

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN
PENDEKATAN *BEHAVIORISTIK* DENGAN TEKNIK *MODELLING*
UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA DALAM
BELAJAR DI ERA *NEW NORMAL***

TESIS



Oleh

**ALFUN SANDI
NIM. 20151002**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

ABSTRACT

Alfun Sandi. 2022. "The Effectiveness of Group Guidance Using a Behavioristic Approach with Modeling Techniques to Improve Student Adjustment in the Era New Normal". Thesis. Guidance and Counseling Masters Study Program, Faculty of Education Universitas Negeri Padang.

Today the world of education has changed from offline to online so that students are less able to adjust to learning which causes students to copy their friends' assignments, leave the program when online learning, often leave absences, come to school not on time, use information and communication technology to play games, when the camera zoom is turned off, and difficulties in doing the assignments given by the teacher. The adjustment experienced by students in the new normal era has not been effective by being given group guidance to overcome student adjustment. Therefore, this study aims to (1) analyze the differences in students' self-adjustment in learning before and after taking group guidance using a behavioristic approach with modeling techniques, (2) analyzing the differences in students' self-adjustment in learning the control group before and after taking group guidance without special treatment, (3) analyzing the difference between students' self-adjustment in learning after participating in group guidance activities using a behavioristic approach with modeling techniques compared to the control group following group guidance without special treatment.

The research method used is quantitative research. This type of research is Quasi Experiment Design. The population in this study was 218 students, using the Slovin formula to 141 students, then from the results of the overall data taken 22 students who were divided into 11 students for the experimental group and 11 students for the control group. The sampling used is Simple Random Sampling. The research instrument used a Likert Scale model, the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test and the Kolmogorov-Smirnov with the help of SPSS version 20.00.

The results showed that (1) there were differences in students' self-adjustment in learning the experimental group before and after taking group guidance using a behavioristic approach with modeling techniques, (2) there were differences in students' adjustment in learning the control group before and after taking group guidance without special treatment, (3) there are differences in student adjustment in learning the experimental group who followed group guidance using a behavioristic approach with modeling techniques compared to the control group who was given group guidance without special treatment. Therefore, group guidance uses a behavioristic approach with effective modeling techniques to improve students' self-adjustment in learning in the new normal era.

Keywords: Group Guidance, Behavioristic with Modeling Techniques, Student Adjustment in Learning in the New Normal Era.

ABSTRAK

Alfun Sandi. 2022. “Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era *New Normal*”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Dewasa ini dunia pendidikan berubah dari luring menjadi daring sehingga siswa kurang bisa menyesuaikan diri dalam belajar yang menyebabkan siswa menjiplak tugas teman, keluar dari program saat pembelajaran daring, sering menitipkan absen, datang sekolah tidak tepat waktu, memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk bermain *game*, di waktu *zoom* kamera dimatikan, dan kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru. Penyesuaian diri yang dialami siswa di era *new normal* belum ampuh dengan diberikan bimbingan kelompok untuk penanggulangan penyesuaian diri siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk (1) menganalisis perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar sebelum dan setelah mengikuti bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling*, (2) menganalisis perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar kelompok kontrol sebelum dan setelah mengikuti bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus, (3) menganalisis perbedaan antara penyesuaian diri siswa dalam belajar setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* dibandingkan kelompok kontrol yang mengikuti bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus.

Metode penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment Design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 218 siswa, dengan menggunakan rumus slovin menjadi 141 siswa, selanjutnya dari hasil data keseluruhan diambil 22 siswa yang dibagi menjadi 11 siswa untuk kelompok eksperimen dan 11 siswa untuk kelompok kontrol. Penarikan sampel yang digunakan *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan model *Skala Likert*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling*, (2) terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus, (3) terdapat perbedaan yang signifikan penyesuaian diri siswa yang mengikuti bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* dan mengikuti bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus. Oleh karena itu, bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*.

