

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN BEHAVIORISTIK TEKNIK *SYMBOLIC MODELS* TERHADAP PENYESUAIAN DIRI DENGAN TEMAN SEBAYA MAHASISWA BK NON REGULER 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017**

**Zuraida Lubis, Sakinah Hasibuan**  
Universitas Negeri Medan  
*Email: mirza@konselor.org*

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to determine whether there is influence of group counseling through behavioristic approach and symbolic models technique for increasing peer adjustment of student in college on Non Regular Guidance and Counseling class 2016 staple FIP Unimed 2017/2017. This research is a pre experimental design and pretest-post test one group design. The population of this research are all the student on 2016 staple of guidance and counseling class. Samples are 7 of student from Non Regular Guidance and counseling class whom they are heterogen. Quisioner by a valid and reliabel angket were done for collecting the data. The data were analized by wilcoxon theory. The result showed that counting  $J = 13$ ,  $\alpha = 0,05$  and table  $J = 2$ . From the data we know that counting  $J > \text{table } J$  ( $13 > 2$ ). It means that hypothesis is accepted. The pretest data showed that peer adjustment of student in college are 127 and the posttest data showed that peer adjustment of student in college are 164. It means that the average of peer adjustment of student in college are increased after group counseling through behavioristic approach and symbolic models technique. This counseling contribute about 29.13% for increasing peer adjustment of Non regular Guidance and counseling class 2016 staple.

**Keywords:** group counseling; symbolic models; peer adjustment

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* terhadap penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa kelas BK non reguler 2016 T.A 2016/2017 FIP UNIMED. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari s/d April 2017. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *Pre experimental design* dengan jenis *Pre test-post test one group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Bimbingan Konseling stambuk 2016. Sampel ditarik dengan menggunakan metode *purposive sampling* sebanyak 7

orang yang berasal dari kelas BK Non Reguler dengan sampel yang heterogen. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan angket penyesuaian diri dengan teman sebaya berjumlah 53 item pernyataan yang telah valid dan reliabel kemudian data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Dari analisis data diperoleh  $J_{hitung} = 13$  dengan  $\alpha = 0,05$ , adapun  $J_{tabel} = 2$ . Dari data tersebut terlihat bahwa  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $13 > 2$ . Artinya hipotesis diterima. Data pre-test penyesuaian diri dengan teman sebaya diperoleh skor rata-rata 127, sedangkan data *post-test* penyesuaian diri dengan teman sebaya diperoleh skor rata-rata sebesar 164. Artinya skor rata-rata mahasiswa setelah mendapat layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* lebih tinggi daripada sebelum mendapat layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models*. Layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* memberikan kontribusi sebesar 29,13% terhadap peningkatan penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa BK Non Reguler 2016.

**Kata kunci:** konseling kelompok; penyesuaian diri; *symbolic models*

Setiap manusia membutuhkan keselarasan dan keharmonisan antara kondisi diri pribadi dan tuntutan lingkungan dimanapun ia berada. Keselarasan dan keharmonisan itu hanya akan tercapai apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya terlebih ketika individu memasuki lingkungan baru. Salah satunya adalah lingkungan pendidikan yang akan berubah seiring dengan meningkatnya jenjang pendidikan yang dijalani.

Kondisi yang dialami seorang siswa SMA akan jauh berbeda dengan yang dialami oleh mahasiswa di perguruan tinggi. Perbedaan itu meliputi banyak hal diantaranya adalah perbedaan aturan dan norma yang berlaku, adanya tuntutan yang semakin besar, hak dan kewajiban yang berbeda serta hubungan sosial dengan orang baru.

Dalam kondisi seperti ini seorang mahasiswa yang berada di tahun pertama perkuliahan dituntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya tanpa merasa tertekan dan ditolak oleh lingkungan barunya. Penyesuaian diri adalah usaha manusia

untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya (Sunarto dan Hartono, 2002)

Penyesuaian diri yang paling utama dan paling sulit dilakukan mahasiswa sebagai seorang remaja adalah penyesuaian diri dengan teman sebayanya (Hurlock 1980: 213). Yang dimaksud dengan teman sebaya adalah anak atau remaja yang kurang lebih berada pada taraf usia yang sama atau berada pada taraf perkembangan yang sama pula (Padmomartono, 2014: 66)

Penyesuaian diri dengan teman sebaya sangat penting karena remaja memiliki ketergantungan yang tinggi dengan teman sebayanya, hal ini ditandai dengan banyaknya waktu yang dilalui oleh remaja bersama teman sebaya lebih besar dibanding bersama keluarga sehingga teman sebaya memberikan pengaruh yang besar bagi remaja pada sikap, pembicaraan, penampilan serta perilaku yang lebih besar daripada pengaruh keluarga (Hurlock, 1980: 213).

Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebayanya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama-sama ( Singgih D. Gunarsa, dalam Hartinah, 2008: 68) Lebih jauh lagi kelompok teman sebaya adalah sumber kasih sayang, simpati, pengertian, dan tuntutan moral, serta sarana untuk mencapai otonomi dan kemandirian dari orangtua (Papalia *et all*, 2013: 95 )

Selain itu, salah satu tugas perkembangan remaja menurut Chickering (dalam Evans *et all*. 2010: 66) yang menyatakan bahwa mahasiswa mampu mengembangkan hubungan yang matang dengan teman-temannya. Hal ini sependapat dengan Laursen (dalam Papalia *et all*, 2013: 95) mengatakan bahwa kelompok teman sebaya adalah tempat untuk membentuk hubungan dekat yang berfungsi sebagai latihan bagi hubungan yang akan mereka bina di masa dewasa. Mahasiswa hanya akan mampu mencapai tugas perkembangan ini apabila ia diterima sebagai bagian dari kelompok teman sebaya tersebut. Dengan demikian penyesuaian diri dengan teman sebaya merupakan kunci utama penerimaan suatu kelompok teman sebaya.

Namun kemampuan dalam menyesuaikan diri setiap individu berbeda-beda. Ada mahasiswa yang mudah melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru terutama

dengan teman sebayanya sehingga ia tidak mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan memenuhi kebutuhannya. Ada juga mahasiswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan teman sebaya sehingga ia mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan memenuhi kebutuhannya serta akan mendapatkan hambatan dalam kehidupan sehari-hari di perkuliahannya.

Banyak faktor yang menyebabkan mahasiswa tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya seperti kondisi fisik yang tidak sehat, faktor kepribadian, proses belajar, kondisi lingkungan serta pengaruh agama dan budaya (Scneiders, dalam Ali & Asrori 2001: 181). Ada juga faktor lain yang sangat erat kaitannya dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa yaitu faktor kesehatan mental dimana seseorang yang memiliki mental yang sehat akan mudah melakukan penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya ketidakmampuan seseorang untuk melakukan penyesuaian diri dengan baik menandakan adanya masalah kesehatan mental (Tyaningsih, 2013: 3)

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari hasil angket di kelas BK Reguler D stambuk 2016 Fakultas Ilmu Pendidikan UNIMED. Sebanyak 56% mahasiswa mengalami masalah penyesuaian diri yang rendah dalam berhubungan sosial terutama dengan teman sebaya.

Sedangkan berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penelitian pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA dinyatakan bahwa 53,2% mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang rendah dengan teman sebaya yang ditandai dengan ketidakmampuan melihat dari sudut pandang orang lain dalam menilai dan memperlakukan dirinya, kurang mampu dalam menghadapi kesulitan, serta kurang mampu melibatkan diri dalam situasi sosial (Rosiana, 2011: 494).

Apabila masalah tersebut tidak segera diatasi maka akan timbul masalah yang lebih besar lagi bagi para mahasiswa dalam hubungan sosial mereka baik didalam maupun diluar lingkungan pendidikan. Untuk mengatasi hal tersebut perlu diberikan salah satu layanan bimbingan konseling. Layanan yang dinilai lebih tepat oleh peneliti dalam memecahkan masalah ini adalah dengan melakukan konseling kelompok teknik *symbolic models*.

Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan, penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. (Nurihsan dalam Kurnanto, 2013: 7). Konseling kelompok dianggap sangat efektif karena dengan dinamika kelompok yang dibangun saat proses konseling dapat memaksimalkan peran setiap anggota kelompok untuk turut berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok yang secara tidak langsung menjadi sarana dalam berkomunikasi dan menjalin hubungan baik serta melakukan penyesuaian diri masing-masing anggota kelompok secara inovatif. Hal ini sesuai dengan pendapat Mc Clure (dalam Kurnanto, 2013: 1) melalui kelompok individu mencapai tujuannya dan berhubungan dengan yang lainnya dengan cara yang inovatif dan produktif.

