

ABSTRAK

Jimy Ramadhan: Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa (Penelitian terhadap Siswa di SMA Plus Al-Ghifari, Kota Bandung, Jawa Barat)

Kemampuan penyesuaian diri merupakan aspek penting dalam kehidupan sosial manusia, termasuk bagi siswa di lingkungan sekolah. Banyak siswa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, yang ditandai dengan kurangnya percaya diri, ketidakstabilan emosi, dan kesulitan berinteraksi. Layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu siswa meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh bimbingan dan konseling terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa di SMA Plus Al-Ghifari, Kota Bandung, Jawa Barat.

Penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) dapat dilihat dari tujuh aspek, yaitu: (1) tidak menunjukkan ketegangan emosional; (2) tidak menunjukkan adanya mekanisme psikologis; (3) tidak menunjukkan perasaan frustrasi; (4) pengendalian diri dan pertimbangan sosial; (5) kemampuan belajar; (6) kemampuan memanfaatkan pengalaman masa lalu; dan (7) sikap realistis dan objektif. Layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif diharapkan dapat membantu siswa mengembangkan aspek-aspek penyesuaian diri tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan positivisme. Data dikumpulkan secara empiris dan terukur melalui pemberian perlakuan berupa bimbingan dan konseling kepada siswa, kemudian tingkat kemampuan penyesuaian dirinya diukur. Sampel penelitian berjumlah 27 siswa kelas X yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling.

Hasil analisis data menunjukkan, adanya pengaruh positif dan signifikan dari bimbingan dan konseling terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa. Uji regresi sederhana menghasilkan koefisien regresi positif sebesar 2.530 dengan nilai signifikansi 0.032, lebih kecil dari tingkat alpha 0,05. Layanan bimbingan dan konseling berkontribusi sebesar 17% terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa, sementara 83% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini. Penelitian ini telah membuktikan peran positif bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi praktik bimbingan dan konseling di sekolah, di mana program bimbingan dan konseling perlu dirancang dengan mempertimbangkan ketujuh aspek penyesuaian diri menurut Schneiders.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, Kemampuan Penyesuaian Diri, Siswa SMA