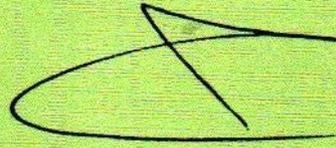
Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Pendekatan *behavioristik* dengan Teknik *Modelling*, Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era *New Normal*.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : ALFUN SANDI
NIM : 20151002

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
------	--------------	---------

Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
Pembimbing

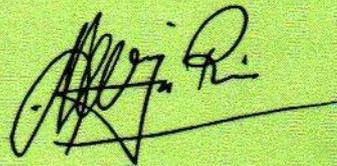


**Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang**



Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd.
NIP. 19630320 198803 1 002

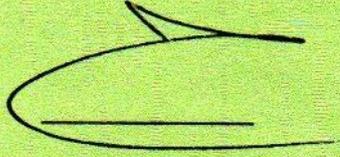
**Koordinator Program Studi S2
Bimbingan dan Konseling FIP UNP**

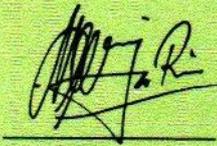


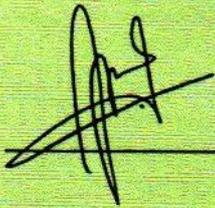
Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons.
NIP. 19551109 198103 2 003

PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN

No	Nama	Tanda Tangan
----	------	--------------

1.	<u>Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.</u> <i>Ketua</i>	
----	--	---

2.	<u>Prof. Dr. Neviarni S., M.S., Kons.</u> <i>Anggota</i>	
----	---	--

3.	<u>Dr. Nurfarhanah, S.Pd., M.Pd., Kons.</u> <i>Anggota</i>	
----	---	---

Mahasiswa

Nama : Alfun Sandi
NIM : 20151002
Tanggal Ujian : 16 November 2022

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis dengan judul “**Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era *New Normal*” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun di Perguruan Tinggi lainnya.**
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarang serta dimasukkan pada referensi.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dari pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh, karena karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, November 2022

Saya yang menyatakan



ALFUN SANDI
NIM. 20151002

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT berkat rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan tesis ini yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era *New Normal*”. Selanjutnya ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian hasil penelitian ini.

1. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dan tulus dalam memberikan masukan, saran, arahan dan semangat bagi peneliti untuk penyelesaian hasil penelitian ini.
2. Ibu Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons., selaku koordinator S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang sekaligus penguji I dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan tesis ini.
3. Ibu Dr. Nurfarhanah, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku penguji II dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, kepada peneliti demi kesempurnaan tesis ini.
4. Bapak Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons., selaku penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, kepada peneliti demi kesempurnaan tesis ini.

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, khususnya dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Staf Tata Usaha Program Pascasarjana FIP UNP yang telah memberikan pelayanan terbaik dan kelancaran administrasi dalam rangka penyelesaian tesis ini.
7. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu Guru BK serta Staf Tata Usaha di SMP Negeri 19 Kerinci yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan kerja sama, sehingga data penelitian ini dapat diperoleh.
8. Kedua orangtua tercinta, Bapak IPTU (Purnawirawan) Yulizon DPT dan Ibu Kartini, Saudara kandung Kompol Yulhendri SH., SIK., MIK., Novriani S.Pd., M.Pd., dan Yestri Putri Yukar S.Tr.Keb., yang telah memberikan doa dan motivasi demi menyelesaikan tesis ini.
9. Kepada teman sepembimbingan Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang 2020 Sri Hastuti, S.Pd., Fitriani Syamal, S.Pd., dan Robbi Asri, S.Pd., yang saling membantu, memberikan motivasi demi menyelesaikan tesis ini.
10. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang khususnya PPS BK 2020 yang telah banyak memberikan motivasi dan masukan dalam penyelesaian tesis ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyusun tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan pahala dan kemuliaan di sisi-Nya atas segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti. Peneliti sangat menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Peneliti dengan segala kerendahan hati mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan penulisan dimasa yang akan datang. Peneliti sangat berharap tesis ini dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling. Akhirnya peneliti serahkan diri kepada Allah SWT dan berdoa semoga kita selalu mendapat rahmat dan kasih sayang-Nya.