Selain itu, Konseling kelompok juga bisa melayani banyak konseli dalam satu pertemuan sehingga konselor bisa memberikan pelayanan yang meluas. Kemanfaatan yang lebih meluas inilah yang paling menjadi perhatian semua pihak berkenaan dengan layanan kelompok itu, apalagi pada zaman yang menekankan perlunya efisiensi, perlunya pelayanan perluasan jasa yang lebih mampu menjangkau lebih banyak konsumen secara tepat dan cepat (Prayitno, 2004: 307).

Adapun *Symbolic Models* adalah tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain. Tokoh tersebut akan dijadikan sebagai model yang akan ditiru perilakunya sehingga terjadi perubahan positif bagi individu yang mampu menyerap perilaku model tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari (Singgih D. Gunarsa, dalam Astuti 2015: 221). Teknik ini sangat efektif diterapkan di era serba modern ini, karena pengaruh film serta video yang disaksikan oleh remaja lebih mempengaruhi diri mereka jika dibandingkan dengan nasihat yang diberikan secara verbal. Film menyajikan contoh tingkah laku yang tidak terhitung yang mungkin mempengaruhi pengamatannya. Dengan demikian nilai-nilai serta kemampuan yang seharusnya dimiliki oleh remaja dapat ditransfer ke dalam diri mereka melalui apa yang mereka saksikan (Alwisol, 2016)

Selain itu, dengan media interaktif yang ditampilkan maka pelaksanaan konseling kelompok akan semakin menarik sehingga klien tidak merasa bosan. Apalagi media ini bisa disaksikan oleh klien secara berulang diluar sesi konseling sehingga membantu dalam proses latihan *modelling*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioristik Teknik *Symbolic Models* Terhadap Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya Mahasiswa BK Reguler D 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017”

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Penyesuaian Diri Dengan Teman Sebaya**

Penyesuaian diri (*adjustment*) adalah suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya (Schneiders, dalam jurnal *Humanitas*, Vol. VIII No.2 Agustus 2011). Sejalan dengan pendapat Scneiders, Muhammad Ali dan Muhammad Asrori (2011: 175) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan luar atau lingkungan tempat tinggal individu berada.

Adapun teman sebaya adalah anak atau remaja yang kurang lebih berada pada taraf usia yang sama atau berada pada taraf perkembangan yang sama pula (Padmomartono, 2014: 66). Sejalan dengan pendapat Vembriarto (dalam Wicaksono, 2014: 15) yang menyatakan bahwa kelompok teman sebaya adalah kelompok yang terdiri atas sejumlah individu yang sama, yaitu individu-individu yang mempunyai persamaan dalam berbagai aspek, terutama persamaan usia dan status sosialnya

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dengan teman sebaya adalah usaha individu untuk mengatasi kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik dalam berhubungan dengan teman seusianya sehingga tercipta keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan teman sebaya.

Ada lima faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri (Scneiders, dalam Ali & Asrori, 2011: 181) yaitu kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan, agama serta budaya.

Penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu: (1) kematangan emosional; (2) kematangan intelektual; (3) kematangan sosial; dan (4) tanggung jawab (Desmita, dalam Nurfuad, 2013: 21)

Tidak selamanya seseorang mampu menyesuaikan diri di setiap kondisi karena terkadang ada berbagai macam rintangan yang dihadapi dalam proses penyesuaian diri. Rintangan tersebut bisa berasal dari dalam diri individu maupun dari luar dirinya. Dalam menghadapi rintangan tersebut ada individu yang mampu melewatinya ada pula yang tidak mampu sehingga ia kesulitan dalam menyesuaikan diri. Ada dua kategori penyesuaian diri yaitu penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif (Sunarto, dalam Nurfuad, 2013: 15).

Mereka yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut: (a) Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Emosional, (b) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, (c) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, (d) mampu belajar dalam berinteraksi, (e) menghargai pengalaman

Sedangkan yang tergolong melakukan penyesuaian diri yang negatif ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang negatif yaitu: reaksi bertahan, reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri.

### **Konseling Kelompok**

Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama (Kurnanto, 2013: 9).

Sedangkan menurut Dewa Ketut Sukardi (dalam Arifin, 2015: 148) Konseling kelompok adalah konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi dalam kelompok itu. Masalah-masalah

yang dibahas merupakan masalah perseorangan yang muncul dalam kelompok itu yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan.

