

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada bab III diuraikan hal-hal yang berkaitan dengan metode penelitian yang terdiri dari pendekatan, metode, dan desain penelitian, lokasi dan subjek penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, instrumen penelitian, prosedur pengumpulan data, pengembangan program intervensi, analisis data tes akhir, dan prosedur penelitian.

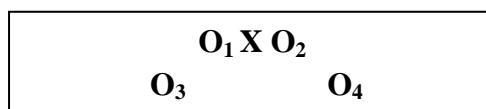
A. Pendekatan, Metode, dan Desain Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi-experiment*. Pada penelitian eksperimen, peneliti bermaksud meneliti sebab dan akibat antara variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Metode *quasi-experiment* digunakan karena sulitnya peneliti meminimalisir ancaman lain yang tidak menjadi fokus penelitian.

Desain penelitian yang digunakan adalah *nonequivalent control-group design*. Peneliti mengelompokkan subjek penelitian ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kedua kelompok tersebut diberikan *pretest* dan *posttest* (Campbell dan Stanley, 1963). Perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan efektif atau tidaknya penerapan program bimbingan sosial dengan teknik bermain peran pada kelompok eksperimen. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 3.1

Struktur desain *Non Equivalent Control Group*



Keterangan :

O_1 = *Pre-test* pada kelas eksperimen.

O_3 = *Pre-test* pada kelas kontrol.

X = *Treatment* dengan Teknik Bermain Peran terhadap kelas eksperimen.
 O₂ = *Post-test* pada kelas eksperimen.
 O₄ = *Post-test* pada kelas kontrol.

(Sugiyono, 2011, hlm. 79)

B. Lokasi dan Subjek Penelitian

Lokasi penelitian bertempat di Pondok Pesantren Khas Kempek yang terletak di jalan Tunggal Pegagan-Kempek Desa Pegagan Kecamatan Palimanan Kabupaten Cirebon. Pondok pesantren Khas Kempek mempunyai santri yang memiliki latar belakang ekonomi, sosial, dan budaya yang relatif heterogen. Populasi dalam penelitian ini merupakan santri putri Kelas VII Pondok Pesantren Putri Khas Kempek Tahun Ajaran 2015/2016 yang berusia 11-13 tahun yang berjumlah 165 santri. Hal ini berdasarkan beberapa pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

1. Santri kelas VII memiliki rentang usia 11-13 tahun yang termasuk kategori remaja. Pada masa remaja akan mengalami banyak masa transisi yang mencakup transisi fisik, psikis, sosial, dan emosional sehingga memerlukan penyesuaian diri.

Pengambilan sampel penelitian menggunakan *non-probability sample*. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling* (Creswell, 2012, hlm. 143). Sampel penelitian berjumlah 20 santri, terdiri masing-masing kelompok eksperimen 10 santri dan kelompok kontrol 10 santri. Pertimbangan menentukan jumlah berdasarkan prespektif bimbingan kelompok bahwa jumlah anggota kelompok yang efektif adalah 8-15 orang (Winkel, 2006; Natawidjaja, 2007; DEPDIKNAS, 2008).

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini terdiri atas variabel bebas yaitu bimbingan sosial teknik bermain peran dan variabel terikat pada penelitian ini adalah kemampuan penyesuaian diri.

2. Definisi Operasional

a. Bimbingan Sosial dengan Teknik Bermain Peran

Bimbingan sosial adalah proses pemberian bantuan yang membantu individu dalam mengatasi konflik-konflik yang ada pada dirinya dan membantu individu dalam mengatasi konflik dengan lingkungan dan menempatkan bagaimana perilaku serta bertanggung jawab baik pada dirinya maupun lingkungannya. Tujuan dari bimbingan sosial untuk membantu individu mengatasi permasalahan-permasalahan yang ada pada dirinya. Bimbingan sosial dapat dilakukan dengan menciptakan lingkungan yang kondusif, membangun interaksi yang baik dengan lingkungan, dan mengembangkan sikap-sikap yang positif. Bimbingan sosial yang digunakan dalam penelitian merujuk pada teknik bermain peran yang diadaptasi dari metode pengajaran sosial.

Bermain peran dapat diartikan sebagai salah satu cara yang dapat mengembangkan keterampilan-keterampilan mengelola emosi dan mampu menyesuaikan diri siswa dengan lingkungan sosialnya dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi yang dihubungkan dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Bermain peran (*role playing*) merupakan jenis metode simulasi yang bertitik tolak dari permasalahan yang berhubungan dengan tujuan untuk mengkreasi kembali peristiwa-peristiwa sejarah masa lalu, mengkreasi kemungkinan-kemungkinan masa depan, mengekspos kejadian-kejadian masa kini (Roestiyah, 1991, hlm. 161).

Santrock (2005, hlm. 272) menyatakan bermain peran ialah suatu kegiatan yang menyenangkan”. Secara lebih lanjut bermain peran merupakan suatu

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan. Bermain peran merupakan suatu metode bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok. Bermain peran dalam bimbingan dan konseling merupakan usaha untuk memecahkan masalah melalui peragaan, serta langkah-langkah identifikasi masalah, analisis, pemeranan, dan diskusi.

Berdasarkan uraian di atas, secara operasional bermain peran adalah teknik bimbingan untuk membantu santri pondok pesantren Khas Kempek Cirebon menyelesaikan masalahnya khususnya penyesuaian diri melalui bermain peran, sehingga santri dapat mengekspresikan berbagai jenis perasaan dan emosinya sesuai dengan keadaan lingkungan.

b. Kemampuan Penyesuaian Diri

Schneiders (1964, hlm. 51) mengungkapkan penyesuaian diri merupakan sebuah proses yang melibatkan respon-respon mental dan perilaku individu dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik, serta untuk mempengaruhi tingkat harmoni antara tuntutan-tuntutan dari dalam (*inner demands*) dan tuntutan-tuntutan dari lingkungan tempat individu tinggal (*external demands*). Lebih lanjut, Fahmy (1982, hlm. 14) mengungkapkan penyesuaian diri adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuannya agar menjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya.

Kemampuan penyesuaian diri pada penelitian merujuk pada konsep penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders. Adapun aspek-aspek kemampuan penyesuaian diri santri diuraikan sebagai berikut.

- a) Wawasan dan pengetahuan diri
- b) Objektivitas diri dan penerimaan diri
- c) Kontrol diri dan pengetahuan diri
- d) Integrasi pribadi

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- e) Tujuan yang terarah dan jelas
- f) Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat
- g) Selera humor
- h) Rasa tanggung jawab
- i) Kematangan respon
- j) Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat
- k) Kemampuan beradaptasi
- l) Terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik
- m) Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain
- n) Minat yang luas terhadap pekerjaan dan bermain
- o) Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas
- p) Orientasi yang akurat terhadap realitas

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah berupa kuesioner penyesuaian diri. Data kemampuan penyesuaian diri santri dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan model skala *Likert*. Kuesioner terdiri dari dua jenis butir pernyataan yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). Setiap butir pernyataan diberikan lima alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (R), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penentuan nilai skala dilakukan untuk memberikan bobot tertinggi bagi kategori jawaban yang paling tinggi *favorable* dan memberikan bobot rendah bagi kategori jawaban yang *unfavorable*.

Instrumen yang dipakai pada penelitian menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menyusun indikator-indikator dari variabel penelitian yang akan ditanyakan kepada responden berdasarkan teori serta membuat kisi-kisi bentuk matriks yang sesuai dengan indikator setiap variabel.
2. Mengembangkan instrumen

3. Menyusun pernyataan dan alternatif pilihan jawaban yang akan dipilih responden.
4. Membuat petunjuk pengisian angket.
5. Instrumen atau angket di validasi oleh ahli atau pakar

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap kemampuan penyesuaian diri dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Kisi-kisi instrumen hubungan interpersonal akan tersaji pada tabel 3.2:

Tabel 3.2

**Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Penyesuaian Diri
(Sebelum Uji Coba)**

No.	Aspek	Indikator	No. Butir		Jumlah
			Positif	Negatif	
1.	Pengetahuan diri dan wawasan diri	Mengetahui kemampuan dan kelemahan diri	1,2		2
		Menyadari motivasi yang mendasari pemikiran dan perilaku	3, 4	5	3
	Objektivitas diri dan penerimaan diri	Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri	6	7	2
		Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain	8	9	2
		Menerima kelemahan	10,11,		2

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

		yang dimiliki untuk perbaikan diri			
		Menghargai diri sendiri	12	13	2
3.	Kontrol diri dan pengembangan diri	Berperilaku sesuai prinsip, standar, dan aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat	14	15	2
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	16, 17		2
4.	Integrasi pribadi	Memanfaatkan kemampuan pribadi secara efisien untuk mengatasi permasalahan sehari-hari	18,19		2
		Mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif	20,21		2
5.	Tujuan yang jelas dan terarah	Memiliki tujuan dalam bertindak	22	23	2
		Tindakan yang dilakukan terorganisasi	24	25	2
6.	Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang adekuat	Mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan	26, 27, 28, 29, 30, 31		6

		Memiliki skala prioritas dalam bertindak	32, 33		2
7.	Selera humor	Terdapat keseimbangan emosi antara keseriusan dan kesenangan	35	34	2
		Memiliki semangat hidup ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (stress)	36, 37		2
8.	Rasa tanggung jawab	Bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya	38, 39		3
		Memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan	40	41	2
9.	Kematangan respon	Mencapai kematangan emosional	42	43	2
		Mencapai kematangan sosial	44	45	2
		Mencapai kematangan moral	46	47	2
		Mencapai kematangan religius	48	49	2
10.	Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat	Melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari	50	51	2

		Merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien	52	53	2
11.	Kemampuan beradaptasi	Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren	54, 55, 56		3
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren		57, 58	2
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren	59	60	2
12.	Terhindar dari respon yang merusak dan simtomatik	Terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress	61	62	2
		Terhindar dari penyakit fisik yang disebabkan oleh stres	63	64	2
13.	Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain	Kemampuan berhubungan dengan orang lain	65, 66		2
		Menumbuhkan minat yang tulus dengan orang lain	67, 68, 69		3
14.	Minat yang luas	Selalu antusias dengan	70, 71		2

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	terhadap berbagai aktivitas pesantren di	semua kegiatan yang dilakukan			
		Tidak terlalu memilih-milih pekerjaan/tugas yang di berikan pesantren	72	73	2
15.	Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren	Aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hai sesuai dengan minat	74, 75		2
		Menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari	76, 77		2
16.	Orientasi yang akurat terhadap realitas	Bersikap realistis	78	79	2
		Memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu	80	81	2
Jumlah					81

1. Uji Kelayakan Instrumen

Instrumen kemampuan penyesuaian diri santri yang telah di susun dilakukan uji kelayakan instrumen (judgment). Penimbang dilakukan oleh dosen ahli dari jurusan bimbingan dan konseling. Penimbang bertujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk, dan konten yaitu kesesuaian item pernyataan yang telah disusun dengan landasan teoritis dan ketepatan bahasa yang digunakan, dilihat dari sudut bahasa baku dan subjek yang memberikan respon. Pengujian kelayakan instrumen dilakukan oleh tiga orang pakar bimbingan dan konseling yaitu Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd., Dr.

