari. 2014. Efektivitas Konseling Analisis Transaksional dengan Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Kemandirian dalam Mengambil Keputusan Siswa. *Jurnal Online Jurusan Bimbingan Konseling*. 2 (1): 3
- Sugiyono. 2013. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung. Alfabeta
- . 2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R & D)*. Bandung: Alfabeta
- . 2007. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung. Alfabeta
- Tas'adi, R. 2011. *Instrumentasi dalam Konseling*. Batusangkar: Stain Batusangkar Press
- Taufik. 2009. *Model-Model Konseling*. Padang: FIP UNP
- Warsito, H. 2013. Perbedaan Tingkat Kemandirian dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Suku Batak ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Character*. 1 (2): 3
- Willis, S. S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: ALFABETA

Yaumi, M. dan M. Damopoli. 2014. *Action Research Teori, Model dan Aplikasi*. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP

Yusuf, S dan Nurihsan, J. 2011. *Teori Kepribadian*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA