



**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN
MUHASABAH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
SISWA SMP NEGERI 1 KECAMATAN AKABILURU**

SKRIPSI

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

Oleh:

Huriah Muslima
Nim 1730108024

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
BATUSANGKAR
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Huriah Muslima

Nim : 1730108024

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **"PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH TERHADAP PENYESUIAN DIRI SISWA SMP NEGERI 01 KECAMATAN AKABILURU"** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila dikemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, 18 Agustus 2021



Huriah Muslima

Nim.1730108024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama Huriah Muslima, Nim. 1730108024 Judul : **Pengaruh Bimbingan Kelompok Pendekatan *Muhasabah* Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP N 01 Kecamatan Akabiluru**", memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang *munaqasyah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

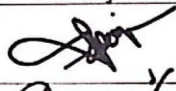
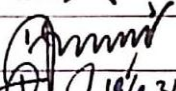
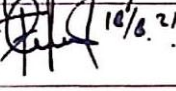
Batusangkar, Agustus 2021
Pembimbing



Dr. Ardimen, M.Pd., Kons
NIP. 19720505 200112 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama HURIAH MUSLIMA NIM, 1730108024 dengan judul "PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA SMP NEGERI 01 KECAMATA AKABILURU". Telah diuji dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) pada hari Senin tanggal 09 Agustus 2021. Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

No	Nama/NIP	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan dan Tanggal Persetujuan
1.	Dr. Ardimen, M.Pd., Kons NIP. 19720505 200112 1 002	Ketua Sidang/Dosen Pembimbing	
2.	Dr. Irman, S.Ag., M.Pd NIP. 19710201 200604 1 017	Penguji I	
3.	Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd NIP. 19670810 199303 2 002	Penguji II	

Batusangkar, Agustus 2021

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Keguruan


Dr. Adripen, M.Pd
NIP. 1965050419930 1 003

ABSTRAK

HURIAH MUSLIMA, NIM 17 301 080 24, Judul skripsi: **PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA SMP NEGERI 01 KECAMATAN AKABILURU.** Jurusan Bimbingan dan Konseling Institut Agama Islma Negeri (IAIN) Batusangkar 2021

Persoalan yang terjadi pada siswa adalah siswa masih memiliki penyesuaian diri yang rendah di sekolah dengan siswa yang masih kurangnya mematuhi peraturan di sekolah, kurang berminat dan berpartisipasi pada kegiatan-kegiatan yang ada di sekolah baik itu ekstrakurikuler maupun akademik dan kurang nya berhubungan baik dengan teman dan guru di sekolah.

Metode penelitian adalah *Quasi Eksperimental* dengan tipe *time series design*. Instrument yang digunakan ialah instrumen dengan menggunakan penysuaian diri model *likert*. Jumlah populasi dalam penelitian adalah 47 siswa dan sampel sebanyak 13 orang yang dikatakan masih rendah dalam penyesuaian diri di sekolah. teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Hasil penelitian ini diperoleh melalui hasil analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi awal penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah atau tergolong ke penyesuaian diri yang negatif, karena berdasarkan hasil dari instrument peneliti diketahui ada 6 orang siswa yang memiliki penyesuaian diri siswa yang rendah, 4 orang pada kategori sedang dan 3 orang berada pada kategori tinggi yang mana penulis mengambil dari 13 orang siswa berada pada kategori rendah.

Hal ini dilakukan untuk menciptakan dinamika kelompok sehingga tujuan bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dapat tercapai untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Dengan adanya pelaksanaan bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dengan menggunakan 4 teknik yaitu nya (1) tabayyun, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengintrospeksi dan mengeksplorasi diri; (2) al-hikmah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya; (3) mauizah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan contoh-contoh kongkrik; dan (4) mujadalah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Sehingga diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan penyesuaian diri siswa yang semula berada pada kategori rendah menjadi siswa yang memiliki kategori sedang dan tinggi. Sehingga dapat dipahami bahwa terjadi peningkatan setelah melakukan *treatment*, berdasarkan hal tersebut diketahui bahwa bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* berpengaruh positif dan signifikan dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa di SMP Negero 01 Kecamatan Akabiluru.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	
PERSETUJUAN PEMBIMBING	
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI	
HALAMAN PERSEMBAHAN	
BIODATA PENULIS	
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GRAFIK	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Dan Luaran Penelitian	8

BAB II : KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori	9
1. Penyesuaian diri	9
a. Pengertian Penyesuaian diri	9
b. Karakteristik Penyesuaian diri	10
c. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian diri	13
d. Proses Penyesuaian diri	14
e. Upaya untuk memperlancar penyesuaian diri	14
2. Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Muhasabah</i>	16
a. Pengertian Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>muhasabah</i>	16
b. Tahapan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>muhasabah</i>	19
c. Tujuan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>muhasabah</i>	24
d. Dalil yang Mengajukan <i>Muhasabah</i>	25
B. Kajian Penelitian Yang Relevan	26
C. Kerangka Berfikir	28

D. Hipotesis	30
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	31
B. Desain Penelitian	31
C. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	48
D. Populasi Dan Sampel.....	48
E. Definisi Operasional	49
F. Pengembangan Instrument	51
G. Teknik Pengumpulan Data	54
H. Teknik Analisis Data	56
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	58
1. Deskripsi Data Hasil <i>Pre-test</i>	58
2. Perbandingan <i>Pre-test</i> 1, 2 dan 3.....	71
3. Deskripsi Data Hasil <i>Post-test</i>	72
4. Perbandingan <i>Post-test</i> 1, 2, dan 3	83
5. Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> 1,2 dan 3.....	85
B. Analisis Data	87
C. Pengujian Hipotesis	88
D. Pembahasan	89
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	92
B. Implikasi	92
C. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi dan Sampel	38
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian diri sebelum di Validasi	52
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri setelah di Validasi	53
Tabel 3.4 Skor Skala <i>Likert</i> dengan Alternatif Jawaban	54
Tabel 3.5 Rentang Skor Penyesuaian Diri Siswa	55
Tabel 3.6 Rentang Skor Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	55
Tabel 4.1 Persentasi Hasil Pre-test 1 Penyesuaian Diri Siswa	58
Tabel 4.2 Hasil Pre-test 1 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	59
Tabel 4.3 Persentase Hasil Pre-test 2 Penyesuaian Diri Siswa	62
Tabel 4.4 Hasil Pre-test 2 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	63
Tabel 4.5 Persentase Hasil Pre-test 3 Penyesuaian Diri Siswa	66
Tabel 4.6 Hasil Pre-test 3 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	67
Tabel 4.7 Perbandingan Pre-test 1, 2 dan 3 Penyesuaian Diri	71
Tabel 4.8 Persentase Skor Post-test 1 Penyesuaian Diri Siswa	73
Tabel 4.9 Hasil Post-test 1 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	73
Tabel 4.10 Persentase Skor Post-test 2 Penyesuaian Diri Siswa	76
Tabel 4.11 Hasil Post-test 2 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	77
Tabel 4.12 Persentase Skor Post-test 3 Penyesuaian Diri Siswa	80
Tabel 4.13 Hasil Post-test 3 Penyesuaian Diri Siswa per-Indikator	80
Tabel 4.14 Perbandingan Post-test 1, 2 dan 3	84
Tabel 4.15 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test 1, 2 dan 3	85
Tabel 4.16 Uji Normalitas	87
Tabel 4.17 Interval	88
Tabel 4.18 Uji Wilcoxon	89

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Hasil Penyesuaian Diri <i>Pre-test</i> 1 per-Indikator	49
Grafik 4.2 Hasil Penyesuaian Diri <i>Pre-test</i> 2 per-Indikator	52
Grafik 4.3 Hasil Penyesuaian Diri <i>Pre-test</i> 3 per-Indikator	57
Grafik 4.4 Perbandingan Hasil <i>Pre-test</i> 1, 2 dan 3	61
Grafik 4.5 Hasil Penyesuaian Diri <i>Post-test</i> 1 per-Indikator	63
Grafik 4.6 Hasil Penyesuaian Diri <i>Post-test</i> 2 per-Indikator	66
Grafik 4.7 Hasil Penyesuaian Diri <i>Post-test</i> 3 per-Indikator	70
Grafik 4.8 Hasil Perbandingan <i>Post-test</i> 1, 2 dan 3	73
Grafik 4.9 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> 1, 2 dan 3	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian

Lampiran 2 Lembar Validasi Instrumen

Lampiran 3 Data Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Penyesuaian Diri Siswa

Lampiran 4 Rencana Pelaksanaan Layanan

Lampiran 5 Daftar Hadir Siswa

Lampiran 6 Surat Mohon Penerbitan Penelitian

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian

Lampiran 8 Surat Balasan Sekolah

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyesuaian diri sebagai suatu proses hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan tuntutan eksternal (Sunarto dan Hartono, 2002). Individu dikatakan telah dapat menyesuaikan diri ketika ia telah dapat mempertahankan keseimbangan antara tuntutan pribadi dan tuntutan lingkungan. Salah satu aspek penyesuaian diri terjadi di lingkungan sekolah yaitu dengan guru dan teman. Jika penyesuaian sosialnya baik dapat dilihat dari penerimaan terhadap otoritas guru, ketertarikan dan partisipasi dalam aktivitas-aktivitas di sekolah, bersedia menerima tanggung jawab serta menunjukkan hubungan yang akrab dengan teman, guru dan pembimbing.

Menurut Schneiders (dalam Agustiani, 2006: 146) penyesuaian diri merupakan satu proses mencakup respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Jika dikaitkan dengan penyesuaian diri siswa, maka dapat diartikan sebagai suatu proses yang dilakukannya dalam rangka pemenuhan dan keselarasan antara kebutuhan dirinya dengan tuntutan lingkungan sekolah (Fatimah, 2008)

Di lingkungan sekolah siswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik agar tidak adanya menimbulkan kecemasan yang dapat mengganggu perkembangan siswa. Sebagaimana yang dinyatakan oleh (Desmita 2009:18) “Bagi seorang anak, memasuki dunia sekolah merupakan pengalaman yang menyenangkan, namun sekaligus mendebarakan, penuh tekanan, dan bahkan bisa menyebabkan timbulnya kecemasan”, Karena itu untuk meminimalisir kecemasan dan ketegangan pada diri yang dihadapi individu perlu untuk adanya penyesuaian diri yang baik. Individu dikatakan mampu melakukan penyesuaian yang positif jika individu itu melakukan penyesuaian diri yang baik.

Penyesuaian diri yang salah dilakukan oleh individu jika ia gagal melakukan penyesuaian diri yang positif. Individu tidak selamanya mampu melakukan penyesuaian diri dengan tepat. Penyesuaian diri yang salah

ditandai dengan sikap dan tingkah laku yang serba salah, tidak teratur, emosional, sikap yang tidak realistik, dan sebagainya (Fatimah, 2006:197).

Penyesuaian diri di sekolah siswa hidup dan bergaul secara wajar dengan lingkungan sekolahnya, sehingga dapat merasa puas terhadap diri dan lingkungan. Siswa yang mengalami penyesuaian diri yang buruk, akan merasa cemas yang disertai dengan rasa bersalah, tidak puas dengan apa yang telah diperolehnya, serta mengeluh dengan apa yang dihadapinya. Sebaliknya, jika siswa tersebut berhasil dalam melakukan penyesuaian diri maka ia akan merasa aman, bahagia, memiliki sikap dan pandangan yang positif (Mariah, Neviyarni dan Jamna: 2016:73).

Menurut Sareswati, (2017:57) “Penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya”.

Penyesuaian diri secara positif Mereka tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif yang ditandai dengan hal-hal sebagai berikut: (1) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, (2) tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, (3) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, (4) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, (5) mampu dalam belajar, (6) menghargai pengalaman, (7) bersikap realistik dan objektif. Sunarto dan Hartono (2006: 224).

Penyesuaian biasanya dibagi menjadi 3 bagian yaitu penyesuaian di lingkungan keluarga, penyesuaian di lingkungan sekolah, dan penyesuaian di lingkungan masyarakat. Dalam hal ini yang penulis ambil untuk penelitian ialah penyesuaian diri di lingkungan sekolah.

Penyesuaian diri yang baik itu berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat agar bisa mengembangkan kondisi dirinya secara optimal. Secara garis besarnya penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian yaitu, (1) kematangan emosional, (2) kematangan intelektual, (3) kematangan sosial dan (4) tanggung jawab (Desmita, 2009:195).

Adapun ciri-ciri penyesuaian diri di lingkungan sekolah: (1) mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku dalam hal ini peraturan sekolah, kepala sekolah dan guru, (2) berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, (3) membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah, (4) mau menerima tanggungjawab, dan (5) membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan (Kusdiyati, Halimah, Faisaluddin, 2011:181).

Rujukan Kusdiyati, Halimah, Faisaluddin di atas menunjukkan penyesuaian diri yang positif pada siswa. Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan-tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya.

Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu-individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah seperti yang ditemukan di lapangan (1) siswa usil kepada temannya sendiri, (2) selalu membenarkan diri sendiri, (3) siswa sulit maju kedepan dengan alasan malu, (4) menunjukkan sikap menyerang kepada temannya, (5) keluar perkarangan sekolah.

Penelitian tentang penyesuaian diri telah banyak dilakukan oleh peneliti-peneliti lainnya seperti penelitian yang dilakukan oleh Norma Ni'matul Husna dan Anwar Sutoyo (2016), yaitu mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan terhadap penyesuaian diri siswa berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh, penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan rata-rata sebesar 50,16% masuk dalam kategori rendah, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan yaitu dengan rata-rata sebesar 70,12% masuk dalam kategori tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian lain seperti peneliti oleh Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina, dan Karneli, 2019 mengenai model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Penulis mengambil judul bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Siswa tidak hanya diberi pelajaran atau latihan saja dalam lembaga pendidikan, namun diberikan layanan bimbingan dan konseling sebagai penunjang proses belajar siswa, salah satu layanan yang dapat diberikan adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi maupun aktifitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Bimbingan kelompok

dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (13-20 orang), dan kelompok kelas (20-40 orang).

Sukardi dalam Syahrul, M, (2015:48) menjelaskan bahwa: “Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan”. Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi antar pribadi dengan orang lain.

Bimbingan kelompok dapat menjadi media bagi siswa yang cenderung berkelompok dengan teman sebaya sehingga memungkinkan bagi mereka mencontoh atau meniru hal-hal positif yang terjadi dalam kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya, apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik aktual yang memiliki fungsi pemahaman dan pengembangan melalui empat tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tujuan umumnya adalah membantu individu mencapai perkembangan yang optimal. Kaitan pengertian bimbingan kelompok dalam ini adalah sebagai bahan atau materi dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok, yaitu memberi penjelasan kepada anggota kelompok mengenai apa itu yang dimaksud dengan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Penelitian-penelitian lain sudah banyak menggunakan bimbingan kelompok dengan pendekatan-pendekatan lainnya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, seperti melakukan bimbingan kelompok dengan

pendekatan realitas untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Mariah, Neviyarni, dan Jamaris Efektivitas mengenai Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Konseling Realitas dalam Mengembangkan Penyesuaian Diri Siswa di Lingkungan Sekolah pada Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Tarab. Namun 2016, teknik *problem Solving* oleh Ainur Rosidah (2016), teknik permainan oleh Husna dan Sutoyo (2016) dan banyak lagi yang menggunakan bimbingan kelompok dengan pendekatan yang berbeda. Namun sangat jarang yang menggunakan pendekatan islami seperti yang penulis gunakan yaitunya pendekatan *muhasabah* yang dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019) mengenai model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*.

Pendekatan *muhasabah* ini penulis ambil untuk penelitian sebab *muhasabah* salah satu pendektan yang dapat menyadarkan seseorang dan menyentuh hati yang dikuatakn dengan pendapat (Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 294), bahwa yang dimaksud dengan *muhasabah* dalam penelitian ini adalah suatu upaya atau proses introspeksi diri dari segala sikap, perbuatan dan apa-apa yang akan diperbuat untuk mengembangkan potensi dirinya serta bertanggung jawab selalu memperbaiki dan menyempurnakan amalan-amalannya dalam kehidupan sehari-hari.

Muhasabah suatu sikap yang selalu menghitung atau menghisab layak atau tidak bertentangan dengan kehendak Allah, sehingga terhindar dari perasaan bersalah yang berlebihan, cemas, dan lain sebgainya. Dengan *muhasabah* seseorang akan mengetahui kekurangan-kekurangan dan kelebihan-kelebihan yang ada pada dirinya serta mengetahui hak Allah atau dirinya. Munculnya gangguan jiwa atau gangguan mental pada manusia disebabkan karena kosongnya hati atau jiwa dari mengenal dan mencintai Allah sehingga ketika jiwanya kering dari nilai-nilai spiritual maka akan mudah dikuasai hawa nafsu sehingga hati menjadi sakit. Sebagaimana Allah berfiman dalam surah Al-Hasr ayat 18 Allah Swt menegaskan untuk memerintahkan orang-orang yang beriman agar melakukan *muhasabah* dan

merenungi apa yang telah mereka lakukan atau berkaca dari masa lalu untuk kejayaan masa depan dan amalan untuk di akhirat.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ
 إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.*

Tujuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* yang dikuatkan oleh pendapat dari Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019:294) adalah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama meningkatkan identitas diri, penyesuaian diri, keyakinan diri, regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religious, dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan. Jadi dengan adanya pendekatan *muhasabah* siswa menjadi menyadari kelebihan dan kekurangan yang ada didalam berinteraksi dengan lingkungan sehingga kita dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan pendekatan *muhasabah* maka siswa dapat menerapkan dan mencapai perkembangan dirinya.

Layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *Muhasabah* untuk meningkatkan dan mengembangkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah. Secara umum layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *Muhasabah* bermanfaat dalam meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan sekolah. Melalui kegiatan yang dilakukan, siswa mampu memahami serta mengimplementasikan apa yang didapatkan dari kegiatan tersebut yang berkaitan dengan pengelolaan emosi, kemampuan dalam manajemen diri, kemampuan berpikir rasional, keterampilan dalam belajar, kemampuan menghargai dan belajar dari pengalaman, dan mengenal serta memahami pentingnya peraturan sekolah.

Diharapkan melalui bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* ini dapat memberikan solusi positif dalam memecahkan permasalahan yang menyangkut pada penyesuaian diri siswa. Adapun judul penelitian ini adalah “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* Terhadap Penyesuaian Diri Siswa”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang dikemukakan dalam penulisan ini adalah

1. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan identitas diri siswa?
2. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan penyesuaian diri siswa?
3. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan keyakinan diri siswa?
4. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan regulasi diri siswa?
5. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan integritas diri?
6. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan penyesuaian diri siswa?
7. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan motivasi diri siswa?
8. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan motivasi berprestasi siswa?
9. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan komitmen religious siswa?
10. Bagaimana pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap meningkatkan sikap optimis siswa?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu, **Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru.**

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah, maka dapat dirumuskan :**Adakah Pengaruh positif dan signifikan Bimbingan Kelompok Pendekatan *Muhasabah* terhadap Penyesuaian Diri siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru?**

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui **Pengaruh Bimbingan Kelompok Pendekatan *Muhasabah* terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru.**

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai pembinaan dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling dan juga sebagai informasi ilmiah tentang pengaruh bimbingan kelompok pendekatan muhasabah terhadap penyesuaian diri siswa, Luaran penelitian ini adalah laporan hasil penelitian dalam bentuk skripsi dan artikel hasil penelitian yang dimuat di jurnal ilmiah nasional.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Penyesuaian Diri

a. Pengertian penyesuaian diri

Menurut Sunarto dan Hartono (2006: 221) penyesuaian diri dapat diartikan sebagai adaptasi yaitu yang dapat mempertahankan eksistensinya, atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniyah dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial. Penyesuaian diri itu adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya (Sareswati, 2017:57).

Penyesuaian diri adalah sebagai suatu proses hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan tuntutan eksternal (Sunarto dan Hartono, 2002). Enung mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadinya hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya (Maghfur, 2018). Penyesuaian diri sangatlah penting dilakukan oleh setiap individu baik itu penyesuaian dirinya dengan lingkungan, keluarga, serta sekolah. Jadi penyesuaian diri itu ialah dimana individu mencapai proses keseimbangan dirinya dalam memenuhi kebutuhannya yang sesuai dengan lingkungannya.

Masalah penyesuaian diri yang dialami anak di sekolah pada umumnya timbul ketika anak mulai memasuki sekolah baru yaitu sekolah lanjutan pertama, di mana anak sedang memasuki masa remaja baik secara psikologis maupun fisiologis yaitu usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama terutama dalam masalah hak, dan terjadi perubahan intelektual yang mencolok, yang menumbuhkan

transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja yang memungkinkan untuk mencapai integritas dalam hubungan sosial dengan orang dewasa (Rosidah, 2016: 137).

Penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk beraksi secara efektif dan memadai terhadap realitas, situasi sosial. Penyesuaian biasanya dibagi menjadi 3 bagian yaitu penyesuaian di lingkungan keluarga, penyesuaian di lingkungan sekolah, dan penyesuaian di lingkungan masyarakat. Dalam hal ini yang penulis ambil untuk penelitian ialah penyesuaian diri di lingkungan sekolah.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri

Berakaitan dengan penyesuaian diri seseorang tidak selamanya berhasil dalam melakukan rintangan, baik itu rintangan yang terdapat dalam dirinya maupun diluar dirinya sehingga tidak berhasil dalam melakukan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang baik berarti individu dikatakan melakukan penyesuaian diri secara positif, namun sebaliknya jika penyesuaian diri yang salah berarti individu dikatakan melakukan penyesuaian diri yang negatif.

Berikut ditinjau karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang salah (Sunarto & Hartono, 2006: 224)

1) Penyesuaian diri secara positif

Mereka tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif yang ditandai dengan hal-hal sebagai berikut:

- (1) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, (2) tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, (3) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, (4) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, (5) mampu dalam belajar, (6) menghargai pengalaman, (7) bersikap realistis dan objektif.

Penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukannya dalam berbagai bentuk, antara lain:

(1) penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung, (2) penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan), (3) penyesuaian dengan *trial and error* atau coba-coba, (4) penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti), (5) penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri, (6) penyesuaian dengan belajar, (7) penyesuaian dengan inhibisi dan penendalian diri, (8) penyesuaian dengan perencanaan yang cermat.

2) Penyesuaian diri yang salah

Menurut Sunarto & Hartono (2006:227) bahwa dalam penyesuaian diri yang ditandai dengan berbagai tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian yang salah yaitu: (1) reaksi bertahan, (2) reaksi menyerang, (3) reaksi melarikan diri.

Adapun ciri-ciri penyesuaian diri di lingkungan sekolah yaitu:

(1) mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, dalam hal ini adalah peraturan sekolah, kepala sekolah dan guru tanpa disertai rasa marah dan rasa enggan. (2) berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, (3) membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah, (4) mau menerima tanggung jawab, (5) membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan. (Kusdiyati, Halimah, Faisaluddin, 2011:181) dapat diuraikan dibawah ini:

Pertama mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, ditunjukkan untuk siswa agar siswa tersebut patuh dan disiplin untuk bersedia menerima dan menghormati kebijakan dan tata tertib yang berlaku di sekolah. Dapat ditunjukkan oleh siswa dengan mematuhi peraturan tertulis yang harus dipatuhi oleh siswa yaitu: (1) hadir di sekolah sebelum bel berbunyi, (2) harus ada di sekolah selama waktu sekolah berlangsung, (3) siswa yang keluar di waktu sekolah harus seizin guru piket, (4) pakaian harus

dimasukkan ke dalam dan lain sebagainya yang menjadi peraturan di sekolah.

Kedua berminat dan berpartisipasi pada aktifitas sekolah yang ditunjukkan dengan siswa untuk mampu berpartisipasi dalam kegiatan non akademik yang mengembangkan potensi siswa. Siswa dituntut untuk memilih kegiatan ekstrakurikuler untuk menunjang kemampuan atau potensi yang dimiliki oleh masing-masing siswa berdasarkan minat yang dimiliki siswa tersebut, seperti kegiatan ekstra volley, seni music/band, teater, basket, sepak bola dan sebagainya.

Ketiga membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah yang ditunjukkan dengan siswa untuk mampu menjalin hubungan sosial yang baik dengan warga sekolah. Siswa dituntut untuk dapat menghormati dan menghargai semua warga sekolah serta berperilaku baik agar terciptanya suasana yang harmonis dalam lingkungan sekolah.

Keempat mau menerima tanggungjawab yang ditunjukkan siswa agar mampu untuk mengikuti kegiatan-kegiatan akademik secara aktif, tidak keluar sekolah ketika jam belajar mengajar berlangsung (kecuali dengan alasan tertentu), tidak membolos sekolah, melaksanakan jadwal piket yang ditentukan, dan mengumpulkan tugas dengan tepat waktu.

Kelima membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan dimana siswa ditunjukkan agar mampu dalam mengembangkan bakat, minat, dan kemampuan dibidang akademik maupun non akademik untuk ketercapaian visi dan misi sekolah. Siswa yang bersedia mengikuti perlombaan di bidang akademik maupun non akademik untuk mewakili sekolah agar dapat membawa harum nama sekolah.

Dari 5 aspek ciri-ciri penyesuaian diri di lingkungan sekolah tersebut menunjukkan tentang tanggung jawab untuk menyesuaikan diri terhadap peraturan di sekolah. Bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* digunakan dalam penelitian untuk membantu

siswa memiliki kesadaran pada tanggung jawab dirinya, jika siswa memiliki kesadaran pada tanggung jawab dirinya maka dia dapat untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada di sekolah untuk mencapai kesadaran menurut Corey (dalam Novia, 2015:13)

c. Faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri

Faktor penentu dalam penyesuaian diri yang mendukung, mempengaruhi ataupun menimbulkan efek pada proses penyesuaian diri itu sendiri. Menurut Sareswati (2017:59) bahwa Faktor – faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri; 1) kondisi jasmaniah atau kondisi – kondisi fisik, termasuk didalamnya keturunan, konstitusi, fisik, susunan saraf, kelenjar, dan system otot, kesehatan, penyakit, dan sebagainya. 2) perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional. Dalam pemahaman tentang faktor-faktor di atas bagaimana fungsinya itu dalam penyesuaian yang merupakan syarat untuk memahami proses penyesuaian diri itu sendiri sebab tumbuh penyesuaian diri itu dari hubungan-hubungan dari faktor-faktor di atas dan juga merupakan tuntutan untuk individu.

Menurut Sunarto dan Hartono (2002: 229) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut (1) kondisi-kondisi fisik, terutama didalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, penyakit, dan sebagainya. (2) perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional. (3) penentu psikologis, termasuk didalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentu diri (self-determination), frustrasi, dan konflik. (4) kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah. (5) penentu kultural, termasuk agama.

Penyesuaian diri di lingkungan sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah lingkungan rumah yaitunya pola asuh orang tua, dan lingkungan sekolah yaitunya teman sebaya. Dari pendapat para

ahli di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal.

d. Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri menurut Ali (2004: 176-177) menyatakan 3 unsur, yaitu (1) motivasi dan proses penyesuaian diri, (2) sikap terhadap realitas dan proses penyesuaian diri (3) pola dasar proses penyesuaian diri. Sunarto dan Hartono (2006:22) mengemukakan bahwa “Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan”. Penyesuaian diri merupakan proses sepanjang hayat (*life long process*), dan bagaimana terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.

Respon penyesuaian diri, baik atau buruk dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Penyesuaian adalah suatu proses kearah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan eksternal. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul konflik, tekanan, frustrasi, dan individu didorong meneliti berbagai kemungkinan perilaku untuk membebaskan diri dari ketegangan. Dalam proses penyesuaian diri individu itu akan berlangsung sepanjang hayatnya, dimana perjuangan untuk penyesuaian diri. Jika individu itu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri kalau memenuhi kebutuhan dengan cara nya yang wajar dan tidak merugikan lingkungannya dan mengganggu lingkungan.

e. Upaya-Upaya Untuk Memperlancar Proses Penyesuaian Diri

Menurut Sunarto dan Hartono (2006: 239-241) upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk memperlancar proses penyesuaian diri remaja khususnya di sekolah adalah: (1) menciptakan situasi sekolah yang

dapat menimbulkan rasa "betah" bagi anak didik, baik secara sosial, fisik maupun akademis, (2) menciptakan suasana belajar-mengajar yang menyenangkan bagi anak, (3) usaha memahami anak didik secara menyeluruh, baik prestasi, sosial, maupun seluruh aspek pribadinya, (4) menggunakan metode dan alat mengajar yang menimbulkan gairah belajar, (5) menggunakan prosedur evaluasi yang dapat memperbesar motivasi belajar, (6) ruang kelas yang memenuhi syarat-syarat kesehatan, (7) peraturan/tata tertib yang jelas dan dipahami murid-murid, (8) teladan dari para guru dari segala segi pendidikan, (9) kerja sama dan saling pengertian dari para guru dalam melaksanakan kegiatan pendidikan di sekolah, (10) pelaksanaan program bimbingan dan penyuluhan yang sebaik-baiknya, (11) situasi kepemimpinan yang penuh saling pengertian dan tanggung jawab baik pada murid maupun pada guru, (12) hubungan yang baik dan penuh pengertian antara sekolah dengan orang tua siswa dan masyarakat.

Al-Mighwar (2006: 217) menjelaskan bahwa ketika remaja mampu merespon berbagai persoalan secara matang, efisien, memuaskan dan sehat, dia dianggap telah memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik. Untuk menumbuhkembangkannya dapat diupayakan dengan cara-cara sebagai berikut: (1) menciptakan interaksi edukatif, (2) menghilangkan atau minimal menghindari perilaku negatif dihadapan remaja, dan (3) mencegah peranan yang kontradiktif dengan jenis kelamin remaja".

Dari penjelasan pendapat para ahli di atas penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa dalam upaya untuk meningkatkan penyesuaian diri yaitu dengan menimbulkan rasa nyaman, menciptakan suasana dalam belajar dengan menyenangkan, memahami peserta didik, menggunakan metode dan media yang mendukung pelajaran yang membuat peserta didik bergairah dalam proses pembelajaran dan lain sebagainya. Membuat siswa nyaman dalam proses pembelajaran penelitian ini dalam upaya untuk digunakan meningkatkan penyesuaian

diri peserta didik dengan menggunakan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *muhasabah*, yang diharapkan penulis dapat meningkatnya penyesuaian diri peserta didik.

2. Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*

a. Pengertian Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*

Layanan bimbingan kelompok bertujuan menyediakan informasi yang akurat bagi anggota kelompok untuk dapat membantu mereka dalam membuat perencanaan dan keputusan hidup yang tepat Gibson&Mitchell (dalam Prosiding seminar)

Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi maupun aktifitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (13-20 orang), dan kelompok kelas (20-40 orang).

Sukardi (2002) menjelaskan bahwa: “Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan”. Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi antar pribadi dengan orang lain.

Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu seseorang dalam suasana kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana atau terorganisir dengan tujuan agar seseorang dapat memahami dirinya,

mencegah masalah, mampu memperbaiki diri, dan menjalani perkembangan secara optimal.

Layanan bimbingan kelompok secara konseptual dinilai efektif dalam memberikan intervensi-intervensi positif kepada siswa. Karena sifat dari bimbingan kelompok itu sendiri dimulai dari yang bersifat informatif sampai pada yang sifatnya terapeutik. Seperti yang dijelaskan oleh Rusmana (dalam Rosidah, 2016:138) bahwa teknik yang dapat dilakukan dalam bimbingan kelompok meliputi pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan masalah (problem solving), permainan, karyawisata, dan sosiodrama. Dalam penelitian ini, yang menjadi fokus peneliti adalah bimbingan kelompok melalui teknik pemecahan masalah (problem solving).

Layanan dasar pada bimbingan dan konseling salah satunya ialah bimbingan kelompok dimana konselor/guru BK menggunakan layanan ini untuk meningkatkan kemampuan siswa sebagaimana fungsinya. Dimana dilatar belakangi dengan banyak hal, apakah itu pada segi kemampuan guru BK, waktu kegiatan, hingga efektifitas hasil yang dicapai dalam kegiatan. Penulis berpendapat dengan penelitian ini dapat memperoleh pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi guru tentang hasil dari layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa. Asumsinya melalui kegiatan bimbingan kelompok, siswa dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi sikap, perilaku nomatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri dan dapat menyesuaikan diri dengan baik melalui dinamika kelompok (Husnah dan Sutoyo, 2016 : 32-33)

Berdasarkan pendapat yang dipaparkan di atas bimbingan kelompok itu adalah proses pemberian bantuan kepada individu dalam bentuk kelompok membahas topik yang bersifat umum didalamnya yang mana siswa didalam kelompok saling berinteraksi mengeluarkan

pendapatnya, menanggapi, dan lain-lain yang ditujukan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki siswa agar siswa dapat berkembang secara optimal sehingga memiliki pemahaman baru, manfaat dari kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan.

Penulis menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dengan melakukan bimbingan kelompok dapat melatih siswa untuk mengembangkan potensi yang dimiliki dirinya dan dapat mengembangkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa melalui pendekatan *muhasabah* dalam dinamika kelompok.

Muhasabah bagi al-Ghazali merupakan salah satu bentuk pendidikan akhlak yang berupaya memahami keadaan diri dengan menjaga perhatian hanya kepada Allah (*muraqabah*), sehingga akhlak yang dibentuk dengan konsep *muhasabah* ini benar-benar berasal dari hati yang tulus dan bersandar pada Allah (Hasanah, 2018: 57-58). Untuk itu, ketika membahas masalah *muhasabah*, al-Ghazali menjelaskan pula beberapa faktor yang berkaitan dengan *muhasabah*, baik yang harus dilakukan sebelumnya maupun sesudahnya. Baginya, kedua konsep ini saling terkait erat, seperti sebuah proses pembelajaran dan evaluasinya, dimana setiap langkah seseorang merupakan proses belajar merasakan kehadiran Allah yang selalu membutuhkan penilaian di akhirnya.

Dalam tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa Allah memberi perintah untuk bertakwa kepada-Nya, yang meliputi mengerjakan apa yang diperintahkan-Nya dan meninggalkan apa yang dilarang-Nya. Perintah ini diikuti dengan seruan untuk melakukan *muhâsabah* terhadap diri sendiri serta mempersiapkan amal kebaikan sebelum terjadinya hari kebangkitan. Adapun perintah kepada ketakwaan yang kedua adalah sebagai pengukuhan makna. Pada akhir ayat Allah menegaskan bahwasanya Ia mengetahui seluruh tingkah laku dan kondisi hati; tidaklah membuat kabur atas-Nya hal-hal samar yang bersumber dari

makhluk; serta tidaklah lenyap dari pantauan-Nya segala urusan (Hasanah, 2018: 62).

Bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* cocok digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *muhasabah* yang memanfaatkan dinamika kelompok secara optimal dan komprehensif untuk memfasilitasi perkembangan individu dalam berbagai aspek perkembangan diri individu untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan (Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli, 2019: 290).

b. Tahapan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*

Tahapan bimbingan kelompok menurut Hartinah (dalam Wicaksono dan Naqiyah, 2013:9) terdapat empat tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Secara berurutan penulis jelaskan di bawah ini sebagai berikut:

1) Tahapan Pembentukan

Tahapan ini ada beberapa tahapan yaitunya: tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Para anggota kelompok saling memperkenalkan diri agar terjalin keakraban satu sama lain. Pemimpin kelompok atau konselor bertugas untuk memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok sehingga semua anggota kelompok memahami apa arti bimbingan kelompok, apa kegunaan bimbingan kelompok dilakukan, asas apa yang diterapkan dan bimbingan kelompok dan dalam bimbingan kelompok juga ada permainan dimana aturan permainan juga dijelaskan oleh pemimpin kelompok atau konselor.

2) Tahap Peralihan

Tahapan peralihan adalah tahap yang menjadi jembatan antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan karena setelah anggota kelompok yang merasakan kenyamanan dalam kelompoknya akan muncul sikap saling menerima antara anggota, sehingga anggota kelompok dapat memasuki kegiatan tahap ketiga yang penuh kemauan dan kesukarelaan. Adapun yang dilaksanakan dalam tahap ini yaitu: (1) menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, (2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, (3) membahas suasana yang terjadi, (4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

3) Tahap Kegiatan

Tahapan ini merupakan tahap dimana inti dari kegiatan kelompok. Tahapan kegiatan melaksanakan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok yang dipimpin oleh konselor.

4) Tahap Pengakhiran

Ada beberapa hal yang dilakukan pada tahap ini yaitu: (a) pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, (b) pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, (c) membahas kegiatan lanjutan, (d) pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera mengenai pemahaman anggota kelompok terhadap tema yang dibahas, kenyamanan anggota kelompok ketika mengikuti kegiatan bimbingan dan rencana nyata anggota kelompok dalam melaksanakan hasil bimbingan kelompok yang telah dilakukan.

Tahapan di atas ialah tahapan bimbingan kelompok yang umum untuk dilakukan, namun pada tahapan yang dilakukan dengan pendekatan muhasabah yang menggunakan tahapan yang diintegrasikan teknik tabayyun, mujadala, mau'izah dan bil hikmah. Teknik atau pendekatan muhasabah yang digunakan dalam layanan

bimbingan kelompok diuraikan sebagai berikut: (1) tabayyun, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengintrospeksi dan mengeksplorasi diri; (2) al-hikmah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya; (3) mauizah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan contoh-contoh kongkrik; dan (4) mujadalah, yaitu; mengajak klien/konseli untuk menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Ada beberapa teknik atau pendekatan muhasabah yang dapat digunakan dalam layanan bimbingan kelompok. Yusuf LN & Nurihsan (dalam Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 287). Tahapan bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah diantaranya diuraikan sebagai berikut menurut Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 291).

Tabel 2.1
Tahapan Bimbingan kelompok dengan Pendekatan Muhasabah

No	Tahap BKp-M	Tugas Pemimpin Kelompok	Tugas Anggota Kelompok
1	Tahap Pembentukan	Mengajak anggota kelompok berdo'a untuk mengawali kegiatan dengan ikhlas karena Allah. Memperkenalkan dan mendiskusikan model BKp-M dengan anggota kelompok. Mengajak anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan	Angota kelompok berdo'a untuk mengawali kegiatan dan meyakini setiap kegiatan dalam pantauan Allah SWT . Anggota kelompok menanda-tangani kontrak kegiatan dengan sukarela. Anggota kelompok saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri

		diri secara sukarela. Mendiskusikan mekanisme kegiatan BKp-M. Mengajak anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan BKp-M dengan sukarela. Mendiskusikan azas BKp-M.	secara sukarela. Anggota kelompok berkomitmen untuk mengikuti kegiatan. Anggota kelompok berkomitmen untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan BKp-M. Anggota kelompok menyampaikan azas BKp-M.
2	Tahap peralihan	Menjelaskan tujuan kegiatan BKp-M. Mendorong dibahasnya suasana perasaan yang terjadi pada diri anggota kelompok. Mengajak anggota kelompok untuk mengidentifikasi perannya masing-masing. Mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan tujuan BKp-M. Menanyakan kesiapan kelompok untuk melaksanakan tugas dan memberikan kesempatan bertanya tentang tugas yang belum dipahami. Memulai masuk ke tahap kerja/kegiatan.	Anggota kelompok memahami tujuan BKp-M. Anggota kelompok menyiapkan diri untuk mengikuti kegiatan tahap berikutnya. Anggota kelompok menjelaskan perannya masing-masing dalam kegiatan BKp-M. Anggota kelompok mendiskusikan dan menjelaskan. Tujuan BKp-M Anggota kelompok menyiapkan dirinya masing-masing untuk melaksanakan tugas secara sukarela dan bertanya tentang tugas-tugas yang belum dipahami. Anggota kelompok mengarahkan diri masuk ke tahap kerja/kegiatan.

3	Tahap kegiatan	Mengemukakan topik untuk dibahas oleh anggota kelompok. Mengajak anggota kelompok mengklasifikasi dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan topik yang dibahas. Mengajak anggota kelompok untuk menciptakan situasi yang dialogis dalam membahas topik-topik BKp-M. Mengajak anggota kelompok untuk mengemukakan contoh konkret tentang topik yang dibahas. Mengajak anggota kelompok untuk mengemukakan konsep atau strategi pemecahan masalah tentang topik yang dibahas.	Anggota kelompok membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas. Anggota kelompok mengklasifikasi dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan topik yang dibahas. Anggota kelompok berpartisipasi aktif dan menciptakan situasi dialogis dalam membahas topik-topik BKp-M. Anggota kelompok mengemukakan contoh-contoh konkret masalah yang dihadapi terkait topik yang dibahas. Anggota kelompok mengemukakan konsep atau strategi pemecahan masalah berkaitan dengan topik yang dibahas.
4	Tahap pengakhiran	Memberikan penguatan materi yang telah dikuasai. Mengajak anggota kelompok untuk merumuskan rencana tindak lanjut. Mengungkapkan bahwa kegiatan BKp-M akan berakhir.	Anggota kelompok mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas. Anggota kelompok mendiskusikan rencana tindak lanjut kegiatan. Anggota kelompok menyiapkan diri untuk mengakhiri kegiatan BKp-M.

		Menutup kegiatan secara simpatik.	Anggota kelompok mengakhiri kegiatan BKp-M.
--	--	-----------------------------------	---

c. Tujuan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*

Menurut Srinarti dalam Anwar dan Suwarjo (2012:68) bimbingan kelompok diarahkan untuk membantu individu dalam mencapai perkembangan yang optimal dalam berbagai aspeknya. Bimbingan dan konseling yang merupakan pendidikan, memiliki peran yang sangat penting untuk dapat membantu terciptanya tujuan pendidikan itu sendiri, karena guru bimbingan dan konseling yang juga merupakan salah satu pendidik memiliki peran yang sangat penting dalam mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki oleh peserta didik, sehingga peserta didik mampu memberdayakan segenap potensi yang ada pada dirinya untuk dapat menjadi pribadi yang bermanfaat

Menurut Winkel dalam Wicaksono dan Naqiyah (2013:68) tujuan bimbingan kelompok adalah supaya orang yang dilayani mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangan sendiri dan tidak hanya sekedar membebek pendapat orang lain dan mengambil sikap sendiri dan berani menanggung konsekuensinya dari tindakan yang dilakukan.

Bimbingan kelompok sebagai salah satu layanan dasar pada bimbingan dan konseling sering tidak dapat dipergunakan oleh guru BK sebagai layanan yang mampu meningkatkan kemampuan siswa sebagaimana fungsinya. Hal ini dilatarbelakangi banyak hal, baik dari segi kemampuan guru BK, waktu pelaksanaan, hingga efektivitas hasil yang ingin dicapai. Peneliti berpendapat bahwa dengan penelitian ini dapat diperoleh pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi guru tentang hasil dari layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok bertujuan menghilangkan ketegangan-ketegangan emosi yang dialami siswa, salah satu nya kecemasan saat

berkomunikasi. Dapat dikatakan layanan bimbingan kelompok dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan berkomunikasi siswa, salah satunya kecemasan berbicara dalam kelompok kecil.

Tujuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* menurut Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 289) untuk meningkatkan identitas diri (*self identity*), konsep diri (*self concept*), keyakinan diri (*self efficacy*), regulasi diri (*self regulation*), integritas diri (*self integrity*), penyesuaian diri (*self adjasment*), motivasi diri (*self motivation*), motivasi berprestasi (*acievement motivation*), komitmen religius (*religious commitment*), dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama penulis mamfokuskan pada perkembangan yang meningkatkan penyesuaian diri siswa.

d. Dalil yang menganjurkan *Muhasabah*

Al-muhasabah kepada segala amal perbuatan yang telah berlalu. Karena itu Umar r.a berkata “adakanlah *al-muhasabah* kepada dirimu sendiri, sebelum kamu diadakan orang akan *al-muhasabah* dan timbangkanlah akan dirimu itu sebelum kamu ditimbangkan orang lain”. *Muhasabah* juga disebutkan daam banyak hadist salah satu sabda Rasulullah yaitu:

Artinya : "Diriwayatkan dari Umar bin khatab, Nabi bersabda:Hisablah dirimu sebelum kamu dihisab dan hisablah dirimu sekalian (dengan amal shaleh), karena adanya sesuatu yang lebih luas dan besar dan sesuatu yang meringankan hisab di hari kiamat yaitu orang-orang yang bermuhasabah atas dirinya ketika didunia (H.R Tirmidzi).

Dalam surah Al-Hasr ayat 18 Allah Swt menegaskan untuk memerintahkan orang-orang yang beriman agar melakukan *muhasabah* dan merenungi apa yang telah mereka lakukan atau berkaca dari masa lalu untuk kejayaan masa depan dan amalan untuk di akhirat.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ
 إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.*

Dari ayat di atas dapat dipahami bahwa orang-orang yang beriman untuk ditegaskan untuk bertaqwa kepada Allah Swt dan memperhatikan perbuatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, agar selalu memperbaiki diri dan selalu berbuat kebaikan dalam kehidupannya sebagai bekal untuk kehidupan di akhirat kelak.

B. Kajian penelitian yang relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Husna dan Sutoyo (2016). Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh, pertama, penyesuaian diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan rata-rata sebesar 50,16% masuk dalam kategori rendah, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan yaitu dengan rata-rata sebesar 70,12% masuk dalam kategori tinggi. Kedua, terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan rendah menjadi tinggi. Ketiga peningkatan penyesuaian diri mencapai 19, 96%. Artinya pada penelitian ini layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada siswa.

Persamaan penelitian sebelumnya dengan peneliti ialah dengan menggunakan metode penelitian eksperimen dan tujuannya sama-sama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa yang rendah menjadi tinggi. Perbedaan dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan pendekatan yang berbeda namun dilakukan dengan layanan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa sedangkan penulis melakukan penelitian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan pendekatan *muhasabah*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Maghfur, Sya'ban, (2018). Berdasarkan hasil penelitian Seperti umumnya para remaja, kesulitan santri dalam penyesuaian diri sering dijumpai di pondok pesantren yang ditampilkan dalam berbagai perilaku seperti perilaku rendah diri, agresif, melanggar disiplin, mengisolasi diri dan sulit bekerja sama dalam kelompok, malas belajar, kabur dari pesantren, dan depresi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriana Anggraeni di SMP Islam terpadu menunjukkan sebanyak 97% santri pernah memiliki masalah atau perasaan negatif pada teman, 83% santri merasa memiliki masalah dan perasaan negatif dengan peraturan, 87% santri merasa memiliki masalah dan perasaan negatif dengan guru dan pembimbing asrama, 74% santri memiliki masalah dan perasaan negatif dengan pemegang otoritas sekolah dan pembimbing asrama, 60% santri memiliki masalah dengan akademik, 80% santri kesulitan memenuhi tugas dan tanggung jawab di sekolah, 67% santri menyatakan ingin kabur (Agustina, 2006).

Berdasarkan lingkungan santri, maka layanan bimbingan kelompok tersebut dilakukan dengan berbasis agama Islam. Bimbingan kelompok berbasis Islam yang dimaksudkan adalah bimbingan kelompok yang materinya diisi dengan konsep-konsep yang digali dari ajaran Islam agar santri bisa menyesuaikan diri dengan kehidupan di pesantren. Bimbingan kelompok berbasis Islam diharapkan memberikan kontribusi positif dalam mengeliminasi pengaruh-pengaruh negatif yang memasuki kehidupan pesantren melalui konsep Islam. Berdasarkan kajian yang telah

dipaparkan sebelumnya, peneliti bermaksud menelaah bimbingan kelompok berbasis Islam untuk meningkatkan penyesuaian diri santri tingkat awal/tahun pertama di Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Tembalang Semarang, yang hasilnya akan dijadikan landasan program bimbingan kelompok untuk mengembangkan penyesuaian diri santri.

3. Penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli tahun 2019 dengan judul “Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*”. Penelitian ini bertujuan untuk merumuskan model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* berpengaruh terhadap meningkatkan identitas diri, konsep diri, keyakinan diri, regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi berprestasi, komitmen religius dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan. Dimana penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan metode studi literature.

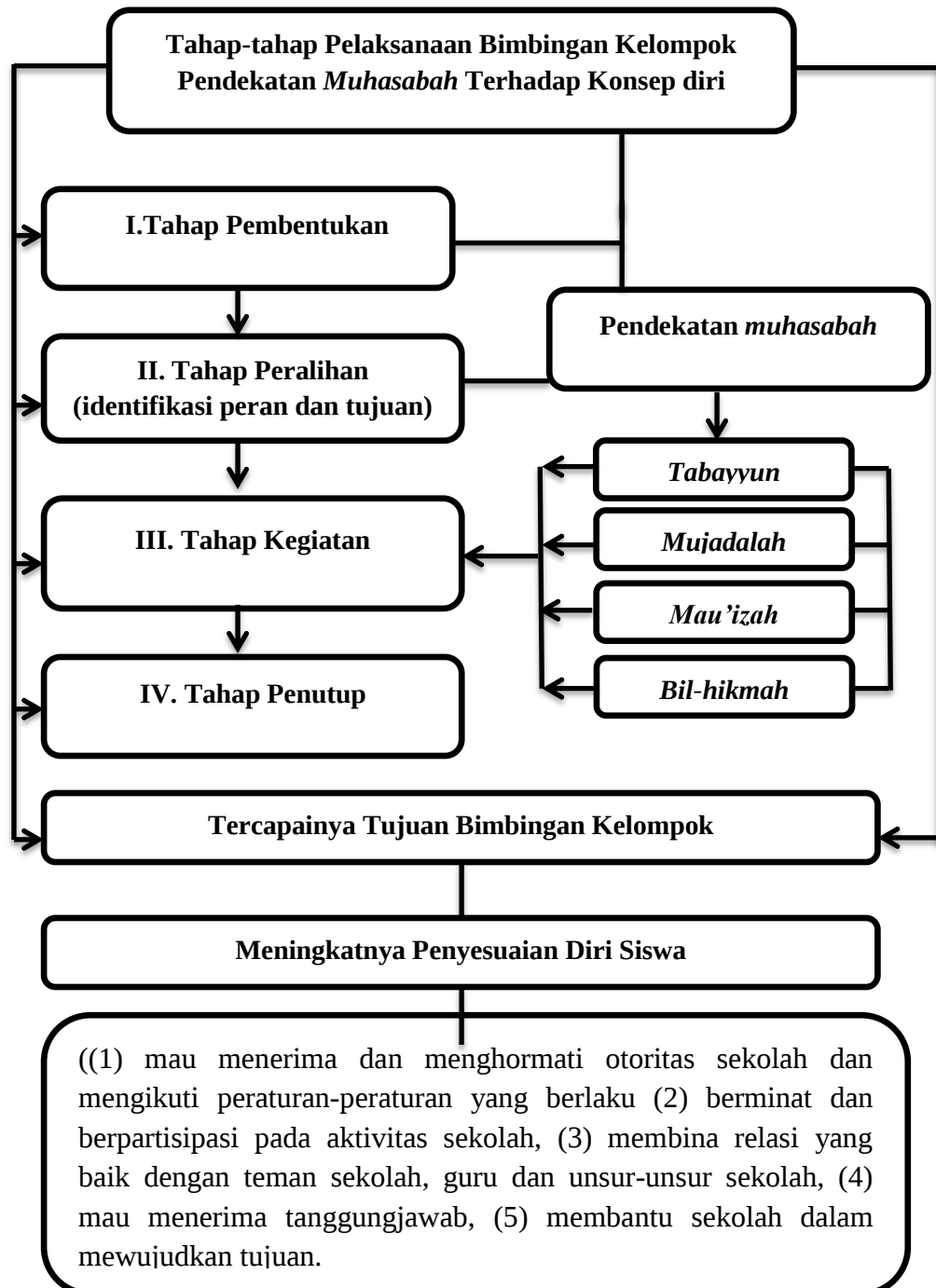
Persamaan penelitian ialah peneliti sama membahas tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, yang menjadikan perbedaan penelitian ini ialah jenis penelitaian yang akan dilakukan peneliti, lokasi dan rumusan masalah, penelitian sebelumnya menggunakan penelitian kualitatif sedangkan peneliti menggunakan penelitian dengan jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen.

C. Kerangka berpikir

Penerapan pendekatan *muhasabah* dalam proses bimbingan kelompok yang bertujuan untuk penyesuaian diri yang positif. Penerapan pendekatan ini merupakan pendekatan yang dapat menggali kesadaran seseorang yang gagal dalam penyesuaian dirinya hingga ia bebas mengembangkan gagasan-gagasannya serta memberi pengalaman langsung sehingga mampu percaya diri dan mampu memberi pengalaman yang bersifat konkret.

Gambar 2.1

Gambar kerangka berpikir penelitian



Gambar tebal di atas menjelaskan dimana kerangka berpikir peneliti melakukan peningkatan pada penyesuaian diri yang rendah dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan pendekatan *muhasabah* dengan melihat indikator yang dipaparkan di atas sehingga penulis

bisa mengukur pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru.

D. Hipotesis

Berdasarkan teori-teori dan kerangka berpikir sebagaimana telah diuraikan di atas maka berikut ini dapat dijadikan hipotesis yang dirumuskan sebagai berikut.

Penerapan metode bimbingan kelompok dapat berjalan dengan efektif dan efisien dengan menggunakan pendekatan *muhasabah* maka akan mempengaruhi penyesuaian diri yang positif terhadap siswa, sebagai berikut:

H_0 : bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* tidak berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri siswa

H_a : bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri siswa

Hipotesis menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru diterima. Dimana hipotesis statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \neq \mu_2$$

$$H_a: \mu_1 = \mu_2$$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang diterapkan (Sugiyono, 2018:72). Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen karena dalam metode penelitian ini digunakan untuk menguji hipotesis guna untuk mendapatkan hubungan yang kuualitas antara variabel-variabel yang tengah dipelajari atau mencari pengaruh variabel lainnya. Metode penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen, dimana peneliti mengadakan penelitian dan perlakuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang telah dirumuskan.

Dalam penelitian eksperimen ada perlakuan (*treatment*), dengan demikian metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2018:72). Eksperimen dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat atau pengaruh dari suatu perlakuan. Dalam penelitian eksperimen ini, perlakuan yang diberikan berupa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan tujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa.

B. Desain Penelitian

Penulis menggunakan eksperimen dengan desain *time-series* untuk penelitian tidak dapat dipilih secara random. Sebelum diberi perlakuan, kelompok diberi *pre-test* sampai tiga kali, dengan maksud untuk mengetahui kestabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberikan perlakuan. Desain penelitian ini menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak menggunakan kelompok kontrol. Bila hasil dari *pre-test* selama tiga kali

ternyata nilainya berbeda-beda, berarti kelompok tersebut keadaannya labil, tidak menentu, dan tidak konsisten. Setelah kestabilan keadaan kelompok dapat diketahui dengan jelas, maka baru diberikan *treatment*.

Hasil *pre-test* yang baik adalah $O1=O2=O3=O4=$ dan hasil perlakuan yang baik adalah $O5=O6=O7=O8$. Besarnya pengaruh perlakuan adalah $=(O5+O6+O7+O8)-(O1+O2+O3+O4)$. (Sugiyono, 2018:78).

Secara umum tahapan yang peneliti lakukan dalam melaksanakan penelitian adalah,

1. Melakukan *pre-test*, yaitu dengan memberikan *test* berupa pernyataan yang berkaitan dengan penyesuaian diri siswa, sebelum dilaksanakan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* kepada kelompok eksperimen.
2. Melakukan *treatment*, yaitu memberikan perlakuan dengan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* yang berisi tentang indikator-indikator penyesuaian diri siswa di sekolah kepada kelompok *eksperiment*. *Treatment* diberikan ada 6 kali pertemuan dengan waktu 1x40-60 menit. Pada penelitian ini peneliti melakukan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dengan materi sebagaimana yang dijelaskan di bawah ini:

Tabel 3.1

Materi layanan bimbingan kelompok topik tugas

No	Materi	Waktu
1.	Menaati Tata Tertib di Sekolah	Rabu, 16 Juni 2021
2.	Pentingnya Kegiatan Ekstrakurikuler di Sekolah	Jumat, 18 Juni 2021
3.	Mengenali Bakat	Sabtu, 19 Juni 2021
4.	Membina Hubungan yang Baik dengan Teman	Selasa 22 , Juni 2021
5.	Percaya Diri	Kamis 24 Juni 2021
6.	Pentingnya Penyesuaian Diri	Sabtu, 26 Juni 2021

a. *Treatment* pertama

Treatment pertama dilaksanakan pada hari Rabu, 16 Juni 2021 di kelas VII.1 pada pukul 11.00-11.40 WIB, dengan jumlah siswa 13

orang, penulis adalah sebagai pemimpin kelompok. Sebelum pemimpin kelompok menyediakan fasilitas yang mendukung dalam kegiatan BKp-M seperti: materi, RPL, dan absen siswa. Berikut tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* yang peneliti lakukan:

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok memulai kegiatan dengan berdo'a, melalui pemimpin kelompok memimpin untuk mengawali kegiatan dengan berdoa di dalam hati masing-masing dengan kesungguhan kepada Allah dan ikhlas karena Allah.

Setelah melakukan do'a untuk lebih terarah dan membuat anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, menjelaskan tujuan dari kegiatan yang dilakukan, dimana pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok tujuan dari pendekatan *muhasabah*, cara pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, pemimpin kelompok juga menjelaskan azas-azas kegiatan agar anggota kelompok lebih terbuka dan suka rela dalam mengikuti kegiatan, dan untuk lebih akrab dan terbuka lagi pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk perkenalan dengan menggunakan permainan rangkaian nama.

2) Tahap peralihan

Pada tahap pembentukan dibahas sekilas tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, penulis yang berperan sebagai pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Pemimpin kelompok melakukan tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok dan tanya jawab tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, agar pada

kegiatan lebih lanjut anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menanyakan kesiapan dari anggota kelompok

3) Tahap kegiatan

Pemimpin kelompok menggunakan teknik *tabayun* yaitu membawa anggota kelompok untuk mengintropeksi diri dan mengeksplorasi diri akan perlunya tata tertib sekolah, pemimpin kelompok mencoba memabawa anggota kelompok untuk membuang kebiasaan buruk anggota kelompok seperti membuang sampah sembarangan, dilakukan dari hal yang kecil dengan membiasakan membuang sampah pada tempatnya dengan mematuhi tersebut lingkungan menjadi bersih. Sedikit demi sedikit mencoba untuk membiasakan hal buruk menjadi baik. Seperti contoh siswa “AD” yang mengemukakan bahwa ia telah membuang sampah sembarangan, namun AD menyadari kesalahan yang dilakukannya. Siswa “AD” ini mengatakan ketika bahwa kesalahan yang dilakukan itu telah mencemari lingkungan tentu saja tadi pagi ia sudah berbuat dosa, apalagi ia lakukan setiap harinya tentu sudah banyak kesalahan yang dilakukannya, jadi “AD” menyadari kesalahan kecil yang dilakukannya pada pelanggaran tata tertib sekolah.

Selanjutnya pemimpin kelompok menggunakan teknik *al-hikmah* yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya, seperti siswa yang menyadari peraturan di sekolah menjadi disiplin, karena dengan mematuhi peraturan di sekolah merupakan suatu bentuk apresiasi atas hal baik yang dilakukan sehingga menjadi tenang dan bersemangat dalam melakukan hal yang baik.

Selanjutnya teknikk *mauizah* mengemukakan contoh yang konkrit, misalnya dengan mematuhi peraturan sekolah seperti tidak terlambat ke sekolah tentu sekolah akan menjadi tentram

dan damai dan orang lain tidak akan terganggu ketika datang terlambat ke sekolah. Anggota kelompok berantusias dengan mencotohkan masalah lainnya yaitu dengan menyadari akan peraturan tentu akan paham dan apa gunanya dari peraturan yang dibuat bukan untuk dilanggar tetapi peraturan yang dibuat untuk ditaati agar menjadi damai pada suatu lingkungan tersebut. Misalnya kalau tidak memakai pakaian sesuai dengan ketentuan tentu akan berbeda dengan orang lain membuat menjadi tidak nyaman dan tidak percaya diri.

Teknik yang terakhir *mujadalah* yaitu menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan bimbingan kelompok. Seperti yang dilakukan adalah dengan menyadari akan peraturan itu penting dan ditaati bukan untuk dilanggar dimulai dari hal kecil seperti membuang sampah pada tempatnya menyadari akan kebersihan dari iman, walaupun orang lain tidak melihat perilaku kita namun Allah melihat dan menyaksikan perilaku buruk yang dilakukan.

4) Tahap Pengakhiran

Setelah tahap kegiatan masuk ke dalam tahap pengakhiran, pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan materi yang telah dikuasai anggota kelompok, anggota kelompok tersebut mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas, pada tahap pengakhiran ini anggota kelompok sangat berpartisipasi dalam menyampaikan pendapat mereka masing-masing.

Pemimpin kelompok meminta untuk menyampaikan pesan dan juga kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok juga menanyakan komitmen dari anggota kelompok untuk kegiatan kedepannya. Pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* telah berakhir dan menutup kegiatan

dengan berdo'a kepada Allah dan bertemu di kegiatan selanjutnya dengan semangat yang baru lagi, pemimpin kelompok mengucapkan salam dan ucapan terimakasih telah berpartisipasi dalam kegiatan dan mengambil hikmah yang didapatkan dalam kegiatan kelompok berlangsung, dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

b. *Treatment* kedua

Treatment kedua dilaksanakan pada Jum'at, 18 Juni 2021 di kelas VII.1 pada pukul 11.00-11.40 WIB, dengan jumlah anggota 13 orang, penulis adalah yang berperan sebagai pemimpin kelompok. Penulis menyiapkan fasilitas yang mendukung untuk kegiatan BKp-M seperti, materi, RPL, dan absen siswa. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyediakan pulpen atau pensil. Berikut tahap pelaksanaan BKp-M yang peneliti lakukan:

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok memulai kegiatan bimbingan kelompok menerima siswa secara terbuka, sebelum kegiatan dimulai pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk berdo'a agar kegiatan yang dilakukan ikhlas dan meyakini setiap kegiatan dalam pantauan Allah SWT. Setelah berdoa pemimpin kelompok kembali menjelaskan bagaimana pelaksanaan BKp-M. sebelum kegiatan dilanjutkan pada tahap selanjutnya pemimpin kelompok mencoba membuat suasana kelompok tidak tegang dengan membawa permainan mengganti menyebutkan angka ganjil menjadi kata-kata dor, pada *treatment* pertama sudah saling kenal jadi antara pemimpin kelompok sudah saling mengenal satu sama lainnya.

2) Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok mencoba untuk mengulangi kembali untuk mengulas tentang BKp-M

karena pada *treatment* pertama telah menjelaskan tentang BKp-M. Setelah mengulas kembali tentang BKp-M pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk siap memasuki tahap selanjutnya, agar kegiatan dilakukan secara sukarela dan terbuka.

3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok menggunakan teknik *tabayun* yaitu, mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya yang terkait dengan pentingnya kegiatan ekstrakurikuler yang dengan anggota kelompok mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan pentingnya kegiatan ekstrakurikuler tersebut.

Contohnya siswa “Ny” mengatakan bahwa siswa ini belum menyadari akan pentingnya kegiatan ekstrakurikuler karena tidak peduli dengan kegiatan yang diadakan sekolah, siswa “Ny” menyadari bahwa orang yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler menjadi percaya diri dan terlatih dalam berbicara di depan umum seperti saat diskusi, menjadi terbiasa dan percaya diri dalam mengemukakan pendapat. Siswa “Ny” mengeksplorasi bahwa dengan menyadari kegiatan ekstrakurikuler dapat menambah wawasan keilmuan untuk memperoleh pengetahuan baru yang nantinya dapat diadopsi atau dikorelasikan dengan pengetahuan yang diperoleh dari proses belajar mengajar

Selanjutnya menggunakan teknik *al-hikmah* yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan potensi dirinya. Teknik selanjutnya yaitu *mauizah* yaitu mengemukakan contoh-contoh kongkrit. Contoh menyadari kegiatan ekstrakurikuler menunjang proses dalam belajar mengajar dan menciptakan suasana yang baik. teknik ke empat *mujadalah* yaitu mengemukakan konsep atau strategi sendiri dalam pemecahan masalahnya, contoh dalam teknik ini ialah

siswa yang aktif dalam diskusi dengan menyampaikan pendapat dan menerapkan.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran adalah tahap pengujung dalam kegiatan BKp-M dimana pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan kelompok telah selesai, anggota kelompok diminta pesan dan kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok menutup kegiatan BKp-M dengan mengucapkan salam.

c. *Treatment* ketiga

Treatment ketiga dilaksanakan pada Sabtu, 19 Juni 2021 di kelas VII.1 pada pukul 13.00- 13.40 WIB, dengan jumlah anggota 13 orang, penulis adalah yang berperan sebagai pemimpin kelompok. Penulis menyiapkan fasilitas yang mendukung untuk kegiatan BKp-M seperti, materi, RPL, dan absen siswa. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyediakan pulpen atau pensil. Berikut tahap pelaksanaan BKp-M yang peneliti lakukan:

1) Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan adalah tahap pertama dilakukan dalam kegiatan, dimana pemimpin kelompok memulai kegiatan dengan berdo'a, melalui pemimpin kelompok memimpin untuk mengawali kegiatan dengan berdoa di dalam hati masing-masing dengan kesungguhan kepada Allah dan ikhlas karena Allah.

Setelah melakukan do'a untuk lebih terarah dan membuat anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah, menjelaskan tujuan dari kegiatan yang dilakukan, dimana pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok tujuan dari pendekatan muhasabah, cara pelaksanaan bimbingan

kelompok dengan pendekatan muhasabah, pemimpin kelompok juga menjelaskan azas-azas kegiatan agar anggota kelompok lebih terbuka dan suka rela dalam mengikuti kegiatan, dan untuk lebih focus pada untuk lanjut pada tahap selanjutnya pemimpin kelompok melakukan permainan rangkaian nama seperti yang dilakukan pada treatment 1, namun diganti dengan sebutan nama buah-buahan, sehingga anggota kelompok lebih rileks dan semangat untuk melakukan tahap pada kegiatan selanjutnya

2) Tahap Peralihan

Setelah tahap pembentukan masuk pada tahapan peralihan, dimana pada tahap ini dibahas sekilas tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, penulis yang berperan sebagai pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Pemimpin kelompok melakukan tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok dan tanya jawab tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, agar pada kegiatan lebih lanjut anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menanyakan kesiapan dari anggota kelompok

3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok teknik *tabayun* yaitu mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya yang terkait dengan bagaimana cara mengenal bakat, yang dengan anggota kelompok mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya. Contohnya percaya diri dalam bakat yang dimiliki, bahwa bakat yang dimiliki sudah diberikan oleh Allah dari kecil, perlu untuk dilatih dan digali agar berguna untuk masa akan datang.

Teknik al-hikmah yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan

potensi dirinya. Contoh dengan bakat dapat mengembangkan potensi diri dan dapat membuat berkembang dalam masa akan datang. Untuk itu perlu untuk dilatih dan minat agar bakat yang dimiliki dapat berkembang dan berguna untuk akan masa datang.

Selanjutnya teknik mauizah yaitu mengemukakan contoh-contoh yang konkrit, yaitunya anggota kelompok antusias dalam memberikan contoh yang konkrit sesuai bakat. Contohnya yang dikemukakan oleh siswa bahwa bakat itu bawaan yang perlu untuk dilatih agar dapat mengembangkannya sehingga dapat berguna akan masa datang. Contohnya siswa mengemukakan bahwa ia berbakat dalam bermain catur, ia selalu melatih dan setiap perlombaan ia ikut dan siswa ini percaya diri akan bakat yang dimilikinya dapat berguna masa akan datang nanti.

Teknik terakhir mujadalah yaitu mengemukakan konsep atau strategi sendiri dalam pemecahan masalahnya. Contohnya siswa menyadari akan pentingnya bakat untuk dilatih agar percaya diri dalam bakat yang dimiliki.

4) Tahap Pengakhiran

Setelah tahap kegiatan masuk ke dalam tahap pengakhiran, pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan materi yang telah dikuasai anggota kelompok, anggota kelompok tersebut mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas, pada tahap pengakhiran ini anggota kelompok sangat berpartisipasi dalam menyampaikan pendapat mereka masing-masing.

Pemimpin kelompok meminta untuk menyampaikan pesan dan juga kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok juga menanyakan komitmen dari anggota kelompok untuk kegiatan kedepannya. Pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan

pendekatan muhasabah telah berakhir dan menutup kegiatan dengan berdo'a kepada Allah dan bertemu di kegiatan selanjutnya dengan semangat yang baru lagi, pemimpin kelompok mengucapkan salam dan ucapan terimakasih telah berpartisipasi dalam kegiatan dan mengambil hikmah yang didapatkan dalam kegiatan kelompok berlangsung, dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

d. *Treatment keempat*

Treatment keempat dilaksanakan pada 22 Juni 2021 di kelas VII.1 pada pukul 11.00-11.40 WIB, dengan jumlah anggota 13 orang, penulis adalah yang berperan sebagai pemimpin kelompok. Penulis menyiapkan fasilitas yang mendukung untuk kegiatan BKp-M seperti, materi, RPL, dan absen siswa. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyediakan pulpen atau pensil. Berikut tahap pelaksanaan BKp-M yang peneliti lakukan:

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok memulai kegiatan bimbingan kelompok menerima siswa secara terbuka, sebelum kegiatan dimulai pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk berdo'a agar kegiatan yang dilakukan ikhlas dan meyakini setiap kegiatan ikut sertakan nama Allah SWT karena yang dilakukan selalu dalam pantauan Allah SWT. Setelah berdoa pemimpin kelompok kembali menjelaskan bagaimana pelaksanaan BKp-M. sebelum kegiatan dilanjutkan pada tahap selanjutnya pemimpin kelompok mencoba membuat suasana kelompok tidak tegang dengan membawa permainan mengganti menyebutkan angka ganjil menjadi kata-kata dor, pada *treatment* pertama sudah saling kenal jadi antara pemimpin kelompok sudah saling mengenal satu sama lainnya.

2) Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok mencoba untuk mengulangi kembali untuk mengulas tentang BKp-M karena pada *treatment* pertama telah menjelaskan tentang BKp-M. Setelah mengulas kembali tentang BKp-M pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk siap memasuki tahap selanjutnya, agar kegiatan dilakukan secara sukarela dan terbuka.

3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok menggunakan teknik *tabayun* yaitu mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya yang terkait dengan membina hubungan yang baik dengan teman, yang dengan anggota kelompok mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya.

Selanjutnya teknik *al-hikmah* yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya. Dalam hal ini pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengenali potensi dirinya. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengaktualisasikan potensi dirinya dalam mengatasi masalah sesuai dengan hubungan yang baik dengan teman.

Teknik selanjutnya *mauizah* yaitu mengemukakan contoh-contoh yang konkrit dengan anggota kelompok berpartisipasi aktif dan menciptakan situasi dialogis dalam membahas tentang membina hubungan yang baik dengan teman.

Teknik *mujadalah* yaitu menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok. Anggota kelompok mencoba untuk mengemukakan contoh masalah yang dihadapi dan mengemukakan konsep atau

strategi sendiri dalam pemecahan masalahnya dan berpartisipasi aktif dalam diskusi sehingga tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran adalah tahap pengujung dalam kegiatan BKp-M dimana pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan kelompok telah selesai, anggota kelompok diminta pesan dan kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok menutup kegiatan BKp-M dengan mengucapkan salam dan berdo'a kepada Allah agar kegiatan yang dilakukan menjadi berkah untuk kehidupan kita.\

e. *Treatment kelima*

Treatment kelima dilaksanakan pada hari kamis 24 Juni 2021 di kelas VII.1 dengan jumlah 13 orang, dimana pemimpin kelompok menyediakan fasilitas yang mendukung dalam BKp-M seperti, materi, RPL, dan absen siswa. Berikut tahapan pelaksanaan BKp-M:

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok memulai kegiatan dengan pembacaan do'a, pemimpin kelompok mengawali kegiatan dan mengajak anggota kelompok untuk menyertakan nama Allah di setiap kegiatan yang dilakukan, agar kegiatan yang dilakukan ikhlas karena Allah SWT. Pada tahap kelimanya ini pemimpin kelompok tidak terlalu menjelaskan mekanisme kegiatan yang akan dilakukan.

2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin menjelaskan secara sekilas tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dengan bertanya kepada anggota kelompok tentang pemahaman nya. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk ke tahap kegiatan selanjutnya.

3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok menggunakan tekni *tabayun* yaitu mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya yang terkait dengan percaya diri, yang dengan anggota kelompok mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan percaya diri.

Selanjutnya teknik *al-hikmah* yaitu yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya yaitu anggota kelompok berpartisipasi aktif dan menciptakan situasi dialogis dalam membahas tentang percaya diri

Teknik *mauizah* yaitu mengemukakan contoh-contoh yang konkrit dengan anggota kelompok dapat memberikan contoh yang konkrit sesuai permasalahan percaya diri yang dihadapinya.

Teknik *mujadalah* yaitu menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok. Anggota kelompok mencoba untuk mengemukakan contoh masalah yang dihadapi dan mengemukakan konsep atau strategi sendiri dalam pemecahan masalahnya dan berpartisipasi aktif dalam diskusi sehingga tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok.,

4) Tahap pengakhiran

Pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan materi yang telah dikuasai anggota kelompok, anggota kelompok tersebut mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas, pada tahap pengakhiran ini anggota kelompok sangat berpartisipasi dalam menyampaikan pendapat mereka masing-masing.

Pemimpin kelompok meminta untuk menyampaikan pesan dan juga kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok juga menanyakan komitmen dari anggota kelompok untuk kegiatan kedepannya. Pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* telah berakhir dan menutup kegiatan dengan berdo'a kepada Allah dan bertemu di kegiatan selanjutnya dengan semangat yang baru lagi, pemimpin kelompok mengucapkan salam dan ucapan terimakasih telah berpartisipasi dalam kegiatan dan mengambil hikmah yang didapatkan dalam kegiatan kelompok berlangsung, dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

f. *Treatment keenam*

Treatment ketiga dilaksanakan pada Sabtu, 26 Juni 2021 di kelas VII.1 pada pukul 13.00- 13.40 WIB, dengan jumlah anggota 13 orang, penulis adalah yang berperan sebagai pemimpin kelompok. Penulis menyiapkan fasilitas yang mendukung untuk kegiatan BKp-M seperti, materi, RPL, dan absen siswa. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menyediakan pulpen atau pensil. Berikut tahap pelaksanaan BKp-M yang peneliti lakukan:

1) Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan adalah tahap pertama dilakukan dalam kegiatan, dimana pemimpin kelompok memulai kegiatan dengan berdo'a, melalui pemimpin kelompok memimpin untuk mengawali kegiatan dengan berdoa di dalam hati masing-masing dengan kesungguhan kepada Allah dan ikhlas karena Allah.

Setelah melakukan do'a untuk lebih terarah dan membuat anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan

kelompok dengan pendekatan muhasabah, menjelaskan tujuan dari kegiatan yang dilakukan, dimana pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok tujuan dari pendekatan muhasabah, cara pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah, pemimpin kelompok juga menjelaskan azas-azas kegiatan agar anggota kelompok lebih terbuka dan suka rela dalam mengikuti kegiatan, dan untuk lebih focus pada untuk lanjut pada tahap selanjutnya pemimpin kelompok melakukan permainan rangkaian nama seperti yang dilakukan pada treatment 1, namun diganti dengan sebutan nama buah-buahan, sehingga anggota kelompok lebih rileks dan semangat untuk melakukan tahap pada kegiatan selanjutnya

2) Tahap Peralihan

Setelah tahap pembentukan masuk pada tahapan peralihan, dimana pada tahap ini dibahas sekilas tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, penulis yang berperan sebagai pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Pemimpin kelompok melakukan tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok dan tanya jawab tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, agar pada kegiatan lebih lanjut anggota kelompok tidak bingung dengan kegiatan, pemimpin kelompok menanyakan kesiapan dari anggota kelompok.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan pemimpin dengan menggunakan teknik tabayun yaitu mengklasifikasikan dan mengeksplorasi kondisi dirinya yang terkait dengan pentingnya penyesuaian diri, yang dengan anggota kelompok mengklasifikasikan dan

mengesplorasi kondisi dirinya terkait dengan pentingnya penyesuaian diri.

Selanjutnya menggunakan teknik *al-hikmah* yaitu yaitu mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya, pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok berpartisipasi aktif dan menciptakan situasi dialogis dalam membahas tentang pentingnya penyesuaian diri

Teknik *mauizah* yaitu mengemukakan contoh-contoh yang konkrit dengan anggota kelompok dapat memberikan contoh yang konkrit sesuai permasalahan yang dihadapinya terkait dengan pentingnya penyesuaian diri.

Teknik *mujadalah* yaitu menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok. Anggota kelompok mencoba untuk mengemukakan contoh masalah yang dihadapi dan mengemukakan konsep atau strategi sendiri dalam pemecahan masalahnya dan berpartisipasi aktif dalam diskusi sehingga tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok.,

4) Tahap Pengakhiran

Setelah tahap kegiatan masuk ke dalam tahap pengakhiran, pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan materi yang telah dikuasai anggota kelompok, anggota kelompok tersebut mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas, pada tahap pengakhiran ini anggota kelompok sangat berpartisipasi dalam menyampaikan pendapat mereka masing-masing.

Pemimpin kelompok meminta untuk menyampaikan pesan dan juga kesan dari kegiatan yang dilakukan. Pemimpin kelompok juga menanyakan komitmen dari anggota kelompok untuk kegiatan kedepannya. Pemimpin kelompok

mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* telah berakhir dan menutup kegiatan dengan berdo'a kepada Allah dan bertemu di kegiatan selanjutnya dengan semangat yang baru lagi, pemimpin kelompok mengucapkan salam dan ucapan terimakasih telah berpartisipasi dalam kegiatan dan mengambil hikmah yang didapatkan dalam kegiatan kelompok berlangsung, dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Melakukan *post-test* dengan memberikan tes menggunakan instrument yang sama dengan tes awal kepada kelompok eksperimen. Kemudian membandingkan hasil *pre-test* dengan *post-test* pada kelompok eksperimen tersebut. Hal ini dilakukan untuk melihat apakah bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dapat meningkatnya penyesuaian diri siswa di sekolah.

C. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kenagarian Sariak Laweh, Kecamatan Akabiluru yaitunya di SMP N 1 Kecamatan Akabiluru dilaksanakan mulai Januari-Agustus 2021

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2018:80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian yang menjadi populasi peneliti ialah siswa SMP N 1 Kecamatan Akabiluru yaitu siswa kelas VII yang terdiri dari 2 kelas.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

NO	Kelas	Jumlah Siswa
1	VII.1	23 Siswa
2	VII.2	24 Siswa
Jumlah		47 Siswa

Berdasarkan tabel di atas populasi yang peneliti ambil yaitu siswa kelas VII dengan jumlah 47 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah atau kelompok kecil yang kita amati dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi atau sebagian dari populasi yang dianggap mewakili populasi karena memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang sama. Sampel yang diambil dari populasi harus representative (mewakili). Dalam penelitian ini karena besarnya populasi serta keterbatasan peneliti, maka yang menjadi sampel dalam penelitian ini 1 kelas SMP N 1 Kecamatan Akabiluru.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang disebutkan teori di atas maka penulis menentukan sampel berdasarkan pertimbangan masalah siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru pada kelas VII.1 tersebut yang mana penulis mengambil sampel sebanyak 13 orang siswa.

E. Definisi Operasional

Bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik aktual yang memiliki fungsi pemahaman dan pengembangan melalui empat tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Dalam berbagai aspek perkembangan diri yang dikuatkan pendapat Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 294), meningkatkan identitas diri, konsep diri, keyakinan diri,

regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religius, dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan menggunakan teknik *tabayyun*, *mujadalah*, *mauizah* dan *bil-hikmah*.

Bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik actual yang memiliki 4 tahapan, yaitu tahapan pembentuka, peralihan, kegiatan dimana pada tahap kegiatan diintegrasika dengan teknik *tabayyun*, *mujadalah*, *mauizah* dan *bil-hikmah* dan tahapan penutup.

Penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas, situasi dan relasi sosial, yang mana ditandai dengan ciri-ciri berikut: (1) mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku dalam hal ini peraturan sekolah, kepala sekolah dan guru, (2) berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, (3) membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah, (4) mau menerima tanggungjawab, dan (5) membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan. (Kusdiyati, Halimah, Faisaluddin, 2011:181).

Berdasarkan teori di atas penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang yang mampu untuk menyeimbangkan tuntutan dari dalam dirinya dan berinteraksi di lingkungannya untuk mencapai keharmonisan pada dirinya sendiri dan lingkungan di sekolah yang ditandai dengan ciri-ciri berikut: (1) mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku (2) berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, (3) membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah, (4) mau menerima tanggungjawab, dan (5) membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

F. Pengembangan Instrumen

Instrumen penelitian adalah sarana yang digunakan untuk menghasilkan data yang akurat dan memudahkan peneliti dalam mengolah data, instrument yang penulis gunakan ialah tipe *likert*. Instrument dalam hal ini berupa skala yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dari bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa SMP 1 Kecamatan Akabiluru.

Tahapan pengembangan instrumen skala penyesuaian diri yaitu:

1. Menentukan teori dijadikan untuk sumber dalam membuat skala penyesuaian diri,
2. selanjutnya penulis membuat defenisi konseptual penyesuaian diri siswa
3. Membuat defenisi operasional yang dirumuskan dari definisi konseptual tentang penyesuaian diri siswa.
4. Penulis membuat kisi-kisi sebagai pedoman dalam pembuatan skala penyesuaian diri. Dalam kisi-kisi tersebut terdapat beberapa hal, pertama variabel yang penulis teliti adalah penyesuaian diri. Kedua, yang menjadi sub variabel adalah penyesuaian diri positif. Ketiga, indikator-indikator dari penyesuaian diri
5. Instrumen yang telah dibuat selanjutnya dikonsultasikan dengan dosen pembimbing yaitu bapak Dr. Ardimen, M.Pd., Kons, lalu divalidasi ke pihak eksternal yaitu pihak yang relevan yang ahli di bidang psikologi. Peneliti mevalidasi dengan 3 dosen yaitunya pada bapak Dr.Irman,.S.Ag.,M.Pd seterusnya kepada ibuk Dra.Fadhilah Syafwar,.M.Pd dan terakhir kepada ibuk Rina Yulitri,M.Pd.
6. Setelah instrumen divalidasi oleh ahli psikologi, selanjutnya instrumen diperbaiki atau di revisi.

Table 3.3
Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri sebelum di validasi

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		+	-	
Penyesuaian Diri di Sekolah	1. Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	6,7,8,9	1,2,3,4,5	9
	2. Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	10,11,12,13	14,15	6
	3. Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	16,17,18,19,20,21	22,23,24,25	10
	4. Mau menerima tanggungjawab,	26,27,33	28,29,30,31,32	8
	5. Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	36,37	34,35	4
Jumlah				37

Saran-saran validator untuk instrumen yaitu peneliti menggunakan 3 orang validator bapak Dr.Irman,.S.Ag.,M.Pd seterusnya kepada ibuk Dra.Fadhilah Syafwar.,M.Pd dan terakhir kepada ibuk Rina Yulitri,M.Pd.. penulis melakukan validasi pertama pada bapak Dr. Irman,. S.Ag.,M.Pd dengan saran bahwa pada kisi-kisi ditambahkan lagi sub indikator tersebut dan untuk item pernyataan sesuaikan dengan sub indikator tersebut. Setelah itu penulis lanjutkan ke validasi ke du ayaitu ibuk Dra.Fadhilah Syafwar.,M.Pd dengan saran bahwa pada pernyataan barmakna ganda boleh dibuang salah satu pernyataan atau mengganti dengan yang lain sesuai dengan indikator contoh pada item saya terlambat ke sekolah dan pada item berikutnya yaitu saya tidak terlambat ke sekolah jadi saran ibuk diganti salah satu item atau dibuang.

Penulis membuang salah satu item tersebut dengan item 37 menjadi 36 dan pada pernyataan yang ganda lainnya penulis mengganti dengan item pernyataan lain yang sesuai dengan indikator. Pada validasi terakhir yaitu

Ibuk rina Yulitri, yaitu dengan saran pernyataan yang penggunaan suku kata yang pas contoh pada item saya berpakaian rapi saat di sekolah diganti dengan saya berpakaian rapi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di sekolah, dan pada item saya menggunakan waktu istirahat untuk melatih bakat diganti dengan saya menggunakan waktu senggang untuk ikut kegiatan ekstrakurikuler.

Table 3.4
Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri setelah di Validasi

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Nomor Item		Jumlah
			+	-	
Penyesuaian Diri di Sekolah	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	1. Siswa mematuhi peraturan tertulis di sekolah	1, 2	3, 4	8
		2. Mampu menerima realitas sekolah	5, 6	7,8	
	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	1. Mampu berpartisipasi dalam kegiatan non akademik untuk mengembangkan potensi siswa	9, 10	11, 12	4
	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	1. Mampu menjalin hubungan sosial yang baik dengan warga sekolah.	13, 14	15, 16	8
		2. Menghormati dan menghargai semua warga sekolah	17, 18	19, 20	
	Mau menerima tanggungjawab,	1. Mampu untuk mengikuti kegiatan-kegiatan akademik secara aktif	21, 22	23, 24	8
		2. Siswa mampu disiplin pada proses belajar	25, 26	27, 28	

	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	1. Mampu dalam mengembangkan bakat, minat, dan kemampuan dibidang akademik	29, 30	31, 32	8
		2. Mampu dalam mengembangkan bakat, minat, dan kemampuan non akademik	33, 34	35, 36	
		Jumlah	36		

G. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan teknik instrumen non tes dengan menggunakan alat untuk pengumpulan data yaitu skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2018:93).

Jawaban pada setiap instrumen mempunyai gradasi yaitu bentuk positif dan negatif. Peneliti memilih skala *likert* dalam penelitian ini karena peneliti ingin melihat kontrol diri siswa jawaban dari skala *likert* ini memiliki alternatif jawaban berupa “Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak pernah (TP)”. Penetapan skor diberikan pada tiap-tiap butir instrumen menggunakan skala Likert, penilaian jawaban bergerak dari nilai 1 sampai nilai 5 dengan perincian sebagai berikut:

Table 3.5
Skor Skala Likert dengan Alternatif jawaban

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Selalu (SL)	5	1
Sering (SR)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Jarang (JR)	2	4
Tidak Pernah (TP)	1	5

Jumlah item instrument penyesuaian diri siswa dalam penelitian ini sebanyak 36 item, sehingga rentang skor ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Tabel 3.6
Rentang Skor Penyesuaian diri

No	Rentang Skor	Kategori
1.	133-180	Tinggi
2.	85-132	Sedang
3.	36-84	Rendah

Keterangan:

1. Skor maksimum $5 \times 36 = 180$, skor maksimum nilai tertinggi 5, jadi 5 dikalikan dengan jumlah skala keseluruhan yang berjumlah 36 item dan hasilnya 180,
2. Skor minimum $1 \times 36 = 36$, skor minimum nilai tertinggi adalah 1, jadi $1 \times 36 = 36$,
3. Rentang $180 - 36 = 144$, rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum dikurangi dengan jumlah item skala,
4. Banyak kategori adalah 3 tingkatan yang diinterpretasi data dengan menggunakan kategori (tinggi, sedang, rendah),
5. Panjang kelas interval $144 : 3 = 48$, panjang kelas interval diperoleh dari hasil rentang dibagi dengan kebanyakan kriteria.

Intrument penyesuaian diri siswa dalam penelitian dengan 5 indikator yaitu, mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah, mau menerima tanggungjawab, dan membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

Tabel 3.7
Rentang Skor Penyesuaian Diri per-indikator

No	Rentang Skor	Kategori
1.	32-40	Tinggi
2.	20-31	Sedang
3.	8-19	Rendah

Keterangan:

1. Skor maksimum $8 \times 5 = 40$, skor maksimum nilai tertinggi 5, jadi 5 dikalikan dengan jumlah indikator yaitu 8 dan hasilnya 40
2. Skor minimum $1 \times 8 = 8$, skor minimum nilai tertinggi adalah 1, jadi 1 dikalikan dengan jumlah 8 dan hasilnya 8
3. Rentang $40 - 8 = 32$, rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum dikurangi dengan jumlah pernyataan per-indikator
4. Banyak kategori adalah 3 tingkatan yang interpretasi data dengan menggunakan kategori (tinggi, sedang, dan rendah)
5. Panjang kelas interval $32 : 3 = 11$, panjang kelas interval diperoleh dari hasil rentang dibagi dengan kebanyakan kriteria.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan suatu metode atau cara untuk mengelola sebuah data menjadi informasi sehingga karakteristik data tersebut menjadi mudah untuk mengelola sebuah data menjadi informasi sehingga karakteristik data tersebut menjadi mudah untuk dipahami dan bermanfaat untuk menemukan solusi permasalahan, terutama adalah masalah dalam penelitian. teknik analisis data ini menggunakan statistik *non-parametric*, karena data yang diuji merupakan data ordinal yang berupa data penyesuaian diri siswa, dan kemudian dianalisis menggunakan teknik uji *Wilcoxon*. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2009:45):

$$Z = \frac{T - \sigma T}{\sigma T} - \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}}$$

Keterangan:

N= Jumlah ranking bertanda kecil

T= Banyaknya pasangan yang tidak sama nilainya

Berdasarkan dari hasil hitung dikonsultasikan dengan indeks tabel *Wilcoxon*. Jika hasil analisis lebih besar dari indeks tabel *Wilcoxon*, maka bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dianggap efektif meningkatkan penyesuaian diri siswa.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskripsi Data

1. Deskripsi Data Hasil *Pre-Test*

Penelitian Eksprimen yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lain. Peneliti melakukan penelitian untuk melihat signifikan atau tidaknya pengaruh bimbingan kelompok melalui pendekatan *Muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa kelas VII.1 di SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru.

Peneliti mengawali penelitian dengan memberikan instrument *Pre-test* sebanyak 3 kali untuk melihat penyesuaian diri siswa tersebut yaitu siswa kelas VII.1 sebelum memberikan *treatment*. Peneliti menyajikan data awal yang mengungkapkan pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa.

a. *Pre-test 1*

Berdasarkan instrument yang sudah penulis sebarikan kepada 13 responden. Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki penyesuaian diri pada kategori tinggi berjumlah 3 orang, kategori sedang 4 orang dan kategori rendah berjumlah 6 orang, jumlah keseluruhan sebanyak 1.438 dengan rata-rata 110,62 berada pada kategori sedang. Berikut di bawah gambaran tabel klasifikasi:

Tabel 4.1
Persentase Hasil *Pre-test 1* Penyesuaian Diri Siswa

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	133-180	Tinggi	3	23,08%
2.	85-132	Sedang	4	30,77%
3.	36-84	Rendah	6	46,15%
Jumlah				100%
Jumlah total nilai				1.438
Rata-rata nilai				110,62

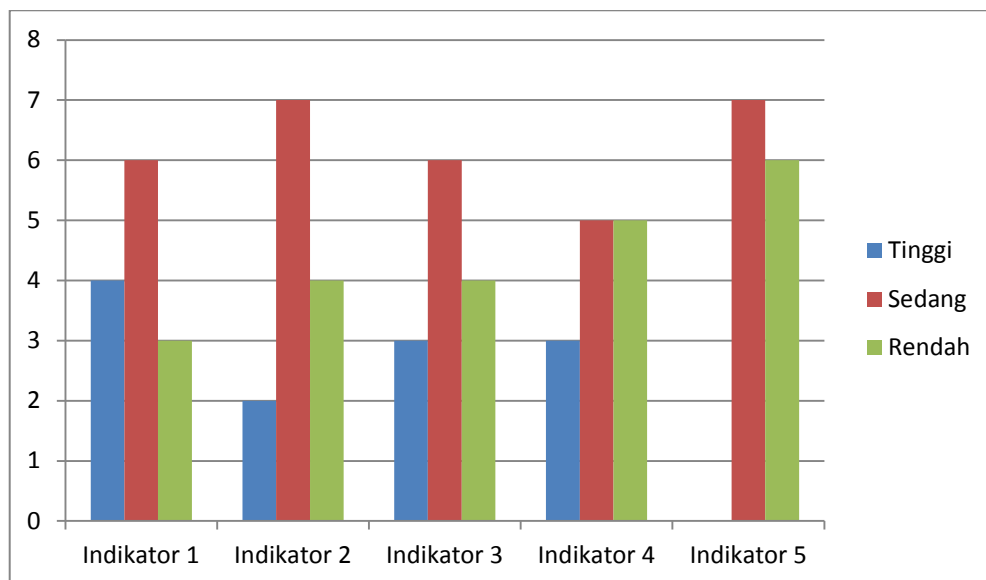
Berdasarkan tabel klasifikasi di atas dijelaskan bahwa dari 13 siswa kelas VII.1 dengan kategori tinggi ada 3 orang siswa (23,08%), kategori sedang 4 orang (30,77%) sedangkan di kategori rendah 6 orang (46,15%). Artinya sebagian besar dari penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah. Dari 13 orang tersebut diambil secara random untuk kelompok *eksperiment*. Sampel diambil yaitu ada yang kategori rendah, sedang dan tinggi, untuk setiap kategori mewakili dijadikan sampel untuk penelitian.

Adapun secara terperinci untuk melihat hasil *pre-test* 1 penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil *Pre-test* 1 Penyesuaian Diri

10	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		f	%	F	%	f	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	4	30,77	6	46,15	3	23,08
2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	2	15,38	7	53,85	4	30,77
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	3	23,08	6	26,09	4	17,39
4	Mau menerima tang ungjawab,	3	23,08	5	38,46	5	38,46
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	0	0	7	53,85	6	46,15

Grafik 4.1
Hasil *Pre-test* 1 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel di atas dapat dianalisa sebagai berikut:

1) *Pre-test* 1 Penyesuaian Diri Pada Indikator Mau Menerima Dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan Yang Berlaku

Hasil *pre-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator tersebut.

Berdasarkan tabel 4.2 tentang hasil skor *pre-test* pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari sebanyak 13 siswa. Pada kategori tinggi ada 4 orang siswa (30,77%), pada kategori sedang diperoleh 6 orang siswa (46,15%), dan pada kategori rendah diperoleh 3 orang siswa (23,07%). Gambaran skor terlihat pada lampiran.

2) *Pre-test* 1 Penyesuaian Diri Pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi Pada Aktivitas Sekolah

Hasil *pre-test* 1 yang telah dilakukan pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah.

Berdasarkan tabel 4.2 tentang hasil skor pada *pre-test* 1 terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari

masing-masing sampel penelitian dari 13 orang siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 2 orang siswa (15,38%), pada kategori sedang diperoleh 7 orang siswa (53,84%), dan pada kategori rendah diperoleh 4 orang siswa (30,77%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah.

3) *Pre-test 1* Penyesuaian Diri Pada Indikator Membina Relasi yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah

Hasil *pre-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 4.2 tentang hasil skor pada *pre-test 1* terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari 13 orang siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 orang siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 6 orang siswa (46,15%), dan pada kategori rendah diperoleh 4 orang siswa (30,77%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah terdapat pada lampiran.

4) *Pre-test 1* Penyesuaian Diri pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab

Hasil *pre-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab

Berdasarkan tabel 4.2 tentang hasil skor *pre-test 1* pada indikator mau menerima tanggungjawab dari sampel sebanyak 13 orang siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 orang siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 5 orang siswa (38,46%) dan pada kategori rendah memperoleh 5 orang siswa (38,46%).

5) *Pre-test 1* Penyesuaian Diri pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan

Hasil *pre-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan,

Berdasarkan tabel 4.2 hasil dari skor *pre-test 1* pada aspek membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, dapat dipahami bahwa skor dari sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 0 siswa (0%), pada kategori sedang diperoleh 7 siswa (53,85%) dan pada kategori rendah 6 siswa (46,15%)..

b. *Pre-test 2*

Pada *pre-test 2* diambil sampel sebanyak 13 orang, ada 13 orang siswa yang diberikan *pre-test* penyesuaian diri siswa. Dari hasil data *pre-test 2* di atas di peroleh 3 orang siswa pada kategori tinggi, 4 orang siswa pada kategori sedang dan pada kategori rendah ada 6 orang, dimana diperoleh nilai rata-rata 112,15 berada pada kategori sedang. Artinya penyesuaian diri siswa dengan menggunakan pendekatan *muhasabah* dikatakan pada kategori sedang. Berikut dapat dilihat pada tabel 4.3 klasifikasi *pre-test* kelompok *eksperiment*. Daftar rincian data terdapat dalam lampiran.

Tabel 4.3
Klasifikasi skor *Pre-test 2* Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII.1
N=13

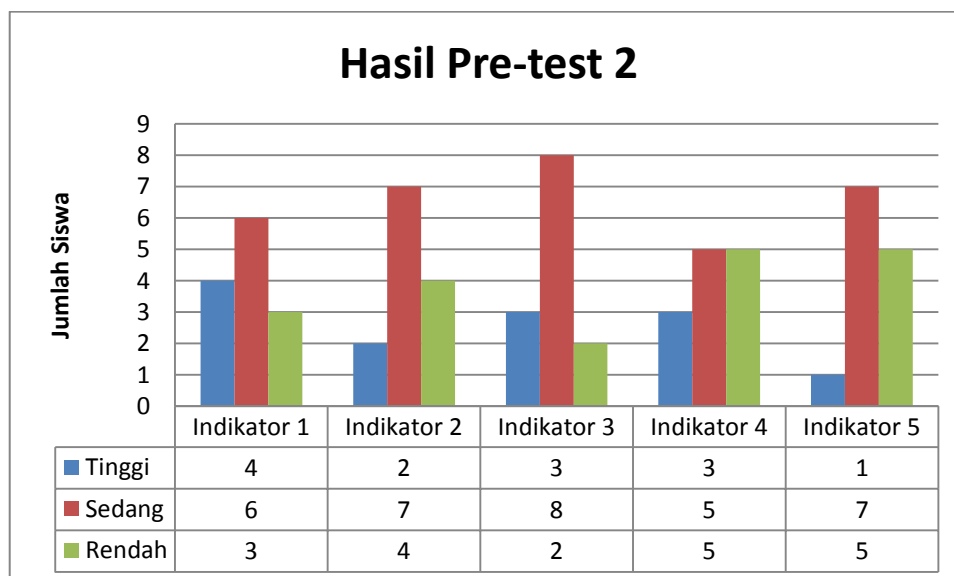
No	Interval	Kategori	Frekuensi	Peresentase
4.	133-180	Tinggi	3	23,08%
5.	85-132	Sedang	4	30,77%
6.	36-84	Rendah	6	46,15%
Jumlah				100%
Jumlah skor nilai				1.466
Rata-rata				112,77

Adapun secara terperinci untuk melihat hasil *pre-test* 2 penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.4
Hasil *Pre-test* 2 Penyesuaian Diri

No	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		f	%	F	%	f	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	4	30,77	6	46,15	3	23,08
2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	2	15,38	7	53,85	4	30,77
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	3	23,08	8	61,54	2	15,38
4	Mau menerima tang ungjawab,	3	23,08	5	38,46	5	38,46
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	1	17,39	7	56,52	5	26,09

Grafik 4.2
Hasil *Pre-test* 2 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat digambarkan sebagai berikut:

1) *Pre-test 2* Penyesuaian Diri Pada Indikator Mau Menerima dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan yang Berlaku

Hasil *pre-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator tersebut.

Berdasarkan tabel 4.4 tentang hasil skor *pre-test* pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari sebanyak 13 siswa. Pada kategori tinggi ada 4 orang siswa (30,77%), pada kategori sedang diperoleh 6 orang siswa (46,15%), dan pada kategori rendah diperoleh 3 orang siswa (23,15%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri pada indikator tersebut, siswa sebanyak 13 siswa sebagai sampel penelitian, secara keseluruhan diperoleh skor sebanyak 353 dengan rata-rata 27, 15 dengan kategori sedang.

2) *Pre-test 2* Penyesuaian Diri pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi pada Aktivitas Sekolah

Hasil *pre-test 2* yang telah dilakukan pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah.

Berdasarkan tabel 4.4 tentang hasil skor pada *pre-test 2* terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 2 siswa (15,38%), pada kategori sedang diperoleh 7 siswa (53,85%), dan pada kategori rendah diperoleh 4 orang siswa (30,77%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, 13 siswa sebagai sampel penelitian diperoleh 159 dengan rata-rata 12,23 pada kategori rendah.

3) *Pre-test 2* Penyesuaian Diri pada Indikator Membina Relasi yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah

Hasil *pre-test 2* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 4.4 tentang hasil skor pada *pre-test 1* terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 8 siswa (61,54%), dan pada kategori rendah diperoleh 2 orang siswa (15,38%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, 13 siswa sebagai sampel penelitian diperoleh 340 dengan rata-rata 26,15 pada kategori sedang.

4) *Pre-test 2* Penyesuaian Diri pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab

Hasil *pre-test 2* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab

Berdasarkan tabel 4.4 tentang hasil skor *pre-test 2* pada indikator mau menerima tanggungjawab dari sampel sebanyak 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 5 siswa (38,46%) dan pada kategori rendah memperoleh 5 orang siswa (38,46%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab, siswa sebanyak 13 orang sampel penelitian, secara keseluruhan diperoleh jumlah 305 dengan rata-rata 23,46 pada kategori sedang.

5) *Pre-test 2* Penyesuaian Diri pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan

Hasil *pre-test 2* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan,

Berdasarkan tabel 4.4 hasil dari skor *pre-test 2* pada aspek membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, dapat dipahami bahwa skor dari sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 1 siswa (7,69%), pada kategori sedang diperoleh 7 siswa (53,85%) dan pada kategori rendah 5 siswa (34,46%). Gambaran hasil dari skor penyesuaian diri pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, sampel sebanyak 13 siswa yang diperoleh nilai 305 dengan rata-rata 23,46 pada kategori sedang.

c. *Pre-test 3*

Berdasarkan *pre-test 3* yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pada data *pre-test 3* penyesuaian diri siswa masih berada pada kategori sedang, dimana pada kategori tinggi ada 3 orang (23,08%), 4 orang berada pada kategori sedang (30,77%) dan kategori rendah ada 6 orang (46,15%). Dapat dipahami bahwa pada kelompok *eksperiment* persentase penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah. Perolehan skor dan klasifikasi di atas menggambarkan penyesuaian diri siswa yang perlu untuk dirubah kearah lebih baik.

Tabel 4.5
Klasifikasi Skor *Pre-Test 3* Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII.1
N=13

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Peresentase
1.	133-180	Tinggi	3	23,08%
2.	85-132	Sedang	4	30,77%
3.	36-84	Rendah	6	46,15%
Jumlah				100%

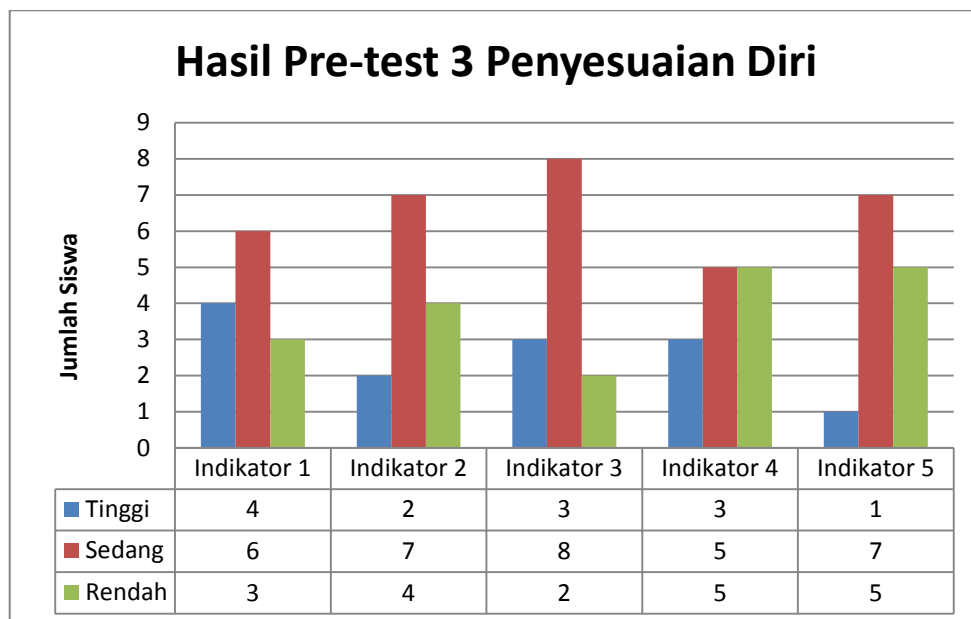
Berdasarkan tabel 4.5 secara klasifikasi dilihat masih sama dengan hasil *pre-test* 2 yaitu dari hasil *pre-test* 3 penyesuaian diri siswa masih berada pada kategori sedang, dimana pada kategori tinggi ada 3 orang (23,08%), 4 orang berada pada kategori sedang (30,77%) dan kategori rendah ada 6 orang (46,15%). Daftar rincian terdapat dalam lampiran.

Adapun secara terperinci untuk melihat hasil *pre-test* 3 penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.6
Hasil *Pre-test* 3 Penyesuaian Diri

No	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		F	%	f	%	f	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	4	30,77	6	46,15	3	23,08
2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	2	15,38	7	53,85	4	30,77
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	3	23,08	8	61,54	2	15,38
4	Mau menerima tang ungjawab,	3	23,08	5	38,46	5	38,46
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	1	17,39	7	56,52	5	26,09

Grafik 4.3
Hasil *Pre-test* 3 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat digambarkan sebagai berikut:

1) *Pre-test* 3 Penyesuaian Diri Pada Indikator Mau Menerima dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan yang Berlaku

Hasil *pre-test* 3 yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator tersebut.

Berdasarkan tabel 4.6 tentang hasil skor *pre-test* 3 pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari sebanyak 13 siswa. Pada kategori tinggi ada 4 orang siswa (30,77%), pada kategori sedang diperoleh 6 orang siswa (46,15%%), dan pada kategori rendah diperoleh 3 orang siswa (23,15%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri pada indikator tersebut, siswa sebanyak 13 siswa sebagai sampel penelitian, secara keseluruhan diperoleh skor sebanyak 353 dengan rata-rata 27, 15 dengan kategori sedang.

2) *Pre-test* 3 Penyesuaian Diri Pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi pada Aktivitas Sekolah

Hasil *pre-test* 3 yang telah dilakukan pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah.

Berdasarkan tabel 4.6 tentang hasil skor pada *pre-test* 2 terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 2 siswa (15,38%), pada kategori sedang diperoleh 7 siswa (53,85%), dan pada kategori rendah diperoleh 4 orang siswa (30,77%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, 13 siswa sebagai sampel penelitian diperoleh 159 dengan rata-rata 12,23 pada kategori rendah.

3) *Pre-test* 3 Penyesuaian Diri pada Indikator Membina Relasi yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah

Hasil *pre-test* 3 yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 4.6 tentang hasil skor pada *pre-test* 1 terdapat pada indikator tersebut, dapat dipahami bahwa skor dari masing-masing sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 8 siswa (61,54%), dan pada kategori rendah diperoleh 2 orang siswa (15,38%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, 13 siswa sebagai sampel penelitian diperoleh 339 dengan rata-rata 26,08 pada kategori sedang.

4) *Pre-test 3 Penyesuaian Diri pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab*

Hasil *pre-test 3* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab

Berdasarkan tabel 4.6 tentang hasil skor *pre-test 3* pada indikator mau menerima tanggungjawab dari sampel sebanyak 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 3 siswa (23,08%), pada kategori sedang diperoleh 5 siswa (38,46%) dan pada kategori rendah memperoleh 5 orang siswa (38,46%). Gambaran hasil skor penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab, siswa sebanyak 13 orang sampel penelitian, secara keseluruhan diperoleh jumlah 306 dengan rata-rata 23,54 pada kategori sedang.

5) *Pre-test 3 Penyesuaian Diri pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan*

Hasil *pre-test 3* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

Berdasarkan tabel 4.6 hasil dari skor *pre-test 3* pada aspek membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, dapat dipahami bahwa skor dari sampel penelitian dari 13 siswa. Pada kategori tinggi diperoleh 1 siswa (7,69%), pada kategori sedang diperoleh 7 siswa (53,85%) dan pada kategori rendah 5 siswa (34,46%). Gambaran hasil dari skor penyesuaian diri pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, sampel sebanyak 13 siswa yang diperoleh nilai 309 dengan rata-rata 23,77 pada kategori sedang.

Dapat disimpulkan dari hasil 3 *pre-test* yang dilakukan mengalami kenaikan skor namun secara klasifikasi skor tersebut tetap pada kategori sedang yaitu dengan 3 orang pada kategori tinggi, 4 orang pada kategori sedang dan pada kategori rendah ada 6 orang dengan persentase tertinggi. Dari perolehan skor dari 3 *pre-test* di atas menggambarkan penyesuaian diri siswa masih pada kategori rendah.

2. Perbandingan Hasil *Pre-test* 1,2 dan 3

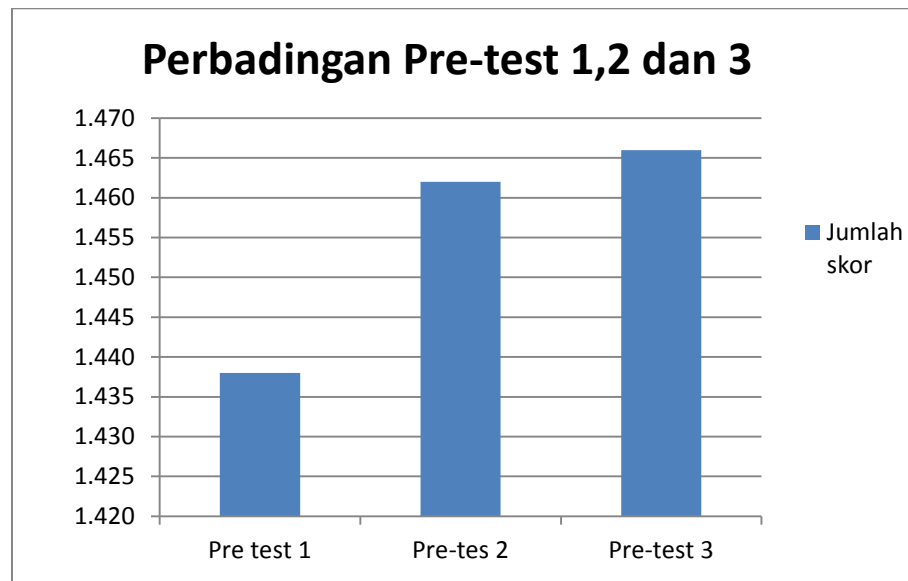
Berdasarkan penjelasan di atas dan disajikan dalam bentuk grafik bahwa skor hasil *pre-test* mengalami kenaikan namun tidak signifikan. Dari *pre-test* yang dilakukan sebanyak 3 kali dan *post-test* 3 kali berikut uraian dibawah ini untuk melihat perbandingannya. Skor *pre-test* 1 diperoleh sebanyak 1.438 pada sampel sebanyak 13 orang dengan rata-rata 110,62 pada kategori sedang. Setelah melakukan *pre-test* 1 dilakukanlah *pre-test* 2 dengan sampel sebanyak 13 orang siswa, skor yang diperoleh 1.462 dengan rata-rata 112,46 berada pada kategori sedang. *pre-test* 3 yang diperoleh skor sebanyak 1.466 dengan rata-rata 112,77 berada pada kategori sedang. Analisis dari *pre-test* yang dilakukan sesuai dengan data yang dijeaskan bahwa pada data mengalami kenaikan setiap *pre-test* test yang dilakukan mengalami kenaikan skor dari *pre-test* 1 sebanyak 24 point dan pada *pre-test* 2 ke 3 mengalami kenaikan sebanyak 4 point. Gambaran pada grafik menurut Sugiyono, kondisi yang peneliti temui berada pada grafik C mengalami *pre-test* meningkat.

Tabel 4.7

Perbandingan *Pre-test* 1, 2 dan 3 Penyesuaian diri siswa

No	Inisal	Skor			Kategori
		<i>Pre-test 1</i>	<i>Pre-test 2</i>	<i>Pre-test 3</i>	
1.	AD	83	84	84	Rendah
2.	AAD	125	128	130	Sedang
3.	AR	84	84	84	Rendah
4.	FA	83	84	84	Rendah
5.	NY	127	129	131	Sedang
6.	I	81	83	84	Rendah
7.	Y	129	131	131	Sedang
8.	AF	150	152	154	Tinggi
9.	FD	129	130	130	Sedang
10.	LAF	80	82	82	Rendah
11.	NB	146	148	149	Tinggi
12.	RD	142	142	142	Tinggi
13.	WA	79	81	82	Rendah
Jumlah		1.438	1.462	1.466	Sedang
Rata-rata		110,62	112,46	112,77	

Grafik 4.4
Perbandingan Hasil *Pre-test* 1,2 dan 3



3. Deskripsi Data Hasil Post-Test

Setelah diberikan *treatment*, selanjutnya penulis memberikan skala penyesuaian diri siswa kepada siswa yang telah diberikan *treatment* yaitu *post-test* yang dilakukan sebanyak 3 kali, guna untuk melihat hasil penyesuaian diri siswa setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* sehingga dapat terlihat perubahan pada masing-masing siswa. Peneliti memberikan *post-test* sebanyak tiga kali berikut uraiannya:

a. *Post-test* 1

Berdasarkan *post-test* 1 dapat dijelaskan bahwa dari 13 orang siswa setelah diberikan *post-test* 1 penyesuaian diri siswa di peroleh jumlah 1.719 dengan nilai rata-rata 132,23 berada pada kategori tinggi. Artinya penyesuaian diri siswa sedang setelah diberikan *post-test*.

Klasifikasi dari skor penyesuaian diri pada kelas VII.1 yang disajikan dalam tabel hasil *post-test treatment* sebagai berikut:

Tabel 4.8
Klasifikasi Skor *Post-Test 1* Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII.1
N=13

No	Rentang skor	Kategori	Frekuensi	Peresentase
1.	133-180	Tinggi	7	53,85%
2.	85-132	Sedang	6	46,15%
3.	36-84	Rendah	0	0%
Jumlah				100%
Jumlah skor keseluruhan				1.719
Rata-rata				132,23

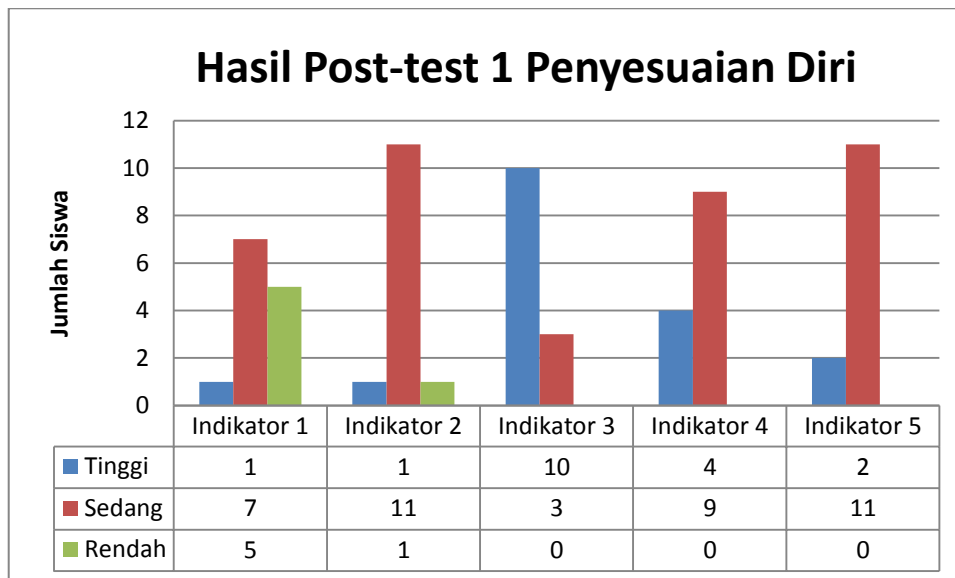
Berdasarkan tabel di atas ada 7 orang siswa berada pada kategori tinggi (53,85%), pada kategori sedang ada 6 orang siswa (46,15%) dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Artinya sebagian besar penyesuaian diri siswa berada pada kategori dan sebagian besar pada tinggi.

post-test 1 penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.9
Hasil *Post-test 1* Penyesuaian Diri

No	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		f	%	F	%	F	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	1	7,69	7	53,85	5	38,46
2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	1	7,69	11	84,62	1	7,69
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	10	76,92	3	23,08	0	0
4	Mau menerima tang ungjawab,	4	30,77	9	69,23	0	0
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	2	15,38	11	84,62	0	0%

Grafik 4.5
Hasil *Post-test* 1 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) *Post-test* 1 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Mau Menerima dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan yang Berlaku

Hasil *post-test* 1 yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator. Berdasarkan tabel 4.9 tentang hasil skor *post-test* 1 pada indikator mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, dapat dipahami skor masing-masing dari sampel penelitian 13 orang. Pada kategori tinggi diperoleh 1 orang (7,69%), pada kategori sedang 7 (58,85%), dan pada kategori rendah 5 orang (38,46). Secara keseluruhannya diperoleh jumlah skor 424 dengan rata-rata 32,62 pada kategori tinggi.

2) *Post-test* 1 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi pada Aktivitas Sekolah

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Berdasarkan tabel 4.9 tentang hasil skor *post-test* pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 167 pada rata-rata 12,85 termasuk pada kategori rendah. Tabel di atas pada kategori tinggi diperoleh 1 orang (7,69%), pada kategori sedang diperoleh 11 orang (84,62%) dan pada kategori rendah diperoleh 1 orang (7,69%).

3) *Post-test* 1 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membina Relasi yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 4.9 tentang hasil skor *post-test* pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 420 pada rata-rata 32,31 termasuk pada kategori tinggi. Tabel 4.9 pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%).

4) *Post-test* 1 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab.

Berdasarkan tabel 4.9 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami bahwa pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa dengan jumlah skor 363 pada rata-rata 27,92 termasuk pada kategori tinggi.

5) *Post-test 1* Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan

Berdasarkan tabel 4.9 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami, pada kategori tinggi diperoleh 2 orang (15,38%), pada kategori sedang diperoleh 11 orang (84,62%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa dengan jumlah skor 345 pada rata-rata 26,54 termasuk pada kategori tinggi.

b. *Post-test 2*

Berdasarkan *post-test 2* dapat dijelaskan bahwa dari 13 orang siswa setelah diberikan *post-test 1* penyesuaian diri siswa di peroleh jumlah 1.719 dengan nilai rata-rata 132,23 berada pada kategori tinggi. Artinya penyesuaian diri siswa sedang setelah diberikan *post-test*.

Klasifikasi dari skor penyesuaian diri pada kelas VII.1 yang disajikan dalam tabel hasil *post-test treatment* sebagai berikut

Tabel 4.10
Klasifikasi Skor *Post-Test 2* Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII.1
N=13

No	Rentang skor	Kategori	Frekuensi	Peresentase
1.	133-180	Tinggi	7	53,85%
2.	85-132	Sedang	6	46,15%
3.	36-84	Rendah	0	0%
Jumlah				100%
Jumlah skor				1.791
Rata-rata				137,77

Berdasarkan tabel di atas ada 7 orang siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 53,85%, pada kategori sedang ada 6 orang siswa

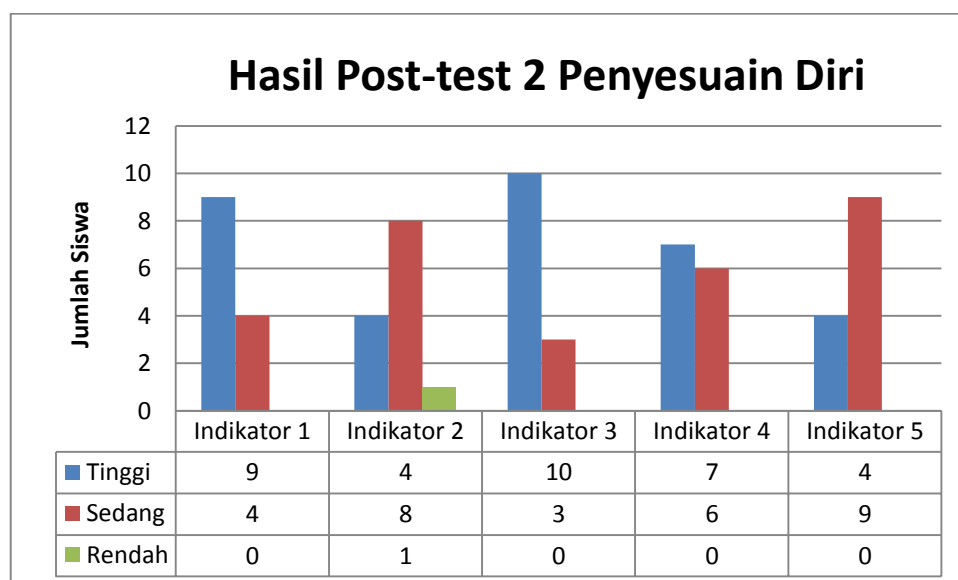
pada persentase 46,15% dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Artinya sebagian besar penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang dan sebagian besar pada tinggi.

Adapun secara terperinci untuk melihat hasil *post-test* 2 penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.11
Hasil *Post-test* 2 Penyesuaian Diri

No	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		f	%	f	%	f	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	9	69,23	4	30,77	0	0
2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	4	30,77	8	61,54	1	7,69
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	10	76,92	3	23,08	0	0
4	Mau menerima tanggungjawab,	7	53,85	6	46,15	0	0
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	4	30,77	9	68,23	0	0

Grafik 4.6
Hasil *Post-test* 2 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) *Post-test 2* Penyesuaian Diri Siswa Pada Indikator Mau Menerima dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan yang Berlaku

Hasil *post-test 1* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator dapat dilihat dari tabel berikut:

Berdasarkan tabel 5.1 tentang hasil skor *post-test 2* pada indikator mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, dapat dipahami skor masing-masing dari sampel penelitian 13 orang. Pada kategori tinggi diperoleh 9 orang (69,23%), pada kategori sedang 4 (30,77%), dan pada kategori rendah 0 orang (0%). Secara keseluruhannya diperoleh jumlah skor 436 dengan rata-rata 33,54 pada kategori tinggi.

2) *Post-test 2* Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi pada Aktivitas Sekolah

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah dapat dilihat pada tabel di bawah ini,

Berdasarkan tabel 5.1 tentang hasil skor *post-test* pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 181 pada rata-rata 13,92 termasuk pada kategori rendah. Tabel di atas pada kategori tinggi diperoleh 4 orang (30,77%), pada kategori sedang diperoleh 8 orang (61,54%) dan pada kategori rendah diperoleh 1 orang (7,69%).

3) *Post-test 2* Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membina Relasi yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 5.1 tentang hasil skor *post-test* pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 434 pada rata-rata 33,35 termasuk pada kategori tinggi. Tabel 5.1 pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%).

4) *Post-test* 2 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab.

Berdasarkan tabel 5.1 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami. Tabel 5.1 pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa dengan jumlah skor 383 pada rata-rata 29,46 termasuk pada kategori sedang.

5) *Post-test* 2 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.

Berdasarkan tabel 5.1 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami pada kategori tinggi diperoleh 4 orang (30,77%), pada kategori sedang diperoleh 9 orang (69,23%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa dengan jumlah skor 357 pada rata-rata 27,46 termasuk pada kategori tinggi

c. *Post-test 3*

Berdasarkan skor yang diperoleh dari *post-test 3* memperoleh kenaikan jumlah dari *post-test* sebelumnya yaitunya, 1.918 dengan rata-rata 147,54 dengan kategori tinggi. Lebih jelasnya untuk melihat klasifikasi dari skor hasil *post-test 3* ada di bawah ini:

Tabel 4.12

Klasifikasi Skor *Post-Test 3* Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII.1

N=13

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Peresentase
1.	133-180	Tinggi	7	53,85%
2.	85-132	Sedang	6	46,15%
3.	36-84	Rendah	0	0%
Jumlah				100%
Jumlah skor				1.917
Rata-rata				147,46

Berdasarkan tabel frekuensi di atas ada 7 orang siswa berada pada kategori tinggi (53,85%), pada kategori sedang ada 6 orang siswa (46,15%) dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Artinya sebagian besar penyesuaian diri siswa berada pada kategori dan sebagian besar pada tinggi.

Adapun secara terperinci untuk melihat hasil *post-test 3* penyesuaian diri siswa dari masing-masing indikator sebagai berikut:

Tabel 4.13

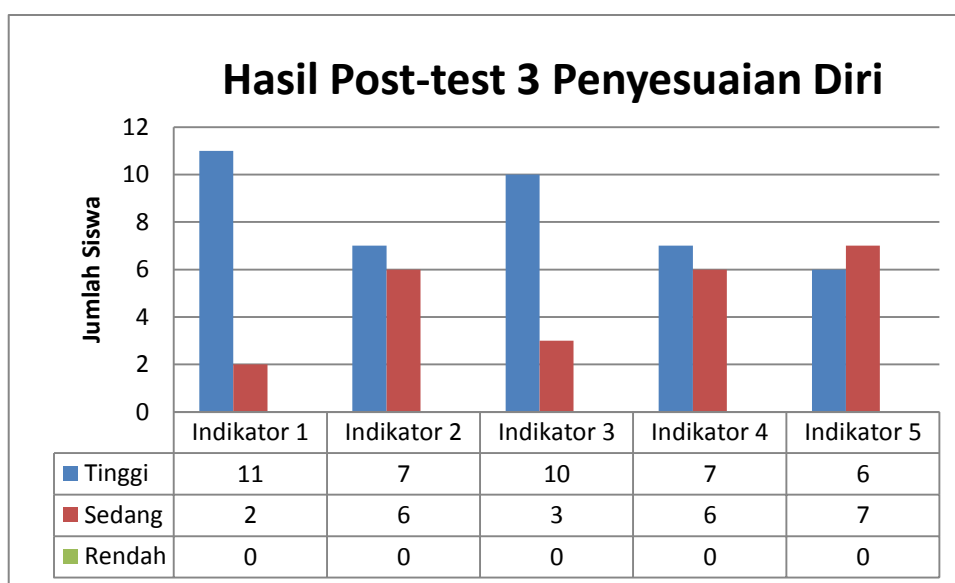
Hasil *Post-test 3* Penyesuaian Diri

No	Indikator	Interval					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		f	%	f	%	f	%
1	Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku,	11	84,62	2	15,38	0	0

2	Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah,	7	53,85	6	46,15	0	0
3	Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah,	10	76,92	3	23,08	0	0
4	Mau menerima tanggungjawab,	7	53,85	6	46,15	0	0
5	Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.	6	46,15	7	53,85	0	0

Grafik 4.7

Hasil *Post-test* 3 Penyesuaian Diri



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) *Post-test* 3 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Mau Menerima dan Menghormati Otoritas Sekolah dengan Mengikuti Peraturan-Peraturan yang Berlaku

Hasil *post-test* 3 yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator.

Berdasarkan tabel 5.3 tentang hasil skor *post-test* 3 pada indikator mau menerima dan menghormati otoritas sekolah dengan mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku, dapat dipahami skor masing-masing dari sampel penelitian 13 orang. Pada kategori tinggi diperoleh 11 orang (84,62%), pada kategori sedang 2 (15,%), dan pada kategori rendah 0 orang (0%). Secara keseluruhannya diperoleh jumlah skor 453 dengan rata-rata 34,85 pada kategori tinggi.

2) *Post-test 3 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Berminat dan Berpartisipasi pada Aktivitas Sekolah*

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah. Berdasarkan tabel 5.3 tentang hasil skor *post-test* pada indikator berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 205 pada rata-rata 15,77 termasuk pada kategori rendah. Tabel di atas pada kategori tinggi diperoleh 7 orang (53,85%), pada kategori sedang diperoleh 6 orang (46,15%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%).

3) *Post-test 3 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membina Relasi Yang Baik dengan Teman Sekolah, Guru dan Unsur-Unsur Sekolah*

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah.

Berdasarkan tabel 5.3 tentang hasil skor *post-test* pada indikator membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah dapat dipahami bahwa dengan jumlah skor 439 pada rata-rata 33,77 termasuk pada kategori tinggi. Tabel di atas pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%).

4) *Post-test 3 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Mau Menerima Tanggungjawab*

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator mau menerima tanggungjawab.

Berdasarkan tabel 5.3 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami pada kategori tinggi diperoleh 10 orang (76,92%), pada kategori sedang diperoleh 3 orang (23,08%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa

dengan jumlah skor 419 pada rata-rata 32,23 termasuk pada kategori tinggi.

5) *Post-test* 3 Penyesuaian Diri Siswa pada Indikator Membantu Sekolah dalam Mewujudkan Tujuan

Hasil *post-test* yang telah diberikan berkaitan dengan penyesuaian diri siswa pada indikator membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan

Berdasarkan tabel 5.3 tentang hasil skor *post-test* pada indikator mau menerima tanggungjawab dapat dipahami pada kategori tinggi diperoleh 6 orang (46,15%), pada kategori sedang diperoleh 7 orang (53,85%) dan pada kategori rendah diperoleh 0 orang (0%). Bahwa dengan jumlah skor 402 pada rata-rata 30,92 termasuk pada kategori sedang

Peneliti melakukan *post-test* 3 kali dilihat dari hasil dari olahan tersebut siswa mengalami kenaikan skor setiap *post-test* yang dilakukan dan hasil dari penelitian tersebut mengalami kenaikan dengan kategori tinggi.

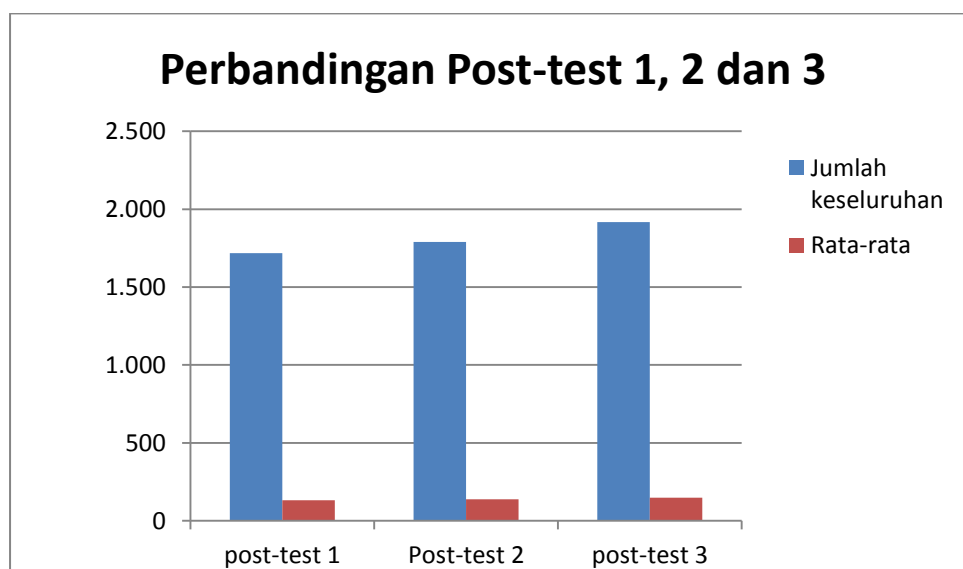
4. Perbandingan Hasil *Post-test* 1, 2 dan 3

Dari hasil tersebut mengalami kenaikan skor. Setelah dilakukan *treatment* dengan memberikan materi terkait tentang penyesuaian diri siswa, dilakukan *post-test* sebanyak 3 kali. Dimana pada *post-test* 1 diperoleh skor sebanyak 1.719 dengan rata-rata 132,23 dengan kategori sedang. Selanjutnya pada *post-test* 2 diperoleh skor sebanyak 1.791 dengan rata-rata 137,77 pada kategori tinggi, terakhir *post-test* 3 dilakukan memperoleh skor sebanyak 1.918 dengan rata-rata 147,54 berada pada kategori tinggi. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan di atas menjelaskan bahwa memperoleh kenaikan skor. Artinya pada perbandingan memiliki kenaikan skor. Berikut dapat disajikan dalam grafik perbandingan *pre-test* dan *post-test*:

Tabel 4.14
Perbandingan *Pre-test* 1, 2 dan 3 Penyesuaian diri siswa

No	Inisial	Skor			Kategori
		<i>Post-test 1</i>	<i>Post-test 2</i>	<i>Post-test 3</i>	
1.	AD	114	120	130	Sedang
2.	AAD	137	143	160	Tinggi
3.	AR	127	132	132	Sedang
4.	FA	124	125	129	Sedang
5.	NY	133	141	160	Tinggi
6.	I	120	128	130	Sedang
7.	Y	151	152	165	Tinggi
8.	AF	155	158	175	Tinggi
9.	FD	137	143	157	Tinggi
10.	LAF	116	126	127	Sedang
11.	NB	149	150	166	Tinggi
12.	RD	142	148	155	Tinggi
13.	WA	114	125	132	Sedang
Jumlah		1719	1.791	1918	Tinggi
Rata-rata		132,23	137,77	147,54	

Grafik 4.8
Hasil *Post-test* Penyesuaian Diri

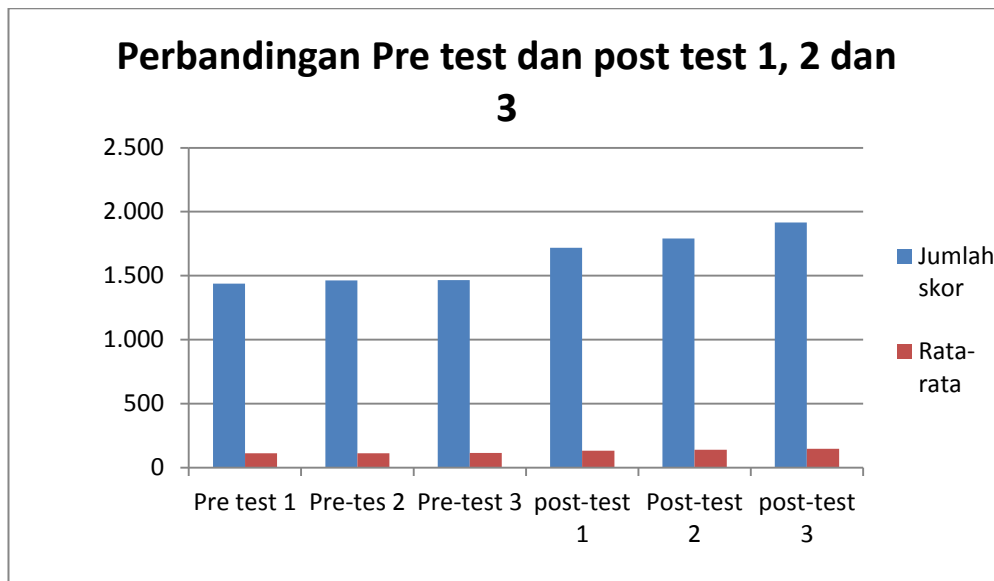


5. Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test*

Tabel 4.15
Hasil *Pre-test* dan *Post-test* 1,2 dan 3
Penyesuaian Diri Siswa

No	Inisial	Skor			Kategori	Skor			Kategori
		<i>Pre-test 1</i>	<i>Pre-test 2</i>	<i>Pre-test 3</i>		<i>Post-test 1</i>	<i>Post-test 2</i>	<i>Post-test 3</i>	
1.	AD	83	84	84	Rendah	114	120	130	Sedang
2.	AAD	125	128	130	Sedang	137	143	160	Tinggi
3.	AR	84	84	84	Rendah	127	132	132	Sedang
4.	FA	83	84	84	Rendah	124	125	129	Sedang
5.	NY	127	129	131	Sedang	133	141	160	Tinggi
6.	I	81	83	84	Rendah	120	128	130	Sedang
7.	Y	129	131	131	Sedang	151	152	165	Tinggi
8.	AF	150	152	154	Tinggi	155	158	175	Tinggi
9.	FD	129	130	130	Sedang	137	143	157	Tinggi
10.	LAF	80	82	82	Rendah	116	126	127	Sedang
11.	NB	146	148	149	Tinggi	149	150	166	Tinggi
12.	RD	142	142	142	Tinggi	142	148	155	Tinggi
13.	WA	79	81	82	Rendah	114	125	132	Sedang
Jumlah		1.438	1.462	1.466	Sedang	1719	1.791	1918	Tinggi
Rata-rata		110,62	112,46	112,77		132,23	137,77	147,54	

Grafik 4.9
Perbandingan Pre-test dan Post-test 1, 2 dan 3



Setelah hasil *post-test* diperoleh selanjutnya menganalisa data hasil *post-test* tersebut dengan melihat bagaimana pengaruh bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru. Dapat dijelaskan sebagai berikut:

Skor *pre-test* 1 diperoleh sebanyak 1.438 pada sampel sebanyak 13 orang dengan rata-rata 110,62 pada kategori sedang. Setelah melakukan *pre-test* 1 dilakukanlah *pre-test* 2 dengan sampel sebanyak 13 orang siswa, skor yang diperoleh 1.462 dengan rata-rata 112,46 berada pada kategori sedang. *pre-test* 3 yang diperoleh skor sebanyak 1.466 dengan rata-rata 112,77 berada pada kategori sedang. Analisis dari *pre-test* yang dilakukan hasil *pre-test* tersebut hasil meningkat namun dengan jumlah siswa masing-masing kategori tersebut sama banyak, antara dengan *pre-test* 1, 2 dan 3. Pada hasil *pre-test* dapat dilakukan *treatment* dengan memberikan materi yang berkaitan dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. setelah itu dilakukan kembali test setelah *treatment* sebanyak 3 kali. Dimana pada *post-test* 1 diperoleh skor sebanyak 1.719 dengan rata-rata 132,23 dengan kategori sedang. Selanjutnya pada *post-test* 2 diperoleh skor sebanyak 1.791 dengan rata-rata 137,77 pada kategori tinggi, terakhir *post-test* 3 dilakukan memperoleh skor sebanyak 19.18 dengan rata-rata 147,54

berada pada kategori tinggi. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan di atas menjelaskan bahwa memperoleh kenaikan skor. Artinya pada perbandingan memiliki kenaikan skor.

B. Analisis Data

Setelah hasil layanan yang didapatkan selanjutnya ialah menganalisis data hasil *treatment* tersebut, caranya dengan melakukan uji normalitas dengan SPSS sebelum menguji hipotesis pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa SMP Negeri 01 Kecamatan Akabiluru. Dimana penulis menggunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan aplikasi SPSS. Syarat dari uji *Wilcoxon* ini ialah data tidak berdistribusi normal dan skala data ordinal atau interval. Pertama dilakukan ialah dengan cara melakukan uji normalitas dengan menggunakan data *pre-test* 3 dengan data *post-test* 3 berikut penjelasannya dibawah:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Data dikatakan normal jika $\text{sig.} < 0.05$ maka dikatakan berdistribusi tidak normal namun sebaliknya jika $\text{Sig} > 0.05$ maka berdistribusi normal, berikut uji normalitas data yang dilakukan peneliti:

Tabel 4.16
Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE-TEST	.297	13	.003	.798	13	.006
POST-TEST	.273	13	.009	.844	13	.024

a. Lilliefors Significance Correction

Dari hasil di atas hasil ada dua hasil yang didapatkan yaitunya *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk*. *Kolmogorov-Smirnov* digunakan jika kita menggunakan responden lebih dari 30 orang sedangkan *Shapiro-Wilk* digunakan jika responden kurang dari 30

responden. Peneliti melihat dari *Shapiro-Wilk* karena responden kurang dari 30 orang. Dari tes normalitas tersebut dapat digambarkan bahwa nilai *Sig. Pre-test* sebesar 0.006 dan pada *post-test* sebesar 0.024, maka dapat disimpulkan data tersebut tidak berdistribusi normal karena $Sig < 0.05$.

2. Tipe data interval

Data penulis dalam penelitian sudah menggunakan data interval. Terbukti dalam penelitian menggunakan klasifikasi skor penyesuaian diri siswa dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.17
Interval

No	Interval	Kategori
1.	133-180	Tinggi
2.	85-132	Sedang
3.	36-84	Rendah

Setelah dilakukan uji prasyarat dilakukan selanjutnya yaitu melihat berdasarkan tabel interval skor penyesuaian diri siswa di atas, maka dipahami bahwa data yang digunakan ialah data interval, sehingga memenuhi kedua syarat penggunaan uji *Wilcoxon* yaitu data yang digunakan berdistribusi tidak normal dan data digunakan skala interval atau rasio. Setelah persyaratan dipenuhi, langkah selanjutnya adalah melakukan uji *Wilcoxon* menggunakan aplikasi SPSS.

C. Pengujian Hipotesis

Peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxo*, untuk menjawab hipotesis dari penelitian tersebut. Hipotesis di uji dengan *Wilcoxon* jika $Sig. < 0.05$ maka H_a diterima, H_0 ditolak dan terdapat pengaruh positif dan signifikan, namun sebaliknya jika $Sig. > 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 nya ditolak dan tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan.

Berikut peneliti menggunakan SPSS 22 untuk pengujian *Wilcoxon* tersebut.

Tabel 4.18
Uji wilcoxon
Test Statistics^a

	POST-TEST - PRE-TEST
Z	-3.182 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Dari hasil di atas didapatkan nilai dari Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0.001 artinya nilai tersebut lebih kecil dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa ada hipotesis diterima karena adanya pengaruh positif bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa yang signifikan untuk *pre-test* dan *post-test* tersebut. Bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang menyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa.

D. Pembahasan

Berdasarkan dari hasil analisis data yang diperoleh pengaruh positif bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa yang signifikan. Penelitian ini mendukung teori yang di paparkan dalam jurnal (Ardimen, Neviyarni, Firman, Gustina dan Karneli (2019: 294) bahwa tujuan dari bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* ini ialah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan juga komprehensif dalam berbagai aspek-aspek perkembangan terutama meningkatkan identitas diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religious dan sikap optimis untuk menghadapi perubahan dalam kehidupan. Berdasarkan teori tersebut peneliti berhasil memfasilitasi perkembangan individu tersebut untuk perkembangan penyesuaian diri nya melalui pendekatan *muhasabah* tersebut.

Penyesuaian diri siswa di sekolah dapat ditingkatkan dengan menggunakan bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah*. Dengan adanya bimbingan

kelompok dengan pendekatan *muhasabah*, guru BK dapat menghadirkan suasana dan aktifitas bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* yang diintegrasikan dengan teknik *tabayyun*, *mujadala*, *mu'izah* dan *bil hikmah*. Pada hasil *post-test* peneliti lakukan mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah*.

Penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian yang relevan dengan judul “bimbingan kelompok berbasis islam untuk meningkatkan penyesuaian diri santri pondok pasentren al-ishlah Darussalam semarang” oleh Magfur (2018) menyatakan bahwa,

Penyesuaian diri santri sebelum responden memperoleh perlakuan berupa bimbingan kelompok berbasis islam, diperoleh kriteria sedang (62,04%). Setelah mendapatkan bimbingan kelompok berbasis islam kriteria meningkat menjadi tinggi (70,57%) dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 8,53%. Dapat disimpulkan dalam penelitian tersebut bahwa bimbingan kelompok berbasis islam mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh magfur, sama dengan peneliti lakukan yakni memanfaatkan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, hanya saja dengan pendekatan yang berbeda peneliti melakukan dengan pendekatan *muhasabah* sedangkan pada penelitian magfur dengan bimbingan kelompok dengan berbasis Islam.

Penelitian yang dilakukan oleh Ni'matul dan Anwar (2016) dengan memanfaatkan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan, menyatakan bahwa:

Sebelum diberikan perlakuan memiliki kategori rendah (50,16%), setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan menjadi kategori tinggi (70,12%). Penelitian yang dilakukan oleh Ni'matul dan Anwar memanfaatkan bimbingan kelompok dengan teknik permainan terhadap penyesuaian diri siswa.

Dalam bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* adalah salah satu model bimbingan kelompok melalui layanan bimbingan kelompok dapat diintegrasikan dan interkoneksi dengan pendekatan *muhasabah* tersebut dalam memanfaatkan dinamika kelompok yang memfasilitasi perkembangan penyesuaian diri siswa secara optimal dan komprehensif.

Dinamika kelompok dibangun dengan baik sehingga materi yang diberikan dapat dipahami oleh anggota kelompok. Artinya *treatment* yang diberikan dapat berpengaruh terhadap penyesuaian diri siswa. Jika dilakukan kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* maka penyesuaian diri siswa tinggi. Hal ini menjelaskan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* mampu meningkatkan secara optimal penyesuaian diri siswa. Hal ini guru bimbingan konseling bisa menerapkannya agar bisa mengatasi penyesuaian diri yang rendah. penyesuaian diri menurut Kusdiyati, Halimah, Faisaluddin, (2011:181) “Penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas, situasi dan relasi sosial di lingkungan sekolah”.

Pada penelitian yang dilakukan yaitu melakukan *pre-test* sebanyak 3 kali dan *post-test* 3 kali. Hasil *pre-test* 1 diperoleh dengan rata-rata 110,62 dengan responden 13 orang dan hasil *post-test* 1 memperoleh 132,23 dengan kategori tinggi. Jika dilihat kategori rata-rata kelompok *eksperiment* pada *pre-test* berada pada kategori sedang sedangkan setelah diberikan *treatment* berubah menjadi tinggi. Artinya terjadi perubahan yang signifikan pada kelompok *eksperiment* mengalami kenaikan 21,61%. Dilihat dari *pre-test* 2 memperoleh rata-rata 112,15 ini memilih responden secara acak yaitu 13 siswa pada kategori sedang, sedangkan pada *post-test* 2 memperoleh rata-rata 137,77 pada kategori tinggi. Artinya terjadi perubahan yang signifikan pada kelompok *eksperiment*. dan pada *pre-test* 3 memperoleh hasil 112,77 pada kategori sedang, sedangkan pada *post-test* 3 memperoleh 147,54 terdapat pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh $\text{sig} < 0.05$ yang berdistribusi tidak normal dan hipotesis uji *Wilcoxon* diperoleh $\text{sig} < 0.05$ maka data dapat diterima karena memiliki pengaruh yang positif dan signifikan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil tentang pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat peningkatan penyesuaian diri siswa setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dengan nilai rata-rata *pre-test* 3 112,77 point pada kategori sedang dengan nilai rata-rata *pres-test* 3 147,54 point pada kategori tinggi dengan selisih point 34.77.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap penyesuaian diri siswa dengan hasil hipotesis Wilcoxon (0.001).

B. Implikasi

Implikasi dalam penelitian ini yaitu bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dapat digunakan sebagai layanan untuk membantu siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah menjadi tinggi (positif).

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan di atas untuk kedepannya peneliti mengahharapkan dan manyarankan kepada:

1. Konselor atau guru BK di sekolah untuk menerapkan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap kegiatan-kegiatan lainnya.
2. Kepala sekolah dan personil sekolah yang lainnya agar dapan menunjang dan memfasilitasi kegiatan bimbingan kelompok yang menunjang agar hasil yang diperoleh lebih maksimal dan memuaskan.
3. Siswa agar selalu bersikap positif dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok terutama dengan pendekatan *muhasabah* serta jenis layanan lainnya untuk mengembangkan potensi siswa
4. Peneliti selanjutnya agar dalam melanjutkan peneelitan ini dan lebih mengembangkan terhadap variabel yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., dan Asrori, M. (2004). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Al-Mighwar. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia
- Ardimen, A. Neviyarni, Firman, Gustina, Yeni, K. 2019. Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*. Ta'dibuna. *Jurnal Pendidikan Islam* 8(2): 278-298
- Desmita, D (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik (Panduan bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami psikologi Anak Usia SD, SMP dan SMA)*. Bandung: PT. Rosdaka
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Handono, T., O. Khoiruddin, B. 2013. Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru. *Jurnal Fakultas Psikologi* 1(2):79-89
- Hasanah, S.A. Konsep *Muhasabah* dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran Al-Ghazali. *Jurnal Al-Dirayah* 1(2): 57-85
- Husnah, N.N. Sutuyo, A. 2016 Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan terhadap Penyesuaian Diri Siswa. *Indonesia Journal Of Guidance and Counseling* 5(2)
- Kusdiyati, S. Halimah, L. Faisaluddin. 2011. Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung. *Jurnal Humanitas* 7(2): 172:194
- Mariah, K. Neviyarni, S. dan Jamaris, J. Efektifitas Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Konseling Realitas dalam Mengembangkan penyesuaian Diri Siswa di Lingkungan Sekolah pada Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Tarab. *Jurnal Konselor* 5 (2): 73:82
- Maghfur, S. 2018. Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 12(7):80-104
- Mariska, A. 2018. Pengaruh Penyesuaian Diri dan Kematangan Emosi Terhadap Homesickness. *Psikoberneo* 6 (3): 670-680
- Muhammad, S. 2015. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal of EST* 1(1): 46 –60
- Prayitno, P. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Pritaningrum, M. Wiwin, H. 2013. Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*. 2(3): 13
- Rosidah, A. 2016. Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Terisolir. *Jurnal Fokus Konseling*. 2(2):136-143
- Sugiyono, S. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi,D,K. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sunarto, S dan Hartono, A. 2006. *Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan ketiga. Asdi Mahasatya. Jakarta
- Sareswati, S. 2017. Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah. *Jurnal BK Ar-Rahman* 1(2): 56-60
- Wicaksono, H. 2019. Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Perkembangan Konsep Diri Positif Siswa di SMKS-PP Swasta Putra Jaya Stabat Kabupaten Langkat Tahun 2016/2017. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*. 1(8):62-67