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Nani M. Sugandhi, M.Pd., dan Dr. Nandang Budiman, M.si., pelaksanaan validasi berupa penilaian terhadap konstruk, isi, dan redaksi dari kuesioner kemampuan penyesuaian diri santri yang telah disusun, dari 16 aspek penyesuaian diri santri menghasilkan 37 indikator.

2. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen kemampuan penyesuaian diri santri dilakukan kepada lima orang santri putri Pondok Pesantren Darut Tauhid Bandung. Uji keterbacaan dilakukan untuk mengetahui keterbacaan pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam instrumen oleh responden sebelum digunakan dalam penelitian. Hasil dari uji keterbacaan, pernyataan-pernyataan dalam instrumen dapat dipahami oleh kelima santri dan terdapat kata dalam pernyataan butir nomer 70 yang diganti yaitu kata *aurod* diganti menjadi kata dzikir agar mudah dipahami oleh santri.

3. Uji Bobot skor

Uji bobot skor berfungsi sebagai mengubah skala ordinal menjadi skala interval sehingga dapat diolah dengan statistik parametrik dengan langkah-langkah sebagai berikut : *Pertama*. Menghitung frekuensi (f) jawaban responden pada setiap kategori. *Kedua*. Menentukan proporsi (p), yaitu dengan membagi setiap frekuensi dengan banyaknya subyek. *Ketiga*. Menentukan proporsi kumulatif (cp), yaitu proporsi suatu kategori ditambah dengan proporsi-proporsi kategori di kirinya. *Keempat*. Menentukan titik tengah proporsi kumulatif (m-cp). *Kelima*. Nilai z diperoleh dengan membandingkan tabel z untuk masing-masing titik tengah proporsi kumulatifnya. *Keenam*. Penambahan suatu bilangan sedemikian hingga nilai z yang negatif menjadi satu. (Sappaile, 2007, hlm. 2-4).

4. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrumen dilakukan untuk menilai valid atau tidaknya instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen yang valid

berarti instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan sesuatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau shahih mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 2006, hal. 168).

Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket yang mengungkap kemampuan penyesuaian diri santri. Data yang digunakan untuk mengukur validitas item, merupakan data hasil penyebaran instrumen. Penyebaran instrumen dilaksanakan sekaligus untuk menguji validitas item (*built-in*). Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan program *SPSS 20 for windows*. Menghitung koefisien korelasi ini digunakan teknik korelasi. Rumus yang digunakan untuk menghitung validitas setiap ítem pernyataan adalah *rannk-difference correlation* yang juga dikenal dengan *Sperman's rho*

Dalam penelitian ini, ítem dinyatakan valid apabila memiliki koefisien validitas signifikan pada total aspek maupun total perangkat instrumen, dengan nilai probabilitas (p-value) lebih kecil dari 0.05 ($p\text{-value} < 0.05$). Berdasarkan pengolahan data, hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 81 item pernyataan dari angket kemampuan penyesuaian diri santri terdapat 63 item pernyataan yang valid dan 18 item pernyataan yang tidak valid. Berikut disajikan item-item pernyataan setelah validasi.

Tabel 3.3

Hasil Uji Validitas

No Butir	Keterangan	Jumlah
----------	------------	--------

1, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21,22, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 63, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78, 80, 81.	Valid	63
2, 4, 5, 7, 9, 13, 15, 23, 25, 34, 43, 45, 53, 60, 62, 64, 73, 79,	Tidak Valid	18

5. Uji Reliabilitas Instrumen

Pengujian reliabilitas instrumen dimaksudkan untuk melihat konsistensi internal instrumen yang digunakan atau ketetapan alat ukur. Suatu alat ukur yang memiliki reabilitas baik jika memiliki kesamaan data yang berbeda sehingga dapat digunakan berkali-kali. Kriteria untuk mengetahui tingkat reliabilitas menggunakan kriteria yang dikemukakan oleh Arikunto (2006) sebagai berikut. Adapun mengetahui tingkat reliabilitas instrumen dalam penelitian dengan taraf signifikansi 5% diolah dengan metode statistika memanfaatkan program komputer *SPSS for Windows Versi 20*.

Tabel 3.4

Kriteria Reliabilitas Instrumen

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.80 – 1.00	Derajat reliabilitas sangat tinggi
0.60 – 0.799	Derajat reliabilitas tinggi
0.40 – 0.599	Derajat reliabilitas sedang
0.20 – 0.399	Derajat reliabilitas rendah

0.00 – 0.199	Derajat reliabilitas sangat rendah
--------------	------------------------------------

(Arikunto, 2006, hlm. 247)

Berdasarkan pengolahan data, hasil perhitungan memperlihatkan koefisien reliabilitas instrumen kemampuan penyesuaian diri sebesar 0,934 yang artinya, tingkat korelasi dan derajat keterandalan instrumen kemampuan penyesuaian diri berada pada kategori sangat tinggi.

6. Revisi Akhir Instrumen

Butir-butir pernyataan instrumen yang memenuhi syarat direvisi sesuai kebutuhan, sehingga dihasilkan seperangkat instrumen yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data mengenai profil kemampuan penyesuaian diri santri. Berikut disajikan kisi-kisi instrumen kemampuan penyesuaian diri santri setelah uji coba dalam tabel 3.5.

Tabel 3.5

Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Penyesuaian Diri

(Setelah Uji Coba)

No.	Aspek	Indikator	No. Butir		Jumlah
			Positif	Negatif	
1.	Pengetahuan diri dan wawasan	Mengetahui kemampuan dan	1		1

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	diri	kelemahan diri			
		Kesadaran mengenai motivasi diri yang mendasari perilaku		2	1
	Objektivitas diri dan penerimaan diri	Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri	3		1
		Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain	4		1
		Menerima kelemahan yang dimiliki untuk perbaikan diri	5, 6		2
		Menghargai diri sendiri	7		1
3.	Kontrol diri dan pengembangan diri	Berperilaku sesuai prinsip, standar, dan aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat	8		1
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	9, 10		2
4.	Integrasi pribadi	Memfaatkan kemampuan pribadi secara efisien untuk mengatasi permasalahan sehari-hari	11, 12		2
		Mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi	13, 14		2

		dengan cara yang positif			
5.	Tujuan yang jelas dan terarah	Memiliki tujuan dalam bertindak	15		1
		Tindakan yang dilakukan terorganisasi	16		1
6.	Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat	Mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan	17, 18, 19, 20, 21, 22		6
		Memiliki sistem nilai yang menjadi prioritas sebagai panutan	23, 24		2
7.	Selera humor	Terdapat keseimbangan emosi antara keseriusan dan kesenangan	25		1
		Memiliki semangat hidup ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (stress)	26, 27		2
8.	Rasa tanggung jawab	Bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya	28, 29		2
		Memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan	30	31	2
9.	Kematangan respon	Mencapai kematangan emosional	32		1
		Mencapai kematangan	33		1

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

		sosial			
		Mencapai kematangan moral	34	35	2
		Mencapai kematangan religius	36	37	2
10.	Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat	Melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari	38, 39		2
		Merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien	40		1
11.	Kemampuan beradaptasi	Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren	41, 42, 43		3
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren		44, 45	2
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren	46		1
12.	Terhindar dari respon yang merusak dan simtomatik	Terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stres	47		1
		Terhindar dari penyakit fisik yang disebabkan oleh stres	48		1

13.	Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain	Kemampuan berhubungan dengan orang lain	49, 50		2
		Menumbuhkan minat yang tulus dengan orang lain	51, 52, 53		3
14.	Minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren	Antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan	54, 55		2
		Tidak terlalu memilih-milih pekerjaan/tugas yang di berikan pesantren	56		1
15.	Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren	Aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hai sesuai dengan minat	57, 58		2
		Menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari	59, 60		2
16.	Orientasi yang akurat terhadap realitas	Bersikap realistis	61		1
		Memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu	62, 63		2
Jumlah					63

E. Prosedur Pengolahan Data

Data yang diungkap melalui instrumen yang telah disebarakan adalah data tentang gambaran kemampuan penyesuaian diri pada santri. Adapun langkah -

langkah yang ditempuh untuk mengolah data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Verifikasi Data

Verifikasi data bertujuan untuk menyeleksi data yang dianggap layak untuk diolah. Tahapan verifikasi data yang dilakukan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

- a. Melakukan pengecekan jumlah instrumen yang telah terkumpul.
- b. Melakukan tabulasi data yaitu perekapan data yang diperoleh dari siswa dengan melakukan penyekoran sesuai dengan tahapan penyekoran yang telah ditetapkan.
- c. Setelah tabulasi data maka dilanjutkan dengan melakukan perhitungan statistik sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

Dari 165 responden yang mengisi instrument kemampuan penyesuaian diri semuanya dinyatakan layak untuk dilakukan tabulasi data dan penyekoran karena semua responden mampu mengisi instrument kemampuan penyesuaian diri dengan baik tanpa ada pernyataan yang terlewat.

2. Analisis Data *Pre-test*

Langkah selanjutnya setelah seluruh data terkumpul dan diolah yakni menganalisis data sebagai bahan acuan dalam menyusun program *treatment* bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri. Data-data yang diperoleh dari hasil penyebaran instrumen kemudian diolah dengan menetapkan tingkatan kemampuan penyesuaian diri santri, apakah berada dalam tingkatan sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, atau sangat rendah.

Langkah-langkah dalam menentukan kedudukansiswa ke dalam lima kriteria sebagai berikut:

- 1) Menghitung jumlah skor tiap santri
- 2) Menghitung jumlah item

3) Mengkategorikan dengan skor item dibagi jumlah item

Setelah diperoleh hasil, data dikelompokkan ke dalam lima kategori yakni sangat rendah (1), rendah (2), sedang (3), tinggi (4), dan sangat tinggi (5).

3. Pengolahan Data untuk Pengembangan Program

Hasil pengolahan data kemampuan penyesuaian diri santri yang dijadikan landasan dalam pembuatan program bimbingan terlebih dahulu dilakukan pengelompokan data menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Hasil pengelompokan data berdasarkan kategori dan interpretasinya dapat dilihat pada tabel 3.6 berikut:

Tabel 3.6

Interpretasi Skor Kategori Kemampuan Penyesuaian Diri Santri

Kategori	Deskripsi
Sangat Tinggi	Santri telah memiliki pencapaian tingkat kemampuan penyesuaian diri jauh di atas rata-rata pada semua komponen penyesuaian diri
Tinggi	Santri telah memiliki pencapaian tingkat kemampuan penyesuaian di atas rata-rata pada semua komponen penyesuaian diri
Sedang	Santri telah memiliki pencapaian tingkat kemampuan penyesuaian mendekati rata-rata pada semua komponen penyesuaian diri
Rendah	Santri telah memiliki pencapaian tingkat kemampuan penyesuaian di bawah rata-rata pada semua komponen penyesuaian diri
Sangat Rendah	Santri telah memiliki pencapaian tingkat kemampuan penyesuaian diri jauh di bawah rata-rata pada semua komponen penyesuaian diri

Kedudukan santri dalam tingkat kemampuan penyesuaian diri menentukan banyaknya peserta yang mendapatkan perlakuan/treatment. Setelah mendapatkan treatment, diadakan kembali tes yang bersifat mengukur kembali tingkat

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kemampuan penyesuaian diri santri apakah ada perubahan atau tidak yang disebut dengan *post-test*.

F. Pengembangan Program Intervensi

1. Rasional

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental manusia. Banyak manusia yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidup, karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri. Manusia dalam kehidupan dihadapkan pada dua peran sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Makhluk sosial, manusia selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk melakukan interaksi. Manusia harus melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di sekitar. Penyesuaian diri merupakan kebutuhan untuk mempertahankan hidup sebagai manusia (Gerungan, 2004, hlm. 59).

Pengembangan penyesuaian diri merupakan salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh individu khususnya remaja yang membantunya dalam mencapai tugas perkembangan. William (dalam Yusuf, 2002, hlm. 65) menyebutkan apabila salah satu tugas perkembangan tidak dapat tercapai akan menyebabkan ketidakbahagiaan pada diri remaja dan menimbulkan penolakan pada masyarakat. Individu akan mengalami kesulitan menuntaskan tugas-tugas perkembangan berikutnya.

Kemampuan penyesuaian diri adalah kompetensi yang harus dimiliki individu. Pada saat individu tidak memiliki kompetensi penyesuaian diri maka akan menimbulkan berbagai masalah. Beberapa penelitian dan fenomena terkait kemampuan penyesuaian diri.

Salah satu lembaga pendidikan Islam di Cirebon adalah Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon merupakan lembaga pendidikan Islami yang tergolong dalam jenis pondok pesantren modern serta memiliki ciri khas qiro'atul Qur'an. Pendidikan formal yang diterapkan di pondok pesantren Khas Kempek adalah tingkat pendidikan Madrasah Tsanawiyah (Mts) dan Madrasah Aliyah (MA) yang

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

santrinya diwajibkan bermukim dan tinggal didalam asrama Pondok Pesantren Khas Kempek. Para santri melakukan aktivitas di pesantren mulai pukul 04.00-22.30 WIB.

Penyesuaian diri pada santri pondok pesantren Khas Kempek Cirebon, jika dilihat dari latar belakang para santri adalah remaja yang dulunya tidak pernah tinggal di pesantren kemudian tinggal di pesantren dan harus mengikuti peraturan yang ada di pesantren, sehingga akan mengakibatkan para santri tidak dapat menyesuaikan diri pada lingkungan pesantren dan segala kegiatan serta peraturan yang tidak pernah ditemukan sebelumnya dan dapat mengakibatkan perilaku-perilaku yang salah suai ketika santri tidak dapat menyesuaikan diri, misalnya: santri sering meminta ijin pulang ke rumah karena tidak betah, terlambat bangun tidur, terlambat mengikuti sholat berjamaah, merokok, mengalami kesulitan dengan cara belajar di pesantren, dan perilaku-perilaku salah suai.

Hasil *need assesment* di lapangan, diperoleh gambaran umum kemampuan penyesuaian diri santri kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016 yang berada pada kategori rendah berjumlah 20 orang santri yang artinya santri masih belum mampu untuk melakukan penyesuaian diri yang meliputi keterampilan santri terkait pengetahuan dan wawasan diri, objektivitas dan penerimaan diri, kontrol diri dan pengembangan diri, integrasi pribadi, tujuan yang jelas dan terarah dalam kehidupan, pandangan skala nilai dan filsafat hidup yang akurat, memiliki selera humor, rasa tanggung jawab, memiliki kematangan respon, perkembangan kebiasaan yang bermanfaat, kemampuan beradaptasi, kemampuan terhindar dari respon yang merusak dan simtomatik, kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat yang terhadap orang lain, minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren, kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren, dan orientasi yang akurat terhadap realitas.

Pesantren tidak memiliki layanan bimbingan yang terencana dan terorganisasi sebagai bentuk upaya pengembangan kompetensi penyesuaian diri. Pemberian bimbingan masih dilakukan secara spontan oleh kyai, pengurus, dan para ustadz di sela-sela kegiatan pengajian, pemberian bimbingan pun masih

berupa nasihat-nasihat. Dukungan yang diberikan pesantren selama ini untuk mengembangkan penyesuaian diri santri adalah sebatas bimbingan secara menyeluruh kepada semua santri yang dilakukan setiap satu minggu sekali dan bimbingan yang diberikan dirasa kurang efektif dalam membantu para santri terutama yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan pesantren, sehingga kompetensi penyesuaian diri yang berhubungan dengan dimensi psikologis perlu dikembangkan sehingga para santri mencapai perkembangan yang optimal dan menjadi lulusan yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan pesantren.

Bimbingan memiliki peranan penting untuk membantu para santri dalam mengembangkan penyesuaian dirinya. Menurut Kartadinata (2011) bimbingan sebagai upaya pendidikan diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu untuk mencapai tingkat perkembangan diri secara optimum di dalam menavigasi hidupnya secara mandiri. Perkembangan optimum dalam menavigasi hidup secara mandiri adalah suatu konsep normatif, suatu kondisi akurat dimana individu mampu melakukan pilihan dan pengambilan keputusan yang tepat untuk mempertahankan keberfungsian dirinya di dalam sistem atau lingkungan. Kondisi perkembangan optimum adalah kondisi dinamis yang ditandai dengan kesiapan dan kemampuan individu untuk memperbaiki diri agar menjadi pribadi yang berfungsi penuh di dalam lingkungannya.

Bimbingan yang digunakan untuk mengembangkan penyesuaian diri remaja khususnya para santri dipondok pesantren adalah dengan menggunakan layanan bimbingan sosial dengan teknik bermain peran. Suratno (2005, hlm. 84) mengungkapkan manfaat yang bisa dipetik oleh individu dari kegiatan bermain peran adalah membantu penyesuaian diri. Kegiatan bermain peran akan memberikan kesenangan yang dapat memuaskan dirinya baik yang dilakukan atas usahanya sendiri maupun menjadi pengikut dari aturan yang ditetapkan temannya. Kegiatan bermain peran akan merangsang lebih lanjut kemampuan individu dalam berbahasanya, dan dengan sendirinya juga akan merangsang pertumbuhan dan perkembangan kreativitasnya.

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Deskripsi Kebutuhan

Berdasarkan temuan penelitian tentang kemampuan penyesuaian diri santri secara umum tingkat kemampuan penyesuaian diri santri putri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016 sebagai berikut:

Tabel 3.7

Kebutuhan Layanan Bimbingan untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Santri Putri Kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016.

Kondisi Umum Santri	Kebutuhan Santri
<p>Gambaran umum kemampuan penyesuaian diri santri putri kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016 sebelum memperoleh intervensi berada pada kategori sedang, artinya santri belum mampu melakukan penyesuaian diri seperti menunjukkan pengetahuan dan wawasan diri, menunjukkan objektivitas diri dan penerimaan diri. Santri sudah menunjukkan kontrol diri dan pengembangan diri, santri sudah menunjukkan integrasi pribadi, tujuan yang jelas dan terarah, pandangan skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat, memiliki selera humor, memiliki rasa tanggung jawab, kematangan respon, menunjukkan perkembangan kebiasaan yang bermanfaat, kemampuan beradaptasi, terhindar dari respon yang</p>	<p>Santri yang berada pada kategori sedang membutuhkan bimbingan untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri dengan strategi bimbingan kelompok teknik bermain peran.</p>

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

<p>merusak dan simtomantik, kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain, minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren, kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren, atau pun orientasi yang akurat terhadap realitas.</p>	
<p>Gambaran kemampuan penyesuaian diri santri putri kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016 berdasarkan aspek kemampuan penyesuaian diri sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pada aspek pengetahuan dan wawasan diri serta aspek objektivitas diri dan penerimaan diri berada pada kategori sedang ditandai oleh munculnya indikator: kemampuan mengetahui kelebihan dan kelemahan diri, dan kesadaran mengenai motivasi diri yang mendasari perilaku. 	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki dirinya bukan hanya permukaan saja tetapi secara mendalam. 2. Kemampuan santri bukan hanya mengetahui tentang dirinya saja tetapi kesadaran santri dalam berperilaku. 3. Kemampuan santri mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampaknya terhadap dirinya sendiri secara mendalam. 4. Kemampuan santri mengetahui berbagai kelemahan yang dimilikinya serta dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain. 5. Kemampuan santri untuk menerima

	<p>berbagai kelemahan yang dimiliki dan menjadikannya untuk memperbaiki dirinya.</p> <p>6. Kemampuan santri untuk menghargai dirinya baik kelebihan ataupun kekurangannya.</p> <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>2. Aspek sikap kontrol diri dan pengembangan diri serta aspek integrasi pribadi berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri mampu berperilaku sesuai prinsip, standar dan aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat, serta mengembangkan potensi yang dimiliki.</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri dengan pemberian layanan bimbingan kelompok mengenai:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri berperilaku sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. 2. Kemampuan santri dalam mengembangkan potensi yang dimiliki secara lebih luas dan mendalam. 3. Kemampuan santri dalam memanfaatkan kemampuannya untuk mengatasi permasalahan yang menimpanya baik terkait dirinya ataupun orang lain. 4. Kemampuan santri dalam memecahkan masalah dan menggantinya dengan hal yang positif baik masalah dirinya ataupun yang menyangkut orang lain di

	<p>sekitarnya.</p> <p>Melalui layanan <i>preventif</i> dengan strategi bimbingan kelompok.</p>
<p>3. Aspek tujuan yang jelas dan terarah serta aspek memiliki selera humor berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri mampu memiliki tujuan dalam bertindak, dan tindakan yang dilakukan terorganisir</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri memiliki tujuan dalam setiap tindakan yang dilakukan. 2. Kemampuan santri melakukan tindakan dengan rencana yang tersusun dengan sebaik-baiknya. 3. Kemampuan santri mengatur perasaannya antara kesenangan dan kesedihan dalam menyikapi suatu masalah. 4. Kemampuan santri mengelola stress yang menyimpannya dengan semangat. <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>4. Aspek pandangan skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat serta aspek kematangan respon berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri mampu mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri mengetahui hak dan kewajibannya dilingkungan tempat tinggalnya sesuai dengan aturan dan

<p>sendiri, masyarakat, dan Tuhan, serta memiliki sistem nilai yang menjadi prioritas sebagai panutan.</p>	<p>perannya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Kemampuan santri menanamkan nilai-nilai dalam kehidupannya yang dijadikan pedoman hidup. 3. Kemampuan santri mengelola emosi dalam menyikapi permasalahan sehari-hari. 4. Kemampuan santri mencapai hubungan sosial dilingkungannya. 5. Kemampuan santri dalam bersikap dan bertata krama dilingkungannya. 6. Kemampuan santri dalam hubungannya dengan Tuhan <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>5. Aspek rasa tanggung jawab dan aspek kemampuan beradaptasi berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri bersedia melakukan berbagai aktivitas sesuai tugas sebagai santri, dan memahami serta menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan.</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri dalam melakukan kegiatan di pesantren. 2. Kemampuan santri dalam menerima aturan yang diterapkan pesantren. 3. Kemampuan santri mengikuti interaksi yang ada di pesantren bukan hanya pada teman

	<p>sekelompok saja melainkan teman-teman yang lain.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Kemampuan santri dalam mengubah pola belajar yang diterapkan di pesantren. 5. Kemampuan santri dalam membangun sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib pesantren 6. Kemampuan santri dalam mematuhi peraturan yang ada di pesantren. <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>6. Aspek perkembangan kebiasaan yang bermanfaat dan aspek minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri mampu melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, dan mampu merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien.</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri melakukan aktivitas yang bermanfaat baik untuk dirinya maupun orang lain. 2. Kemampuan santri dalam menanggapi tugas dan kewajiban dengan cepat dan tepat. 3. Kemampuan santri dalam mengikuti semua kegiatan yang diadakan di pesantren. 4. Kemampuan santri menerima pekerjaan yang diberikan

	<p>pesantren.</p> <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>7. Aspek terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik serta aspek kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya indikator: santri terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress, dan terhindar dari penyakit fisik yang disebabkan oleh stress.</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri mengetahui dan menjauhi perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri khususnya terkait stress. 2. Kemampuan santri untuk menjaga kondisi tubuhnya terhindar dari stress agar terlihat sehat. 3. Kemampuan santri berhubungan dengan orang lain bukan hanya teman kelompoknya saja melainkan kepada semua santri. 4. Kemampuan santri dalam berinteraksi dengan santri lain dan memiliki minat yang tulus. <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
<p>8. Aspek kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren dan aspek orientasi yang akurat terhadap realitas berada pada kategori sedang, ditandai oleh munculnya</p>	<p>Santri putri Kelas VII membutuhkan bimbingan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri mengenai :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan santri dalam menjalankan kegiatan sesuai

<p>indikator: santri menajalani aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hai sesuai dengan minat, dan menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari.</p>	<p>dengan minatnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Kemampuan santri menjalankan aktivitas sehari-hari dengan menikmati dan tanpa menjadikannya beban. 3. Kemampuan santri dalam menghadapi kenyataan yang terjadi dalam hidupnya. 4. Kemampuan santri dalam menargetkan cita-cita maupun kegiatan yang dijalannya. <p>Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.</p>
--	---

3. Tujuan

Secara umum, tujuan dari bimbingan sosial yaitu individu mampu mengatasi permasalahan-permasalahan yang ada pada dirinya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren. Adapun tujuan khusus dari bimbingan sosial adalah agar remaja dapat mengembangkan kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren yang meliputi: wawasan dan pengetahuan diri, objektivitas diri dan penerimaan diri, kontrol diri dan pengetahuan diri, integrasi pribadi, tujuan yang terarah dan jelas, pandangan, skala nilai, filsafat hidup yang akurat, selera humor, rasa tanggung jawab, kematangan respon, perkembangan kebiasaan yang bermanfaat, kemampuan beradaptasi, terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik, kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain, minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren, kepuasan dalam melakukan aktivitas di pesantren, dan orientasi yang akurat terhadap realitas.

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Tahapan Teknik Bermain Peran

Esensi bermain peran menurut Joyce (2009, hlm. 329) adalah keterlibatan peserta didik dan konselor dalam situasi masalah yang sebenarnya dan adanya keinginan untuk memunculkan resolusi damai serta memahami apa yang terjadi dalam situasi yang diperankan. Setiap sesi bermain peran memiliki sembilan langkah, yaitu, 1) memotivasi kelompok; 2) memilih peran; 3) menyiapkan tahap-tahap pemeran; 4) menyiapkan pengamat; 5) pemeranan; 6) diskusi dan evaluasi; 7) pemeranan ulang; 8) diskusi dan evaluasi; dan 9) berbagi pengalaman dan generalisasi (Shaftel dalam Joyce, 2009, hlm. 332).

Langkah-langkah bermain peran yang diintegrasikan kedalam tahapan bimbingan kelompok untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri lebih lanjut akan dijelaskan sebagai berikut.

a. Tahap pembentukan

Tahap ini adalah tahap pengenalan dan perlibatan dari anggota ke dalam kelompok dengan tujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok. Fase yang termasuk dalam tahap pembentukan adalah fase satu yaitu memotivasi kelompok yang mencakup memperkenalkan masalah kepada siswa sehingga mengetahui materi yang akan dipelajari. Selanjutnya diungkapkan masalah-masalah secara jelas. Bagian terakhir dari fase ini adalah mengajukan pertanyaan yang akan membuat siswa berpikir dan memprediksikan cerita yang akan ditampilkan.

b. Tahap peralihan

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keragu-raguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok. Tujuan dari tahap ini adalah terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya; makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan; makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

Fase yang termasuk dalam tahap peralihan, yaitu sebagai berikut.

- a) Fase dua, memilih pemeran. Guru dan siswa menggambarkan karakter-karakter peran. Mengenai seperti apa karakter peran-peran tersebut dan bagaimana peran dibawakan. Hendaknya guru bertanya kepada siswa, apakah siswa itu akan berpartisipasi dalam pemeranan. Kemudian siswa tersebut memilih peran yang mana. Apabila guru yang menentukan, hendaknya diperhitungkan kecenderungan kesukaan siswa terhadap peran yang ada.
- b) Fase tiga, menyiapkan tahap-tahap peran. Para pemain menggambarkan garis besar skenario. Gambaran sederhana setting dan aksi pemeranan salah satu pemeran. Guru dapat membantu tahap-tahap peran dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan sederhana mengenai hal-hal yang berkaitan dengan peran tersebut. Hal tersebut penting agar siswa merasa aman dalam melaksanakan role play dan memulai aksi pemeranan.
- c) Fase empat, menyiapkan pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan. Shaftel menyarankan agar guru terlibat menjadi pengamat dalam role play dengan menetapkan tugas untuk siswa. Seperti mengevaluasi realisme role play, memberi komentar terhadap keefektifan dan rangkaian sikap pemeran.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.

Fase yang termasuk dalam tahap peralihan, yaitu sebagai berikut.

- a) Fase lima, pemeranan. Guru membiarkan pemeran mengekspresikan ide mereka sesuai dengan tujuan. Apabila tindak lanjut yaitu diskusi menunjukkan kekurangpahaman siswa terhadap alur cerita yang diperankan, guru dapat meminta pemeranan ulang. Tujuan sederhana pemeranan adalah untuk mendirikan kejadian dan peran, yang kemudian peran dapat diselidiki, dianalisis dan dikerjakan kembali.
- b) Fase enam, diskusi dan evaluasi. Dengan mengajukan sebuah pertanyaan, siswa akan segera terpancing untuk segera mengeluarkan pendapatnya. Spontanitas diskusi hanya terjadi karena siswa mengerti apa yang baru saja diperankan.
- c) Fase tujuh, pemeranan ulang. Apabila terdapat gagasan mengenai alternatif-alternatif pemeranan, maka pemeranan ulang dilakukan. Dari uraian pada fase pemeranan, apabila dalam diskusi menunjukkan kekurangpahaman siswa, maka pemeranan ulang dilakukan.
- d) Fase delapan, diskusi dan evaluasi dilakukan sebagai tindak lanjut dari bermain peran tersebut. Diskusi dan evaluasi dilakukan untuk membahas fokus dari pemeranan ulang.

d. Tahap pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Dalam kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah

diperoleh melalui layanan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Fase yang termasuk dalam tahap peralihan yaitu fase sembilan mengenai berbagi pengalaman dan generalisasi. Guru hendaknya membentuk diskusi sehingga siswa setelah mengalami bermain peran dapat mengartikulasikan situasi masalah dan konsekuensinya. Bentuk diskusi yang mencukupi akan sampai pada kesimpulan yang tepat.

5. Sasaran Intervensi

Sasaran intervensi strategi bermain peran adalah santri kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Tahun Ajaran 2015/2016, dari keseluruhan santri yang berjumlah 165 santri dipilih santri yang berada pada kategori sedang sebanyak 20 santri yang dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Santri yang menjadi sasaran *treatment* adalah santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri sedang. Pertimbangan menentukan jumlah berdasarkan perspektif bimbingan kelompok bahwa jumlah anggota kelompok yang efektif adalah 8-15 orang (Winkel, 2006; Natawidjaja, 2007; DEPDIKNAS, 2008).

6. Sesi Intervensi

Tahapan bimbingan sosial untuk mengembangkan kemampuan Penyesuaian Diri Santri Kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016 dilaksanakan berdasarkan kesepakatan antara peneliti, pihak Pondok Pesantren, dan peserta, baik mengenai waktu dan tempat. Kegiatan dilaksanakan dalam 10 kali pertemuan, dalam kurun waktu hampir 1 bulan dengan program intervensi dilakukan selama 8 sesi dan diadakan dua kali dalam seminggu yang setiap sesinya berdurasi 50 menit. Penentuan jadwal intervensi berdasarkan kesepakatan antara konselor dan konseli. Setiap sesi, diberikan format skrip bermain peran sesuai dengan tema kegiatan.

Sesi pertama

Sesi pertama intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek pengetahuan dan wawasan diri serta objektivitas dan penerimaan diri. Tujuan dari sesi pertama intervensi adalah santri mampu memahami kelemahan diri dan mengontrol dirinya. Tema kegiatan pada sesi pertama adalah “Mengetahui kelemahan dan mengontrol diri menjadi lebih baik”

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi ke pertama memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu mengetahui kelemahan dan mengontrol diri menjadi lebih baik.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi pertama yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu tempat pensil, tas dll. Para pemain berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemeran dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana mengontrol diri dan mengakui kelebihan serta kelemahan diri untuk menjadi lebih baik. Peneliti menyampaikan indikator yaitu mengetahui kemampuan dan kelemahan diri, kesadaran mengenai motivasi diri yang mendasari perilaku, mengetahui kelemahan dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri, mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain, menerima kelemahan yang dimiliki untuk perbaikan diri, dan menghargai diri sendiri serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang mengetahui kelemahan dan kelebihan diri, serta mengontrol diri untuk menjadi lebih baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Mengetahui kelemahan dan mengontrol diri menjadi lebih baik

Pada saat jam pelajaran belum dimulai, terlihat sibuk beberapa orang santri. Rina kehilangan tempat pensilnya dan meluapkannya dengan penuh emosi, sehingga membuatnya tidak berpikir jernih dan Fitri salah sangka bahwa yang mengambil tempat pensil Rina adalah Septi, Rina pun mempercayainya dan menuduh Septi dengan segala tuduhan, Elsa mencoba menenangkan ternyata tempat pensil Rina bukan diambil oleh Septi melainkan tertinggal dan disimpan oleh Mira sehingga mereka semua kemudian meminta maaf karena salah menuduh dan tidak bisa mengontrol dirinya.

Sesi kedua

Sesi kedua intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek kontrol dan pengembangan diri serta integrasi pribadi. Tujuan dari sesi kedua adalah santri mampu membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki dan mengurangi beban tugas dengan berbagi tugas. Tema kegiatan pada sesi kedua

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

adalah “Mari membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki untuk mengurangi beban tugas”.

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi kedua memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki untuk mengurangi beban tugas.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi kedua yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu kertas undangan para tamu, dll. Para pemain berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisa pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana membagi tugas ketika permasalahan terjadi untuk membagi tugas agar menjadi ringan. Peneliti menyampaikan indikator yaitu berperilaku sesuai prinsip, standar, dan aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat, mengembangkan potensi yang dimiliki, memanfaatkan kemampuan pribadi efisien untuk menguasai permasalahan sehari-hari, dan mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang pembagian tugas ketika permasalahan terjadi dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Mari membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki untuk mengurangi beban tugas

Pesantren sebentar lagi akan mengadakan acara haul. Beberapa santri ditugaskan oleh Ustadzah untuk membantu mempersiapkan acara tersebut termasuk Mega dan Nida, mereka pun saling membagi tugas satu dengan yang lain untuk mempersiapkan acara haul. Nida meminta tolong pada Mega untuk mengecek undangan para tamu. Mega pun membantu Nida dan semua teman-teman Mega yang melihat Mega tengah sibuk ikut membantu Mega atas seijin Ustadzah sehingga mereka pun membantu Mega dan berbagi peran untuk mempermudah pekerjaan yang akan dilakukan.

Sesi ketiga

Sesi ketiga intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek tujuan yang jelas dan terarah serta selera humor. Tujuan dari sesi ketiga adalah santri memiliki semangat dalam menjalani hari-harinya dan memiliki tujuan dalam melakukan kegiatan. Tema kegiatan pada sesi ketiga adalah “Ayo semangat menjalani kegiatan”

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi ketiga memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu memiliki semangat dalam menjalani berbagai kegiatan.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi ketiga yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu buku pelajaran, dll. Para pemeran berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana membagi menjalani kegiatan dengan penuh semangat. Peneliti menyampaikan indikator yaitu memiliki tujuan dalam bertindak, tindakan yang dilakukan terorganisasi, terdapat keseimbangan emosi antara keseriusan dan kesenangan, dan memiliki semangat hidup ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (stress), serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang menjalani kegiatan sehari-hari dengan penuh semangat dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-

perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Ayo semangat menjalani kegiatan

Para santri tengah gaduh didalam kelas, masuklah Ustadzah Feni sebagai guru mata pelajaran untuk memberikan materi tentang impian dan cita-cita. Para santri pun sibuk mengacungkan tangan tanda ingin menjawab semua pertanyaan Ustadzah Feni yang dilontarkan kepada mereka, walaupun Hana selalu menyelutuk setiap teman lainnya menjawab tetapi Hana sangat semangat dalam menyimak dan menanggapi materi yang disampaikan Ustadzah Feni sehingga membuat Ustadzah Feni memberi tepuk tangan kepada Hana.

Sesi keempat

Sesi keempat intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek pandangan skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat dan kematangan respon. Tujuan dari sesi keempat adalah santri mampu memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dari berbagai bidang dalam hidupnya. Tema kegiatan pada sesi keempat adalah “Memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dari berbagai bidang dalam hidupnya”

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi keempat yaitu memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu pemahaman hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dalam berbagai bidang dalam hidupnya.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi keempat yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan dan

bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu makanan untuk berjualan, dll. Para pemeran berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana memahami hak dan kewajibannya sebagai seorang santri dalam mencapai kematangan ketika terjadi permasalahan dikehidupannya. Peneliti menyampaikan indikator yaitu mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan, memiliki sistem nilai yang menjadi prioritas sebagai panutan, mencapai kematangan emosional, mencapai kematangan sosial, mencapai kematangan moral, dan mencapai kematangan religius, serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang hak dan kewajibannya sebagai santri serta pencapaian kematangan baik dari sisi emosi, religius, moral, maupun sosial dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-

perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dalam berbagai bidang hidupnya

Pada sebuah pesantren, terjalinlah persahabatan antara 3 anak perempuan yang cukup terkenal di pesantrennya mereka adalah Ana, Dila dan Dinda. ketiganya memang sangat tenar diantara teman-temannya, tak hanya dikelas, ketenarannya pun menyebar luas dikalangan sekolah mereka. kemanapun pergi mereka selalu bertiga, penampilan nyentrik gaya modis ala orang kaya menjadi ciri khas dari ketiga santri tersebut. Sedangkan disisi lain, salah satu santri di pesantren yang terbilang biasa saja yaitu bernama Dewi, Dewi itu orangnya sederhana, dia berpenampilan biasa saja, bahkan dia dilahirkan dari keluarga yang sangat sederhana sekali jadi ya kalau sehari-hari hanya berpenampilan seadanya, dia selalu berjualan apa saja dipesantrennya, mulai dari makanan hingga pernak-pernik yang disukai perempuan. Dewi selalu dihina oleh ketiga temannya tersebut, dan Uswah adalah teman Dewi yang selalu membela Dewi. Suatu ketika, di pesantren sedang mengadakan pertemuan dengan orang tua, termasuk para orang tua mereka bertiga sebenarnya adalah orang yang biasa dan tidak sesuai seperti apa yang diceritakan mereka. Mereka bertigapun menahan malu, karena sebelumnya mereka selalu memamerkan kalau mereka itu orang kaya dan tajir, dan dia selalu membanggakan kalau keluarganya itu pengusaha kaya.