Dari beberapa pendapat ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah proses bantuan yang berikan oleh konselor kepada konseli dalam situasi kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

Dalam konseling kelompok harus terjamin kerahasiaan pembicaraan kelompok sehingga dituntutnya keterbukaan dan kesukarelaan dari anggota kelompok maupun pemimpin kelompok dalam membahas topik yang sedang dialami atau dirasakan anggota kelompok dengan tetap mengikuti aturan atau norma yang berlaku

### **Pendekatan Behavioristik Teknik Symbolic Models**

Pendekatan behavioristik adalah suatu pendekatan yang berfokus pada pengubahan tingkah laku. Pelopor-pelopor pendekatan Behavioristik pada dasarnya berpegang pada keyakinan bahwa banyak perilaku manusia merupakan hasil suatu proses belajar dan karena itu perilaku tersebut dapat diubah dengan belajar juga. Hal ini sesuai dengan tujuan umum dari pendekatan behavioristik adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar karena segenap tingkah laku adalah dipelajari (learned) termasuk tingkah laku yang maladaptif. Terapi tingkah laku pada hakikatnya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dan pemberian pengalaman-pengalaman belajar yang didalamnya terdapat respons-respons yang layak, namun belum dipelajari (Corey, 2013: 199).

Asumsi dasar dalam pendekatan behavioristik adalah (1) memiliki konsentrasi pada proses perilaku, (2) menekankan dimensi waktu *here and now*, (3) manusia berada dalam perilaku maladaptif, (4) proses belajar merupakan cara efektif untuk mengubah perilaku maladaptif, (5) melakukan penetapan tujuan perubahan perilaku, (6) menekankan nilai secara empiris dan didukung dengan berbagai teknik dan metode (Steven Jay Lynn dan John P. Garske dalam Jurnal Paradigma, No. 14 Th. VII, Juli 2012)

Pendekatan ini ditandai dengan beberapa ciri sebagai berikut: (1) pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (2) kecermatan dan penguraian

tujuan-tujuan *treatment*, (3) perumusan prosedur *treatment* yang spesifik yang sesuai dengan masalah, dan (d) penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi (Corey, 2013: 196).

Salah satu teknik dalam pendekatan behavioristik adalah teknik *symbolic models*. Teknik *symbolic models* mengacu pada citra pandangan, dapat berupa gambar, patung, dan bentuk lain, dari suatu yang ingin dicontoh dalam perubahan perilaku; dilakukan jika model asli tidak ditampilkan (Mappiare, dalam Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 1 No. 1 Tahun 2015). Hal ini sependapat dengan Nursalim (dalam Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 2 No. 1 Tahun 2016) yang menyatakan bahwa *symbolic models* merupakan model yang disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video, film atau slide. *Symbolic models* dapat disusun untuk klien individu atau dapat distandarisasikan untuk kelompok klien. Adapun langkah-langkah pelaksanaan *symbolic models* adalah sebagai berikut:

1. *Attentional processes* (Tahap Perhatian)

Dalam tahap ini individu memperhatikan model yang disajikan. Dengan memperhatikan model ini individu dapat meniru bagaimana cara berfikir dan perilaku model tersebut.

2. *Retention Processed* (Tahap Retensi)

Setelah memperhatikan model yang ditampilkan, individu harus merekam peristiwa itu dalam sistem ingatannya.

3. *Motor Reproduction Processed* (Tahap Reproduksi)

Setelah mempelajari sesuatu tingkah laku yang diperankan oleh model, individu diminta menunjukkan kemampuannya dalam meniru model tersebut

4. *Motivational Processes* (Tahap Motivasional)

Pada tahap ini konselor memberikan penguatan berupa pujian pada individu yang bersedia memerankan perilaku model.

## **METODE PENELITIAN**

Sesuai dengan pembahasan dan metode penelitian, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis *pre-eksperimental* dan *pretest – posttest in group design* sehingga data diperoleh dari perbandingan angket sebelum dilaksanakan

layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik dengan angket sesudah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik.

Populasi Penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling stambuk 2016 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang mahasiswa dari kelas BK Non Reguler stambuk 2016. Pemilihan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* dimana peneliti memilih sampel yang heterogen yang terdiri dari 4 orang mahasiswa dengan kategori penyesuaian diri dengan teman sebaya yang rendah, 1 orang mahasiswa dengan kategori penyesuaian diri dengan teman sebaya yang sedang, dan 2 orang mahasiswa dengan kategori penyesuaian diri dengan teman sebaya yang tinggi. Diantara 7 orang tersebut ada 5 orang mahasiswi dan 2 orang mahasiswa. Heterogenitas pada penelitian ini dimaksudkan agar terjalinnya dinamika kelompok yang baik diantara anggota kelompok. Dengan pengelompokan seperti ini diharapkan penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa semakin baik sehingga tujuan dari konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* dapat tercapai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* memberikan pengaruh positif yaitu dengan meningkatnya penyesuaian diri mahasiswa dengan teman sebaya. Hal ini dibuktikan dari tabel nilai kritis J untuk uji jenjang bertanda *Wilcoxon* untuk  $n = 7$ ,  $\alpha = 0,05$  pengujian dua arah  $J_{0,05} = 2$ . Karena  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $13 > 2$  sesuai dengan kriteria penerimaan hipotesis dimana jika  $J_{hitung} > J_{tabel}$  maka hipotesis diterima. Dengan demikian dinyatakan ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic model* terhadap penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa BK Non Reguler FIP Universitas Negeri Medan tahun ajaran 2016/2017.

Rata-rata data *post-test* lebih tinggi daripada rata-rata *pre-test*, yaitu  $164 > 127$  Jadi dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa dari yang rendah menjadi tinggi setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* dengan perubahan interval

sebesar 29,13 %. Hasil perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 1 Data Hasil Angket *Pre-Test* dan Angket *Post-Test***

<b>Responden</b>	<b>Skor Pre-Test</b>	<b>Skor Post-Test</b>
MF	102	149
AT	104	148
DN	105	161
SS	105	152
AP	132	166
EK	166	186
LB	175	190
<b>Jumlah</b>	<b>889</b>	<b>1152</b>
<b>Nilai Tertinggi</b>	<b>175</b>	<b>190</b>
<b>Nilai Terendah</b>	<b>102</b>	<b>148</b>

Gambaran penyesuaian diri dengan teman sebaya setelah melaksanakan rangkaian kegiatan penelitian ini yaitu 1 kali pertemuan bimbingan kelompok dan 4 kali pertemuan konseling kelompok mengalami peningkatan yang signifikan. Tidak ditemukan mahasiswa yang masih memiliki penyesuaian diri dengan teman sebaya pada kategori rendah, 3 orang mahasiswa yaitu MF, SS, dan AN memiliki penyesuaian diri dengan teman sebaya pada kategori sedang, sedangkan 4 mahasiswa AP, LB, DN, EK memiliki penyesuaian diri dengan teman sebaya pada kategori tinggi. Peningkatan penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa juga terlihat pada proses pelaksanaan konseling dimana mahasiswa semakin aktif dan semakin bersemangat dalam menceritakan kesulitan yang mereka alami, memberi masukan kepada teman, bahkan dalam memerankan perilaku model yang ditampilkan. Dengan keaktifan mahasiswa tersebut membuat mereka menjadi mudah dalam belajar dan berdiskusi untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi bersama.

Peningkatan keaktifan dan keikutsertaan mahasiswa terhadap konseling kelompok semakin baik pada setiap pertemuan, dimana pada pertemuan awal beberapa orang mahasiswa seperti SS, AT, dan MF masih merasa malu dan segan dalam mengungkapkan masalah dan memberikan masukan bagi anggota kelompok lain, namun seiring berjalannya waktu mereka semakin nyaman dengan anggota kelompok lain dan semakin terbuka dalam menyampaikan masukan-masukannya. Begitu pula halnya dalam memerankan perilaku model yang ditampilkan, mahasiswa sudah bisa

menirukan perilaku model tersebut dengan bahasa sehari-hari mereka dan menyesuaikannya dengan kehidupan mereka sehari-hari sehingga perilaku yang mereka modelnya benar-benar terasa nyata dan berkesan bagi diri mereka. Dari pemodelan inilah mahasiswa banyak belajar dan praktik/latihan seperti apa seharusnya mereka bertindak dalam kehidupan nyata.