Padang, Oktober 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
G. Kebaharuan dan Orisinalitas	14
H. Definisi Operasional	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	17
1. Penyesuaian Diri Remaja	17
a. Pengertian penyesuaian Diri	17
b. Karakteristik Penyesuaian Diri	18
c. Aspek Penyesuaian Diri	20
d. Faktor-faktor Mempengaruhi Penyesuaian Diri	24
e. Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri	28
f. Penyesuaian Diri Remaja dalam Belajar	29
2. Layanan Bimbingan Kelompok	31
a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	31
b. Tujuan Bimbingan Kelompok	33
c. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok	36
d. Asas-asas Bimbingan Kelompok	36
e. Unsur-unsur Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	38
f. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	41
3. Pendekatan <i>Behavioristik</i>	42
a. Pengertian dan Tujuan Pendekatan <i>Behavioristik</i>	42
b. Konseling <i>Behavioristik</i>	44
c. Teknik Pendekatan <i>Behavioristik</i>	45
d. Langkah-langkah Pendekatan <i>Behavioristik</i>	48
e. Kelebihan dan Kelemahan Pendekatan <i>Behavioristik</i>	50
4. Teknik Modelling	52
a. Pengertian Teknik <i>Modelling</i>	52
b. Macam-macam penokohan (<i>Modelling</i>)	53

c. Prinsip-prinsip <i>Modelling</i>	55
d. Langkah-langkah <i>Modelling</i>	55
e. Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Modelling</i>	58
5. Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Behavioristik</i>	
Teknik <i>Modelling</i>	59
B. Penelitian yang Relevan	60
C. Kerangka Konseptual	62
D. Hipotesis Penelitian.....	65
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	66
B. Populasi dan Sampel	73
C. Pengembangan Instrumen	74
D. Teknik Pengumpulan Data	79
E. Analisis Data	79
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	82
B. Pembahasan.....	105
C. Keterbatasan Penelitian	112
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	114
B. Implikasi.....	115
C. Saran.....	117
REFERENSI	119
LAMPIRAN	123

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Jadwal Pelaksanaan Kelompok Eksperimen	69
Tabel 3.2. Jadwal Pelaksanaan Kelompok kontrol	69
Tabel 3.3. Rancangan Topik Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i>	70
Tabel 3.4. Prosedur Layanan Bimbingan Kelompok (Kontrol) dan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan <i>Behavioristik</i> dengan Teknik <i>Modelling</i> (Eksperimen).....	71
Tabel 3.5. Populasi Penelitian.....	73
Tabel 3.6. Kisi-kisi Angket Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i>	75
Tabel 3.7. Pedoman Skoring	76
Tabel 3.8. Kriteria Reliabilitas Instrumen.....	78
Tabel 4.1. Tabulasi Data Keseluruhan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i>	82
Tabel 4.2. Data <i>Pretest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen.....	83
Tabel 4.3. Data <i>Pretest</i> Penyesuaian Diri Siswa di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen Berdasarkan Sub <i>Variabel Adaptasi, Konformitas, dan Penguasaan</i>	84
Tabel 4.4. Hasil <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen.....	85
Tabel 4.5. Data <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen Berdasarkan Sub <i>Variabel Adaptasi, Konformitas, dan Penguasaan</i>	86
Tabel 4.6. Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen	87
Tabel 4.7. Perbedaan Frekuensi <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen	88
Tabel 4.8. Hasil <i>Pretest</i> Penyesuaian Diri Siswa di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol.	89
Tabel 4.9. Data <i>Pretest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub <i>Variabel Adaptasi, Konformitas, dan Penguasaan</i>	89
Tabel 4.10 Hasil <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol	90
Tabel 4.11. Data <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub <i>Variabel Adaptasi, Konformitas, dan Penguasaan</i>	91
Tabel 4.12. Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol.....	92

Tabel 4.13. Perbedaan Frekuensi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol	92
Tabel 4.14. Hasil <i>Pretest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	94
Tabel 4.15. Hasil <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	95
Tabel 4.16. Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	96
Tabel 4.17. Frekuensi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	97
Tabel 4.18. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	101
Tabel 4.19. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Eksperimen	101
Tabel 4.20. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	102
Tabel 4.21. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era <i>New Normal</i> Kelompok Kontrol	103
Tabel 4.22. Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen dan Kontrol	104

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.2 Rancangan Penelitian <i>Quasi Experiment Design</i>	67
Gambar 4.1 Histogram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen.....	98
Gambar 4.2 Histogram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Kontrol	99

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Uji Coba Tabulasi Data Uji Coba dan Instrumen Penelitian	124
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	134
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	139
Lampiran 4. Tabulasi Data Keseluruhan, Tabulasi Data <i>Pretest</i> dan <i>posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	147
Lampiran 5. Uji Hipotesis	154
Lampiran 6. Cover Acc	158
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	183

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi Covid-19 yang melanda Indonesia bahkan seluruh dunia memberikan efek pada seluruh aspek kehidupan. Berdasarkan data dari KEMENKES diketahui sampai tanggal 19 Agustus 2021 jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 sebanyak 3.910.000 kasus dengan 3.247.715 sembuh dan 113.664 jiwa meninggal. Kondisi penularan Covid-19 ini juga mengalami peningkatan di Provinsi Jambi kasus terkonfirmasi positif Covid-19 sebanyak 25.756 kasus per bulan Agustus 2021 hal ini peningkatan yang signifikan begitu juga yang terjadi di kabupaten Kerinci (Wahidah, Septiadi, Rafqie, Hartono, & Athallah, 2020).

Dampak dari Covid-19 ini sangat luas tidak hanya kondisi fisik, termasuk pendidikan namun dengan adanya berita tentang banyaknya korban yang berjatuhan dan penyebarannya yang sangat cepat sehingga mempengaruhi kondisi psikologis atau mental seseorang seperti kecemasan akut sampai menimbulkan kematian. Individu harus mampu menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang baru dengan tatanan yang berbeda dari sebelumnya. Di dunia pendidikan, pendidik dan peserta didik harus menyiapkan diri untuk memasuki sistem pembelajaran yang baru di tengah pandemi yang masih belum reda. Sebagai upaya untuk memutus penyebaran virus ini, maka pemerintah mengeluarkan kebijakan melalui Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan Covid-19 sebagai panduan dalam

menghadapi penyakit tersebut di tingkat satuan pendidikan (Kemendikbud, 2020).

Upaya untuk meminimalisir penularan virus ini maka dibatasi untuk tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain dan tetap berada di rumah untuk mencegahnya terjangkit virus Covid-19. UNESCO (*Educational, Scientific, and Cultural Organizations of the United Nations*) pada 4 Maret 2020 menyarankan penggunaan pembelajaran jarak jauh (dari jaringan/daring) dan membuka *platform* pendidikan yang dapat digunakan sekolah dan guru untuk menjangkau siswa dari jarak jauh dan membatasi gangguan pendidikan (UNESCO, 2020).

Pembelajaran daring merupakan suatu kegiatan belajar mengajar yang hanya menggunakan jaringan internet, sehingga terjalin komunikasi antara guru dengan siswa tanpa melibatkan kontak fisik (Loviana & Baskara, 2019). Bagi siswa, pembelajaran jarak jauh atau *online* memang sudah mulai familiar dengan metode pembelajaran seperti *WhatsApp*, *Google Classroom*, *Zoom*, dan masih banyak lagi. Tentunya *platform* menjadi kurang efektif dalam penggunaannya dikarenakan oleh beberapa faktor antara lain kemampuan guru maupun siswa dalam mengoperasikannya tidaklah sama, selain itu kondisi geografis suatu daerah berbeda sehingga berpengaruh kepada kestabilan jaringan internet (Pangondian, Santosa & Nugroho, 2019).

Melalui pembelajaran daring guru dan siswa dituntut untuk berinteraksi dengan menggunakan teknologi. Berbagai media pembelajaran berbasis *online* pun mulai diterapkan, namun tidak semua pihak mampu menjangkau

kebijakan pemerintah untuk menggunakan teknologi dalam proses pembelajaran. Ada banyak kendala yang dirasakan oleh guru dan siswa di daerah-daerah, diantaranya adalah terbatasnya ketersediaan sarana teknologi, kemampuan pengoperasian yang terbatas, dan keterbatasan jaringan internet di beberapa daerah. Bukan hanya kendala sarana, tatanan kehidupan baru di era new normal ini pun memberikan banyak efek pada diri peserta didik. Siswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang baru yaitu sistem pembelajaran daring (*online*). Berbeda dengan pembelajaran di kelas, pembelajaran daring tentu membutuhkan kesiapan belajar yang lebih matang pada diri siswa sehingga mereka bisa benar-benar mengikuti proses pembelajaran.

SMPN 19 Kerinci merupakan salah satu sekolah yang memberlakukan sistem pembelajaran *blended learning* yang menggabungkan pembelajaran *online* dan *offline*. Namun pada kenyataannya masih banyak ditemukan siswa mengalami kebingungan dan kesulitan menyesuaikan diri dalam pembelajaran daring ini. Perubahan sistem belajar ini tentu berdampak pada emosional yang tidak stabil, misalnya siswa merasa bahwa pandemi ini sebagai suatu tantangan besar yang mengkhawatirkan, siswa merasa bahwa proses pembelajaran yang dialami saat ini tidak masuk akal dan membebankan. Siswa yang dahulunya melakukan proses belajar mengajarnya dengan tatap muka, dimana setiap materi pelajaran disampaikan langsung oleh guru di kelas dan siswa dapat dengan mudah serta leluasa untuk bertanya dan berdiskusi secara langsung kepada guru terkait tugas ataupun latihan yang kurang

dipahami. Namun pada tahun ini berbeda, yaitu dengan menjalankan pembelajaran secara daring yang mana banyak sedikitnya siswa akan mengalami keterbatasan selama proses pembelajaran berlangsung. Pemikiran-pemikiran seperti itu menunjukkan bahwa siswa mengalami masalah penyesuaian diri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang terjadi pada siswa di SMPN 19 Kerinci, pernah mengalami kesulitan belajar dalam sistem pembelajaran daring. Siswa merasa pembelajaran dengan sistem daring menyulitkan dalam memahami pembelajaran dan tidak seefektif saat pembelajaran tatap muka di sekolah, dari hasil penilaian selama satu semester kemarin siswa banyak yang mengakui nilai pembelajaran mereka turun sehingga berdampak dimarahi oleh orangtua. Ditambah dengan masalah teknis seperti jaringan internet dan paket kuota internet yang boros, terkadang guru hanya memberikan tugas tanpa menjelaskan materinya terlebih dahulu sehingga pemahaman dari pelajaran yang disampaikan kurang dan berakibat membuat bingung, dengan hal tersebut dapat memicu mereka stress karena merasa terlalu banyak tugas dan kurang dalam memahami isi dari pembelajaran.

Stres yang dialami siswa disebabkan dari tugas akademik yang banyak dari para guru ditambah monotonnya pembelajaran menyebabkan siswa lebih merasa jenuh, perubahan sistem tatap muka menjadi sistem daring menjadikan siswa lebih mudah mengalami stres. Melalui pembelajaran daring ini siswa mengakui sering mengeluh sakit kepala dan perih mata karena terus menatap layar laptop dalam pembelajaran. Proses penyesuaian diri dengan keadaan

baru ini menjadikan siswa mengalami stres sehingga mengalami masalah dalam hal akademiknya.

Selanjutnya berdasarkan fenomena di SMPN 19 Kerinci ditemukan siswa menjiplak tugas teman, keluar dari program saat pembelajaran daring, sering menitipkan absen pada teman, datang sekolah tidak tepat waktu/terlambat, duduk di kantin saat pembelajaran berlangsung, memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk bermain *game*, *chatting* di media sosial, di waktu *zoom* kamera dimatikan, siswa sulit memahami penjelasan materi pembelajaran dari guru, bingung cara menggunakan aplikasi untuk pembelajaran daring dan juga kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Santrock (2018) mengatakan penyesuaian diri timbul apabila terdapat kebutuhan, dorongan, dan keinginan yang harus dipenuhi oleh seseorang, termasuk juga saat seseorang menghadapi suatu masalah atau konflik yang harus diselesaikan. Individu pada kondisi ini, akan mengalami proses belajar, belajar memahami, mengerti, dan berusaha untuk melakukan apa yang diinginkan oleh dirinya, maupun lingkungannya.

Fudyartanta (2012) mengatakan penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor *internal* dan faktor *eksternal*, faktor yang dimaksud adalah bagaimana penilaian individu mengenai baiknya penyesuaian diri tergantung pada situasi seperti apa individu tersebut melakukan penyesuaian dirinya, dapat wajar pada satu situasi, tetapi tidak wajar pada situasi yang lain. Faktor *eksternal* artinya individu dapat menyesuaikan diri dengan baik, jika ia tidak tergantung pada

situasi, tetapi juga pada nilai-nilai, ide-ide tentang apa yang harus dilakukan dan cara melaksanakannya. Setiap keputusan, baik yang menyangkut diri sendiri maupun orang lain, merefleksikan nilai-nilai yang ada pada diri sendiri.

Susanti (2019) mengatakan penyesuaian diri yang kurang baik akan mempengaruhi proses perkembangan individu dan kehidupan sosialnya. Biasanya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mengalami kegagalan dalam menunjukkan diri pada orang lain, kegagalan dalam melakukan interaksi sosial, dan tidak mampu mengekspresikan perasaannya secara utuh.

Terkait permasalahan dan fenomena yang ada di SMPN 19 Kerinci, guru BK di sekolah membantu siswa dalam menangani setiap permasalahan yang dialaminya, begitu juga dengan penyesuaian diri siswa dalam belajar. Upaya untuk mengatasi permasalahan yang dialami siswa, salah satunya melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah yaitu layanan bimbingan kelompok. Penggunaan bimbingan kelompok lebih banyak untuk penanggulangan masalah belajar, pribadi, sosial dan karir (Firman, Karneli, & Hariko, 2018).

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bagian dari berbagai layanan dalam bimbingan konseling yang kondusif dan memberikan kesempatan bagi anggota untuk menambah, memberikan ide, perasaan, dan dapat berlatih tentang perilaku baru serta bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri (Gibson & Mitchel, 2011). Prayitno (2004) mengatakan

tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan *actual* (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif.

Dalam proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa pendekatan konseling yang ada sesuai dengan jenis permasalahan dan kebutuhan dari klien atau anggota kelompok. Ada beberapa pendekatan konseling salah satunya yaitu pendekatan *behavioristik*. Pendekatan *behavioristik* merupakan terapi tingkah laku yang merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Pendekatan *behavioristik* memberikan penerapan yang sistematis tentang prinsip-prinsip belajar dan pengubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif. Perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya (Corey, 2005)

Kelebihan dari pendekatan *behavioristik* diantaranya; (1) memfokuskan pada perilaku khusus bahwa klien dapat berubah, konselor dapat membantu klien kearah pengertian yang lebih baik terhadap apa yang harus dilakukan sebagai bagian dari proses konseling, (2) membawa seseorang menuju atau mencapai target tertentu, sehingga menjadikan siswa mampu berpikir linier, konvergen, kreatif dan produktif, (3) penekanan bahwa konseling hendaknya

memusatkan pada perilaku sekarang dan bukan kepada perilaku yang terjadi di masa lalu (Lubis & Hasibuan, 2017).