Dewi yang mengetahui hal itu lalu menghampiri mereka dan menghiburnya. Mereka pun malu selama atas perlakuannya selama ini kepada Dewi sehingga mereka pun meminta maaf atas sikap mereka. Mereka sadar tugas mereka dipesantren adalah untuk belajar dan saling berbagi dengan santri lain bukan saling menghina dan Dewi pun memaafkan mereka.

Sesi kelima

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Sesi kelima intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek rasa tanggung jawab dan kemampuan beradaptasi. Tujuan dari sesi kelima adalah santri mampu menyesuaikan dengan kehidupan di pesantren. Tema kegiatan pada sesi kelima adalah “Bertanggung jawab dan beradaptasi di pesantren”.

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi kelima yaitu memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu terkait bertanggung jawab dan beradaptasi di pesantren.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi kelima yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu *handphone*, dll. Para pemeran berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana bertanggung jawab terhadap perbuatan yang telah dilakukan dan beradaptasi ketika tinggal di pesantren. Peneliti menyampaikan indikator yaitu bersedia melakukan aktivitas sesuai tugas sebagai santri, memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan, mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren, mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren, dan mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

tertib di pesantren, serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang bertanggung jawab atas perbuatan yang telah dilakukan dan beradaptasi dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Bertanggung jawab dan beradaptasi di pesantren

Kejadian yang tidak Rahmah inginkan akhirnya terjadi. Orangtua Rahmah memaksanya untuk masuk pesantren. Keputusan itu tak bisa diganggu gugat. Mau tak mau Rahmah harus menuruti apa yang menjadi keputusan orangtuanya. Rohmah pun masuk pesantren dan harus beradaptasi termasuk tuntutan pesantren. Karena merasa bosan dan jenuh berada di pesantren, Ia pun meminta ibunya untuk membawa *handphone* padahal membawa barang elektronik adalah peraturan yang dilarang pesantren, Ia pun sembunyi-sembunyi walaupun teman-temannya sudah menasehatinya. Suatu ketika, Ustadzah mengetahui apa yang dilakukan Rahmah, Ia pun kemudian dikeluarkan dari pesantren. Ibu Rahmah pun datang dan Rahmahpun menerima hukuman itu dengan lapang dada, dia harus bertanggung jawab atas perbuatannya, walaupun menyesal tapi itulah resiko yang harus ditanggung Rahmah.

Sesi keenam

Sesi keenam intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek perkembangan kebiasaan yang bermanfaat dan minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren. Tujuan dari sesi keenam adalah santri mampu menjalani kegiatan di pesantren dengan sebaik-baiknya. Tema kegiatan pada sesi keenam adalah “Menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya.

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi keenam yaitu memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu terkait menjalani kegiatan sehari-hari dengan sebaik-baiknya.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi keenam yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu alat-alat kebersihan, dll. Para pemeran berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya tanpa rasa mengeluh. Peneliti menyampaikan indikator yaitu melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien, antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan, dan tidak memilih-milih

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

pekerjaan/tugas yang di berikan pesantren, serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang menjalani kegiatan sehari-hari dengan sebaik-baiknya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya

Suatu pagi, di sebuah pesantren. Seperti biasa, hari ini adalah hari kebersihan. Semua santri diwajibkan untuk membersihkan semua ruangan dan halaman pesantren dengan bersih. Yuni dan Isma ditugaskan untuk membersihkan ruangan Ustadzah. Ipit, Rahmi, dan Febri sudah terlebih dahulu berada di ruangan Ustadzah. Mereka pun dengan semangat melakukan kegiatan bersih-bersih itu dengan sebaik-baiknya.

Sesi ketujuh

Sesi ketujuh intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek terhindar dari repon yang merusak dan simtomatik serta kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain. Tujuan dari sesi ketujuh adalah santri mampu menjalani kegiatan dipesantren dengan sebaik-baiknya santri mampu berinteraksi dengan yang lain secara tulus dan menemukan solusi atas stress yang menimpanya. Tema kegiatan pada sesi ketujuh adalah “Berinteraksi dengan yang lain secara tulus dan menemukan solusi atas stress yang menimpa”

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi ketujuh memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu berinteraksi dengan yang lain secara tulus dan menemukan solusi dan stress yang menimpa.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi ketujuh yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis hafalan setoran. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu kitab yang perlu dihafal, dll. Para pemain berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Apakah cara berkomunikasi membuat stres dan bagaimana solusinya serta evaluasi untuk mengatasi stres. Peneliti menyampaikan indikator yaitu terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress, terhindar dari penyakit fisik yang disebabkan oleh stress, kemampuan berhubungan dengan orang lain, dan menumbuhkan minat yang tulus terhadap orang lain serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat

dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang cara-cara berkomunikasi, stres dan solusinya agar tidak distress dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Berinteraksi dengan yang lain secara tuas dan menemukan solusi atas stress yang menimpa

Suatu sore di pesantren. Semua santri tengah sibuk melakukan hafalan yang akan disetorkan ke pembimbing. Najiyah dan Restu tengah sibuk menghafal, kemudian datanglah Nindi, Ria, dan Destria. Mereka pun lalu menghafal tetapi Najiyah tidak dapat berkonsentrasi dan tidak dapat masuk hafalannya semenjak tadi sehingga membuatnya stress, Nindy pun memberikan solusi yaitu dengan melantunkan ayat sesuai irama agar mudah diingat. Mereka pun kompak mencobanya dan ternyata solusi tersebut berhasil.

Sesi kedelapan

Sesi kedelapan intervensi bermain peran adalah bermain peran dengan aspek kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren dan orientasi yang akurat terhadap realitas. Tujuan dari sesi kedelapan adalah santri mampu membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat. Tema kegiatan pada sesi kedelapan adalah “Membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat”

1. Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan di sesi kedelapan yaitu memotivasi kelompok untuk tetap terlibat dalam kelompok, memperkenalkan masalah kepada anggota kelompok yaitu terkait membuat rencana dan target sesuai dengan minat santri.

2. Tahap peralihan

Pada tahap peralihan di sesi kedelapan yaitu (1) memilih pemeran. Peneliti dan anggota kelompok yang ditunjuk atau bersedia berperan menggambarkan karakter-karakter peran sesuai sinopsis cerita. Apa karakter peran-peran dan bagaimana peran dibawakan; (2) menyiapkan tahap-tahap peran yaitu: sarana pendukung pada saat peran dilakukan yaitu kertas karton, spidol, dll. Para pemeran berdiskusi mengenai garis besar skenario berdasarkan analisa terhadap sinopsis; (3) peneliti menyiapkan pengamat yaitu santri yang tidak terlibat sebagai pemain dan belum pernah menjadi pengamat. Pengamat terlibat aktif seperti kelompok pemeran dan menganalisis pemeranan dengan cara mengisi mengisi jurnal pengamat.

3. Tahap kegiatan

Peneliti mempersilahkan pemeran mengekspresikan ide yang telah didiskusikan dalam skenario sesuai dengan tujuan; diskusi tentang kondisi-kondisi komunikasi yang dapat terjadi dalam pemeranan. Bagaimana membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat santri. Peneliti menyampaikan indikator yaitu aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan minat, menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari, bersikap realistis, dan memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu, serta mengajak anggota kelompok untuk menilai apakah indikator tercapai berdasarkan format observasi pengamat maupun pikiran dan perasaan pemeran; berdasarkan hasil evaluasi dilakukan pemeranan ulang sebagai alternatif solusi; serta diskusi dan evaluasi tentang perilaku-perilaku yang dapat dilakukan santri untuk mengembangkan perilaku baru sehingga lebih mampu menyesuaikan diri.

4. Tahap pengakhiran

Peneliti dan anggota kelompok baik pemeran maupun pengamat berbagi pengalaman tentang membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan generalisasi komitmen-perilaku yang akan dilakukan sebagai proses pembiasaan yang akan dilakukan dan dilaporkan pada pertemuan sesi berikutnya.

Sinopsis Cerita

Tema : Membuat rencana dan target untuk cita-cita sesuai dengan minat

Suatu sore di tengah-tengah kesibukan santri lain yang tengah bersantai. Tika tengah asik membuat jadwal dan target selama di pesantren diatas kertas karton, Kiki dan Ilma yang melihat aktivitas Tika, langsung menghampirinya. Tak berapa lama, datanglah Safna dan Ayu ke kamar mereka dan melihat aktivitas yang tengah dilakukan mereka. Safna dan Ayu rupanya sudah terlebih dahulu membuat jadwal dan target selama di pesantren dan hasilnya membuat mereka menjadi termotivasi dan satu per satu mulai mencapai target yang diinginkan. Mendengar cerita tersebut, membuat Tika semakin yakin untuk membuat hal yang sama, tidak lupa Kiki dan Ilma pun ikut membuatnya untuk kemudian di tempel pada dinding kamar mereka.

Peneliti kemudian menanyakan apakah mereka semua senang dalam melakukan bermain peran dan apa yang ingin dilakukan kedepannya setelah memerankan adegan tersebut. Pada bagian akhir, santri diharapkan mampu membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat. Indikator keberhasilan dari sesi kedelapan yakni para santri menjalani aktivitas sehari-hari sesuai dengan minat, menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari, bersikap realistis, dan memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu.

Tahap akhir dari program intervensi dilakukan dengan melakukan penilaian pada treatment yang dilakukan peneliti dan melakukan *Post-Test* sebagai penilaian terhadap perubahan sikap yang ditunjukkan dengan menggunakan skor perubahan, dengan skor kenaikan berarti santri telah mampu memahami dan

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mengalami perubahan selama dilakukan treatment dan peneliti menyampaikan secara keseluruhan proses treatment dan penelitian yang dilakukan kepada pesantren, bahwa kegiatan telah terlaksana dengan baik dan telah selesai dilakukan

Adapun tugas peneliti (konselor) secara khusus adalah sebagai berikut:

- a. Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan kegiatan layanan.
- b. Mendorong peserta didik untuk saling bekerja sama dalam kelompok, saling memotivasi setiap anggota kelompoknya.
- c. Membangun kepercayaan setiap anggota kelompoknya.
- d. Mendorong peserta didik membantu memecahkan masalah yang timbul selama kegiatan berlangsung.
- e. Memahami yang harus dilaksanakan dan yang tidak boleh dilakukan.

Menjawab pertanyaan yang belum terjawab oleh peserta didik.

7. Indikator Keberhasilan

Intervensi dianggap berhasil ditandai dengan meningkatnya skor karakteristik kemampuan penyesuaian diri santri terutama pada tema dalam satuan layanan bimbingan dan konseling, diantaranya sebagai berikut.

1. Mengetahui kelemahan dan mengontrol diri menjadi lebih baik dengan indikator yaitu mengetahui kemampuan dan kelemahan diri, kesadaran mengenai motivasi diri yang mendasari perilaku, mengetahui kelemahan dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri, mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain, menerima kelemahan yang dimiliki untuk perbaikan diri, dan menghargai diri sendiri
2. Mari membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki untuk mengurangi beban tugas, dengan indikator yaitu berperilaku sesuai prinsip, standar, dan

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat, mengembangkan potensi yang dimiliki, memanfaatkan kemampuan pribadi efisien untuk menguasai permasalahan sehari-hari, dan mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif.

3. Ayo semangat menjalani kegiatan, dengan indikator yaitu memiliki tujuan dalam bertindak, tindakan yang dilakukan terorganisasi, terdapat keseimbangan emosi antara keseriusan dan kesenangan, dan memiliki semangat hidup ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (stress).
4. Memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dalam berbagai bidang hidupnya, dengan indikator yaitu mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan, memiliki sistem nilai yang menjadi prioritas sebagai panutan, mencapai kematangan emosional, mencapai kematangan sosial, mencapai kematangan moral, dan mencapai kematangan religius.
5. Bertanggung jawab dan beradaptasi di pesantren, dengan indikator yaitu bersedia melakukan aktivitas sesuai tugas sebagai santri, memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan, mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren, mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren, dan mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren.
6. Menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya, dengan indikator yaitu melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien, antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan, dan tidak memilih-milih pekerjaan/tugas yang di berikan pesantren.
7. Berinteraksi dengan yang lain secara tuas dan menemukan solusi atas stress yang menimpa, dengan indikator yaitu terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress, terhindar dari penyakit fisik yang disebabkan oleh stress, kemampuan berhubungan dengan orang lain, dan menumbuhkan minat yang tulus terhadap orang lain.

8. Membuat rencana dan target untuk cita-cita sesuai dengan minat, dengan indikator yaitu aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan minat, menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari, bersikap realistis, dan memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu.

8. Rencana Operasional (*Action Plan*)

Pelaksanaan bimbingan sosial teknik bermain peran untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri Santri Putri Kelas VII dilakukan di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon tahun ajaran 2015/2016. Berikut agenda kegiatan operasional disajikan pada tabel 3.8.

Tabel 3.8

Rencana Operasional Bimbingan Sosial untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian Diri Santri Putri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016

Kegiatan	Tujuan	Sasaran	Materi	Waktu
Analisis Kebutuhan (need Assesment) melalui penyebaran instrumen	Menyesuaikan program yang akan di buat dengan kebutuhan santri putri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon Tahun Ajaran 2015/2016	Santri putri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon	Angket Kemampuan Penyesuaian Diri	1 Bulan
Pengolahan Data	Hasil penyebaran angket dianalisis kemudian menentukan layanan khusus yang akan diberikan	Peneliti	Analisis hasil angket kemampuan penyesuaian diri	2 Minggu
Penyusunan Program Bimbingan Sosial dengan Teknik Bermain Peran untuk Mengembangkan Kemampuan Penyesuaian	Agar kegiatan bimbingan dapat terstruktur dan sistematis sesuai dengan kebutuhan santri putri	Peneliti dan Personel BK	Hasil Analisis kebutuhan dan karakteristik santri kelas VII	2 Minggu

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Diri Santri.				
Sosialisasi Program a. Guru pesantren b. Santri kelas VII	Guru pesantren mengetahui program bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri yang akan dilaksanakan.	Guru pesantren dan santri putri	Program bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri kelas VII.	1 Bulan

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
Pengetahuan dan wawasan diri serta objektivitas dan penerimaan diri	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan pengetahuan dan wawasan diri serta objektivitas dan penerimaan diri.	Santri mampu memahami kelemahan diri dan mengontrol dirinya..	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang.	“Mengetahui kelemahan dan mengontrol diri menjadi lebih baik”	<ol style="list-style-type: none"> 1. Santri mengetahui kemampuan dan kelemahan diri. 2. Santri sadar mengenai motivasi diri yang mendasari perilaku. 3. Santri 	50 Menit

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							mengetahui kelemahan dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri 4. Santri Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain 5. Santri Menerima kelemahan yang dimiliki untuk perbaikan diri	

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							6. Santri mampu menghargai diri sendiri	
Kontrol dan pengembangan diri serta integrasi pribadi	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek kontrol dan pengembangan diri serta integrasi pribadi	Santri mampu membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki dan mengurangi beban tugas dengan berbagi tugas	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang	“Mari membagi tugas sesuai dengan potensi yang dimiliki untuk mengurangi beban tugas”	<ol style="list-style-type: none"> 1. Santri mampu berperilaku sesuai prinsip, standar, dan aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat 2. Santri mampu mengembangkan potensi yang dimiliki 3. Santri memanfaatkan kemampuan pribadi efisien untuk menguasai 	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							permasalahan sehari-hari 4. Santri mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif	
Tujuan yang jelas dan terarah serta selera humor	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek tujuan yang jelas dan terarah serta selera humor	Santri memiliki semangat dalam menjalani hari-harinya dan memiliki tujuan dalam melakukan kegiatan	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang.	“Ayo semangat menjalani kegiatan”	<ol style="list-style-type: none"> 1. Santri memiliki tujuan dalam bertindak 2. Santri melakukan kegiatan dengan terorganisir 3. Santri mampu menyeimbangkan emosi antara 	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							keseriusan dan kesenangan 4. Santri memiliki semangat hidup ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (stress)	
Pandangan skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat dan kematangan respon	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek pandangan skala nilai, dan filsafat hidup yang akurat dan kematangan respon	Santri mampu memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dari berbagai bidang dalam hidupnya	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang.	“Memahami hak dan kewajiban serta mencapai kematangan dari berbagai bidang dalam hidup”	1. Santri mampu memahami hak dan kewajibannya serta mencapai kematangan dari berbagai bidang dalam hidupnya 2. Santri Memiliki	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							sistem nilai yang menjadi prioritas sebagai panutan 3. Santri mampu mencapai kematangan emosional 4. Santri mampu mencapai kematangan sosial 5. Santri mampu mencapai kematangan moral 6. Santri mampu mencapai kematangan religius	

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
Rasa tanggung jawab dan kemampuan beradaptasi	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek rasa tanggung jawab dan kemampuan beradaptasi	Santri mampu menyesuaikan dengan kehidupan di pesantren	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang.	“Bertanggung jawab dan beradaptasi di pesantren”.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bersedia melakukan aktivitas sesuai tugas sebagai santri 2. Santri memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan 3. Santri Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren 4. Santri Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola 	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							belajar di pesantren 5. Santri mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren	
Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat dan minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek perkembangan kebiasaan yang bermanfaat dan minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren	Santri mampu menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang	“Menjalani kegiatan dengan sebaik-baiknya”	1. Santri dapat melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari 2. Santri merespon tuntutan-tuntutan dalam	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
							kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien 3. Santri Antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan. 4. Santri tidak teralu memilih-milih pekerjaan/tugas yang di berikan pesantren.	
Terhindar dari repon yang merusak dan simtomatik serta kemampuan	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai pada aspek terhindar dari repon yang merusak dan simtomatik serta kemampuan untuk berinteraksi dan	Santri mampu berinteraksi dengan yang lain secara tulus dan menemukan solusi atas	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang	“Berinteraksi dengan yang lain secara tulus dan menemukan solusi atas stres yang menimpa”.	1. Santri Terhindar dari perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress 2. Santri Terhindar dari penyakit fisik	50 Menit

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain.			memiliki minat terhadap orang lain.	stress yang menimpanya			yang disebabkan oleh stress 3. Santri memiliki kemampuan berhubungan dengan orang lain 4. Santri menumbuhkan minat yang tulus terhadap orang lain	
Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren dan orientasi yang akurat terhadap	Bimbingan Kelompok	Bermain Peran	Menata tujuan yang ingin dicapai dalam mengembangkan aspek kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren dan orientasi yang akurat terhadap	Santri mampu membuat rencana dan target untuk cita-citanya sesuai dengan minat	Santri yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang	“Membuat rencana dan target dalam meraih cita-cita sesuai minat”	1.Santri menjalani aktivitas sesuai dnegan minat. 2.Santri menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari. 3.Santri mampu	

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pelaksanaan								
Aspek	Strategi	Teknik/ Metode	Standar Kompetensi	Tujuan	Sasaran	Topik	Indikator Keberhasilan	Waktu
realitas			realitas				bersikap realistis 4. Santri memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu.	

9. Sistem Sosial

Fasilitator adalah seseorang yang memiliki tanggung jawab dalam memberikan tahapan-tahapan bimbingan kepada peserta. Seorang fasilitator juga menanamkan kepercayaan dan kualitas antara dirinya dengan konseli. Fasilitator dapat mendorong peserta untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, dan tindakan yang apa adanya dengan memberikan umpan balik yang positif kepada peserta. Penting yang perlu diperhatikan fasilitator yaitu konseli tetaplah pihak yang berperan mengambil alih dan mengontrol arah bimbingan.

Joyce, Weil, dan Calhoun (2011, hlm. 285) menyatakan peran fasilitator adalah sebagai berikut.

1. Fasilitator melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran.
2. Fasilitator membimbing peserta agar memiliki sensitivitas yang tinggi terhadap beberapa aspek lingkungan sosial sehingga dapat meningkatkan kapasitas dalam merefleksikan lingkungan sekitar.
3. Fasilitator memberikan respon kepada peserta dalam rangka membantu mereka menelusuri sisi-sisi yang berbeda dalam situasi permasalahan tertentu, memperhitungkan dan mempertimbangkan alternatif yang muncul dari sudut pandang yang berbeda. Fasilitator membimbing setiap peserta untuk memiliki pandangan yang aktif terhadap kehidupan.
4. Fasilitator membimbing peserta untuk meningkatkan kesadaran mengenai pikiran, dan perasaan mereka sendiri.
5. Fasilitator memfasilitasi peserta dalam kegiatan kelompok

10. Sistem Pendukung

Sistem pendukung yang digunakan dalam mencapai tujuan bimbingan sosial, yaitu kompetensi fasilitator, pedoman kelompok, dan materi yang diberikan. Kompetensi fasilitator yang perlu dimiliki fasilitator dalam implementasi layanan bimbingan sosial di Pondok Pesantren Khas Kempek sebagai berikut.

1. Fasilitator mampu mengidentifikasi profil kemampuan penyesuaian diri santri.

2. Fasilitator terampil melibatkan setiap individu dalam kegiatan kelompok khususnya teknik bermain peran sehingga individu dapat mengambil pelajaran dan merefleksikan pengalaman tersebut di kehidupan sehari-hari sehingga mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya.
3. Fasilitator mampu menunjukkan penghargaan positif terhadap pikiran, perasaan, dan tindakan setiap individu dalam kegiatan kelompok.
4. Fasilitator memahami keterkaitan antara nilai-nilai yang muncul setiap proses layanan dengan kehidupan sehari-hari yang terjadi pada individu.

11. Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan dalam layanan bimbingan sosial adalah dengan melihat perkembangan kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Khas Kempek yang terdiri dari wawasan dan pengetahuan diri, objektivitas diri dan penerimaan diri, kontrol diri dan pengetahuan diri, integrasi pribadi, tujuan yang terarah dan jelas, pandangan, skala nilai, filsafat hidup yang akurat, selera humor, rasa tanggung jawab, kematangan respon, perkembangan kebiasaan yang bermanfaat, kemampuan beradaptasi, terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik, kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain, minat yang luas terhadap pekerjaan dan bermain, orientasi yang akurat terhadap realitas.

Evaluasi dilakukan dengan dua cara, yaitu tes, dan observasi. Tes dilakukan dengan mengukur kemampuan penyesuaian diri santri dengan pengukuran menggunakan kuesioner penyesuaian diri santri. Layanan bimbingan sosial dikatakan berhasil jika hasil skor kuesioner kemampuan penyesuaian diri santri setelah mengikuti layanan lebih tinggi daripada skor kuesioner kemampuan penyesuaian diri santri sebelum mengikuti layanan. Evaluasi dengan observasi dilakukan dengan lembar observasi dalam setiap tahap layanan untuk melihat pencapaian indikator-indikator kemampuan penyesuaian diri yang ditunjukkan santri selama mengikuti layanan bimbingan sosial.

G. Analisis Data Tes Akhir (*Post-test*)

Skor *post-test* kemampuan penyesuaian diri santri yang telah diperoleh diuji melalui pengujian sebagai berikut.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan *software SPSS 20 for windows* dengan uji statistic *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk* menggunakan taraf signifikansi 5%. Hipotesis yang digunakan pada uji normalitas sebagai berikut:

H_0 = Data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal.

H_1 = Data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi tidak normal.

Kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika $\text{Sig.} \geq 0.05$ maka H_0 diterima.
- 2) Jika $\text{Sig.} < 0.05$ maka H_0 ditolak.

Tabel 3.9

Hasil Uji Normalitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

KELOMPOK	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
POSTTES EKSPERIMEN	,152	10	,200*	,923	10	,380
KONTROL	,197	10	,200*	,946	10	,624

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Nilai signifikansi skor *post-test* dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk hasil sebesar 0.200 untuk kelas eksperimen dan untuk kelas kontrol sebesar 0,200, pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$. Sedangkan jika uji dengan *Shapiro-Wilk* didapatkan hasil signifikansi *post-test* sebesar 0.380 untuk kelas eksperimen dan untuk kelas kontrol sebesar 0,624. Oleh karena itu nilai signifikansi *post-test* baik kelas eksperimen dan kelas kontrol lebih besar dari $\alpha = 0.05$, maka H_0 tidak ditolak dan H_1 = ditolak berarti berdistribusi normal.

Fanny Septiany Rahayu, 2016

PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan bila data berdistribusi normal, pengujian dilanjutkan dengan menguji homogenitas data menggunakan bantuan *software SPSS 20 for windows* dengan uji statistic *leven's test* dengan taraf signifikan 5%. Uji homogenitas dimaksudkan untuk menilai apakah data hasil penelitian dari dua kelompok yang diteliti memiliki varian yang sama atau tidak. Jika data memiliki varians yang cenderung sama (homogen) berarti sampel-sampel dari kedua kelompok tersebut berasal dari populasi yang sama/seragam.

H_0 = Varians kedua kelompok data tidak berbeda (varian data homogen)

H_1 = Varians kedua kelompok data berbeda (varians data tidak homogeny)

Tabel 3.10

Hasil Uji Homogenitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,229	1	18	,638

Hasil tabel 3.9 diperoleh hasil uji Levene Statistic sebesar 0.638, pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$. Berdasarkan hipotesis yang digunakan untuk uji homogenitas H_0 diterima dan H_1 ditolak. Disimpulkan varians data yang dianalisis homogen.

3. Uji Perbedaan Rata-rata

Uji perbedaan rata-rata dilakukan dengan menggunakan uji independent sampel T-Test karena data hasil penelitian berdistribusi normal dan homogen, jumlah sampel penelitian berjumlah 20 santri yang artinya kurang dari 30 siswa.

Pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol hasil nilai sig (2-tailed) sebesar $0,04 < 0,05$, maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji t independent sampel, dapat disimpulkan terdapat pebedaan antara rata-rata sebelum intervensi kemampuan penyesuaian diri santri pada kelompok eksperimen dan juga kelompok kontrol.

4. Uji N-Gain

Perhitungan N-Gain dilakukan untuk mengetahui peningkatan keterampilan kritis. Menurut Hake (Capriati, 2013, hlm. 33) untuk menghitung N-Gain menggunakan rumus sebagai berikut :

$$g = \frac{S_{post} - S_{pre}}{S_{maks} - S_{pre}}$$

Keterangan : g = N – Gain
 S_{post} = skor posttest
 S_{pre} = Skor pretest
 S_{maks} = skor maksimum soal

Dengan kriteria sebagai berikut $g \geq 0,7$ = Tinggi
 $0,3 \leq g < 0,7$ = Sedang
 $g < 0,3$ = Rendah

5. Uji t Berpasangan

Jika data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas maka digunakan uji t. Skor t hasil penelitian menggunakan program *SPSS 20*, dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples*. Hipotesis yang diuji adalah

H_0 = Bimbingan sosial dengan teknik bermain peran efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri

H_1 = Bimbingan sosial dengan teknik bermain peran tidak efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri

Kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

Jika Sig. ≥ 0.05 maka H_0 tidak ditolak.

Jika Sig < 0.05 maka H_0 ditolak.

H. Prosedur Penelitian

Pada penelitian ditentukan dua kelas sebagai subyek penelitian, kelas pertama sebagai kelas eksperimen dan kelas kedua sebagai kelas kontrol. *Pertama* masing-masing kelompok diberi *pre-test* dengan maksud mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Pada kelas eksperimen diberi perlakuan berupa pelaksanaan bimbingan sosial dengan teknik bermain peran oleh kelompok santri yang prosedur dan cara permainannya sudah di sosialisasikan terlebih dahulu. Kegiatan dilakukan pada situasi pembelajaran, topik yang diberikan berisi materi tentang komponen kemampuan penyesuaian diri.

Lebih lengkap prosedur penelitian meliputi langkah berikut:

1. Persiapan
 - a. Studi Literatur
 - b. Studi pendahuluan di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon.
 - c. Membuat proposal penelitian dan mengkonsultasikannya dengan dosen pembimbing akademik.
 - d. Proposal penelitian yang telah disahkan di seminar
 - e. Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing tesis.
 - f. Mengajukan permohonan izin penelitian.
 - g. Bimbingan dengan dosen pembimbing tesis
 - h. Membuat instrumen penelitian berikut penimbangannya kepada dosen ahli.
2. Pelaksanaan
 - a. Melakukan uji coba instrumen pada seluruh santri putri Kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon tahun ajaran 2015/2016 yang merupakan pelaksanaan *pre-test*.
 - b. Menghitung validitas dan reliabilitas instrumen yang telah diujicobakan.
 - c. Menentukan sampel *treatment*.
 - d. Mengembangkan program *treatment* bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan penyesuaian diri santri berdasarkan hasil analisis data penelitian.

Untuk menghasilkan program *treatment* bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan penyesuaian diri santri yang layak, maka dilakukan beberapa tahapan kegiatan sebagai berikut.

- 1) Tahap *needs assessment* tentang kemampuan penyesuaian diri santri putri Kelas VII Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon.
- 2) Tahap penyusunan program *treatment* bimbingan sosial dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri, berdasarkan analisis dari hasil *needs assessment*.
- 3) Melakukan *treatment* untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri dengan program yang telah di susun.
- 4) Melakukan *post-test* untuk memperoleh data setelah dilakukannya *treatment*.

3. Pelaporan

Tahapan pelaporan merupakan tahap akhir dari tahapan penelitian. Pada tahap pelaporan, seluruh kegiatan dan hasil penelitian dianalisis dan dilaporkan dalam bentuk karya ilmiah (tesis) untuk kemudian dipertanggung jawabkan.