## **SIMPULAN**

### **Kesimpulan**

Hasil analisa data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai hitung =13 dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $n= 7$ . Maka berdasarkan daftar,  $J$  tabel = 2. Dari data tersebut terlihat bahwa  $J_{hitung} > J_{Tabel}$  dimana  $13 > 2$ . Artinya hipotesis diterima. Data pre-test diperoleh rata-rata 127, sedangkan data *post-test* setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* diperoleh rata-rata sebesar 164. Artinya skor rata-rata mahasiswa setelah mendapat layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* lebih tinggi daripada sebelum mendapat layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models*. Perubahan peningkatan interval perilaku penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa setelah diberi layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* sebesar 29,13%. Hal ini menunjukkan ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* terhadap penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa BK Non Reg 2016 T.A 2016/2017 FIP Unimed atau hipotesis dapat diterima.

### **Saran**

Adapun saran yang dapat dikemukakan peneliti adalah:

1. Diharapkan bagi mahasiswa penelitian ini dapat membantu untuk terjadinya sikap saling terbuka dan saling mendukung.
2. Diharapkan bagi ketua jurusan penelitian ini dapat bermanfaat untuk mempermudah ketua jurusan dalam membina mahasiswa dalam membentuk kepribadian yang lebih baik terutama dalam membantu penyesuaian diri mahasiswa dengan teman sebaya

3. Diharapkan bagi dosen pembimbing skripsi penelitian ini dapat bermanfaat dalam menindaklanjuti kegiatan layanan konseling kelompok khususnya kegiatan konseling kelompok yang menggunakan pendekatan behavioristik teknik symbolic models untuk membantu mahasiswa lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan dan membantu menyelesaikan masalah penyesuaian diri dengan teman sebaya.
4. Diharapkan bagi peneliti lain dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan sumber referensi dalam penelitian di bidang yang sama terutama untuk menumbuhkembangkan kemampuan dan keterampilan meneliti serta menulis.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ali, M. dan M. Asrori. (2011). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arifin, Bambang Samsul.(2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Arumsari, Cucu. (2016). *Konseling Individual dengan Teknik Modeling Simbolis Terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri*. Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 2 No. 1. (Online). Tersedia di <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/549/586>
- Astuti, Dwi Rochayatun. (2015). *Teknik Modeling dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa*. Skripsi FDK UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta: Tidak diterbitkan.
- Corey, Gerald. (2013). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Terj. E. Koswara, Bandung : PT Refika Aditama.
- Evans, Nancy J at all. (2010). *Student Development in College: Theory, Research, And Practice*. United State of America: Jossey-Bass.
- Hartinah, Siti. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kurnanto, E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Kusdiyati, Sulisworo dan Lilim Halimah Faisaluddin. (2011). *Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Pada Siswakelas Xi Sma Pasundan 2 Bandung*. Jurnal Humanitas, Vol. VIII No.2. Hal 172-194. Tersedia di <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/463>
- Lestari, Indah. (2015). *Pengembangan Layanan Informasi Teknik Symbolic Model Dalam Membantu Mengembangkan Kemandirian Belajaranak Usia Sekolah Dasar*. Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 1 No. 1. (Online) Tersedia <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/261> diakses pada 20 desember 2016

- Nurfuad, Achlis. (2013). *Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas Viii B SMP N 2 Juwana Tahun 2012/2013*. Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang (Online). Tersedia di <http://lib.unnes.ac.id/17867/1/1301408048.pdf> diakses pada 22 desember 2016
- Padmomartono, Sumarjono.(2014). *Konseling Remaja*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Papalia, Diane E. *et all.* (2009). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika
- Prayitno dan Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Rosiana, Dewi. (2011). *Penyesuaian Akademis Mahasiswa Tingkat Pertama*. Jurnal Sosial, Ekonomi dan Humaniora Vol. 2, No, 1, Th, 2011. (Online) Tersedia <http://prosiding.lppm.unisba.ac.id/index.php/sosial/article/viewFile/173/111>
- Sanyata, Sigit. (2012). *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling*. Jurnal Paradigma, No. 14 Th. VII hal 1-10. (Online) Tersedia di <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132297302/penelitian/>
- Sunarto, dan Agung Hartono, Agung. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Widiarsono, W. (2010). *Skala Pengembangan Psikologi: Lima kategori respons ataukah empat kategori respons?*. Fakultas Psikologi UGM. (Online) tersedia di [http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/2\\_-\\_skala\\_psikologi.pdf](http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/files/2_-_skala_psikologi.pdf) diakses pada 22 Desember 2017