Teknik *modelling* atau penokohan merupakan belajar dengan mengamati model atau peraga dengan membentuk atau mengurangi tingkah laku yang diamati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Teknik *modelling* kecakapan-kecakapan sosial dapat dibentuk sesuai dengan keinginan dan mencontoh tingkah laku yang diperagakan oleh model-model yang ditampilkan. Teknik ini juga dapat mengurangi reaksi-reaksi emosional yang terganggu yang dimiliki siswa bisa dihapus dengan cara siswa mengamati model atau orang lain yang mendekati objek-objek atau situasi-situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat-akibat yang menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya (Komalasari, 2014).

Penelitian terkait layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioristik* telah dilakukan oleh Sari (2020) dengan judul Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Behavioristik* untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 01 Medan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sudah ada perubahan dalam konsep diri siswa yang selama ini siswa memiliki konsep diri yang rendah menjadi lebih meningkat atau lebih efektif. Penelitian yang dilakukan oleh Lubis & Hasibuan (2017) dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Behavioristik Teknik Symbolic Models* Terhadap Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya Mahasiswa BK Non Reguler”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan

behavioristik teknik symbolic models terhadap penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa BK Non Reguler. Selanjutnya Penelitian oleh Budisiwi, Rozano, & Purwati (2016) dengan judul upaya peningkatan motivasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioristik*. Hasil penelitian menunjukkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioristik* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penjelasan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioristik* dapat membantu meningkatkan motivasi belajar, konsep diri dan penyesuaian diri pada siswa. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai penyesuaian diri siswa dalam belajar di *era new normal* dan menambahkan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling*. Melalui metode ini, masing-masing anggota mempunyai tanggung jawab untuk berpartisipasi secara aktif dalam diskusi baik sumbangan pikiran dan pendapat atau kesediaan mendengarkan apa yang dikatakan anggota lain, serta berusaha untuk saling memahami (Corey, 2005).

Penyesuaian diri merupakan tingkah laku yang dapat dipelajari melalui mengamati individu lain yang menunjukkan perilaku penyesuaian diri yang baik (Susanti, 2019). Hal ini sesuai dengan pengaruh dari *modelling* dengan menunjukkan respon baru terhadap stimulus yang ditunjukkan dengan dan diperlihatkan dalam perilaku yang baru yang lebih efektif. Melalui pengamatan terhadap tokoh atau model, siswa termotivasi untuk mempelajari perilaku yang mungkin sudah diketahui khususnya penyesuaian diri yang baik dengan tanpa ada hambatan (Lubis & Hasibuan, 2017).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka menarik lebih lanjut peneliti akan melihat “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dalam Belajar di Era *New Normal*”

B. Identifikasi Masalah

Kondisi yang telah terjadi sebagaimana yang dipaparkan pada latar belakang menunjukkan sulitnya penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*, sehingga peneliti merasa perlu untuk melakukan pengkajian lebih lanjut untuk mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan penyesuaian diri dalam belajar.

Adapun proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri. Fatimah (2006) mengatakan faktor-faktor itu dapat dikelompokkan sebagai berikut; faktor fisiologis, faktor psikologis, faktor lingkungan, serta faktor agama dan budaya.

Berdasarkan pemaparan latar belakang dan pengkajian umum tersebut dapat mengarahkan pada identifikasi masalah yakni sebagai berikut.

1. Rendahnya penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal* menjadikan siswa mengalami stres sehingga mengalami masalah dalam hal akademiknya.
2. Penyesuaian diri siswa yang rendah dalam belajar di era *new normal* menjadi permasalahan bagi guru BK/Konselor dalam memberikan upaya bantuan kepada siswa untuk meningkatkan penyesuaian diri dalam belajar.

3. Bimbingan kelompok sudah dilaksanakan Guru BK, namun belum menggunakan teknik *modelling* guna untuk meningkatkan penyesuaian diri.
4. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tidak dilaksanakan dengan teknik khusus sehingga belum optimalnya pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka untuk lebih efektif peneliti membatasi masalah pada hal-hal berikut.

1. Penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*.
2. Layanan bimbingan kelompok.
3. Menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling*

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah dipaparkan, maka permasalahan yang akan dicari jawabannya melalui penelitian ini sebagai berikut.

1. Apakah terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal* kelompok eksperimen sebelum dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* ?
2. Apakah terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar kelompok kontrol sebelum dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus ?

3. Apakah terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal* kelompok eksperimen yang mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* teknik *modelling* dengan kelompok kontrol yang mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka secara umum tujuan dalam penelitian ini untuk menjelaskan keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* dalam peningkatan penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*. Secara khusus tujuan dalam penelitian ini menjelaskan sebagai berikut.

1. Menganalisis perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar kelompok eksperimen sebelum dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling*.
2. Menganalisis perbedaan penyesuaian diri siswa dalam belajar kelompok kontrol sebelum dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus.
3. Menganalisis perbedaan antara penyesuaian diri siswa dalam belajar kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* dibandingkan kelompok kontrol yang mengikuti bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kajian secara teoritis bagi ilmu bimbingan dan konseling (di sekolah), khususnya pada layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa belajar di era *new normal*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam rangka meningkatkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa, agar penyesuaian diri dalam belajar di era *new normal* dapat meningkat dengan adanya penelitian ini.

b. Bagi Guru BK/Konselor

Dapat dijadikan sebagai acuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioristik* teknik *modelling* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*.

c. Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK)

Sebagai bahan yang bisa dijadikan materi dalam pertemuan Guru BK di Sekolah.

d. Lembaga Penjaminan Mutu Pendidikan (LPMP) dan Dinas Pendidikan

Agar menjadi bahan untuk mempersiapkan dan mengelola pendidikan di Indonesia demi tercapainya tujuan pendidikan secara optimal.

e. Bagi Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Agar dapat digunakan dalam rangka mempersiapkan Guru BK agar memiliki wawasan, pengetahuan dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

f. Bagi Peneliti Lain

Sebagai masukan untuk memotivasi timbulnya inspirasi atau ide-ide baru dalam pembaruan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dalam belajar.

G. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian

Penelitian yang dilakukan saat ini belum ditemukan yang membahas tentang penyesuaian diri siswa dalam belajar di era *new normal*. Maka dari itu penelitian ini diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di era *new normal*.

Sukranata (2019) mengatakan kelebihan dari pendekatan *behavioristik* sebagai berikut: (1) mengembangkan konseling sebagai ilmu karena mengundang penelitian dan menerapkan ilmu pengetahuan kepada proses

konseling, (2) mengembangkan perilaku spesifik sebagai hasil konseling yang dapat diukur, (3) memberikan ilustrasi bagaimana mengatasi keterbatasan lingkungan, (4) menekankan bahwa konseling hendaknya memusatkan pada perilaku sekarang dan bukan kepada perilaku yang terjadi di masa lalu. Komalasari (2014) mengatakan kelebihan teknik modeling yaitu: (1) konseli bisa mengamati secara langsung seseorang yang dijadikan model baik dalam bentuk live model ataupun symbolic model, (2) mudah memahami perilaku yang ingin diubah, (3) dapat didemonstrasikan, (4) adanya penekanan perhatian pada perilaku positif.

H. Definisi Operasional

Berdasarkan kajian teoritis variabel penelitian, maka definisi operasional adalah sebagai berikut.

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan kemampuan siswa untuk menampilkan hubungan sosial yang memuaskan sesuai dengan diri sendiri dan orang lain dalam menempatkan, mencocokkan, menyamakan antara berbagai kehendak atau tuntutan sehingga mampu memberikan respon yang sesuai terhadap stimulus yang ada dalam belajar dengan aspek *adaptation* (adaptasi) di era *new normal*, *conformity* (konformitas) di era *new normal*, *mastery* (penguasaan) di era *new normal*.

2. Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Behavioristik* dengan Teknik *Modelling*

Layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *modelling* berfokus untuk belajar dengan

mengamati secara langsung seseorang yang dijadikan model baik dalam bentuk *live* model ataupun *symbolic* model, sehingga mencapai perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.