

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam
Vol. 05, No. 02, 2015

Hlm. 01- 26

**EFEKTIVITAS TEKNIK PERMAINAN UNTUK MENINGKATKAN
PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR TARUNA BAKTI
KOTA BANDUNG**

Ria Ambarita
riaasiregar@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia

Abstract : *The purpose for this research is to know the effectiveness of game techniques to improve self-adjustment among 4th Graders in Taruna Bakti Elementary School year 2014-2015. The method used was a quasi experiment using a pretest-posttest nonequivalent control group design with a quantitative approach. The population for this research consists of 103 students, which consists of 22 participants were selected to be samples of this research, in which 11 were chosen to be part of the experimental group and the other 11 were chosen to be part of the control group. The instrument used to analyze was in the form of a questionnaire which was adopted from Rosidah (2013) from the social adjustment theory according to Schneiders, measuring 5 aspects of self adjustment that is : (1) the ability to form a bond of friendship with friends at school; (2) the ability to have a respectable behavior before teachers, the principal, and other school staff; (3) active to participate in school activities; (4) behave respectably and able to receive regulations in school; (5) and to help the school achieve its goals. The data were the analyzed by using paired t-test on SPSS 17.0 for windows program. The result indicates that the game technique was effective to improve students' self-adjustment. It is recommended for principals, tutors, counselors, as well as future researchers.*

Key words: *Game techniques, students' self-adjustment*

Pendahuluan

Perkembangan pada masa anak-anak usia tujuh sampai dengan dua belas tahun mengalami peningkatan secara pesat melalui perkembangan secara fisik, kognitif, emosi, bahasa, sosial, moral serta religi. Pada masa ini terdapat ciri-ciri perhatiannya yang tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari dengan rasa keingin-tahuan yang besar, adanya minat kepada pelajaran-pelajaran khusus, dan yang tidak kalah pentingnya adalah masa anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau *peer group* untuk bermain.

Sosialisasi dengan kelompok sebaya merupakan aktivitas yang banyak menyita waktu pada selama masa pertengahan dan akhir anak. Menurut Santrock (2002) mencatat bahwa pada usia 7 sampai dengan 11 tahun, anak meluangkan lebih dari 40% waktunya untuk berinteraksi dengan kelompok sebaya. Pada masa berkelompok ini anak tidak hanya membentuk ikatan dengan kelompok sebaya baik disekolah ataupun dirumah, di usia ini, anak sekolah dasar kelas tinggi mudah menyesuaikan diri pada kelompok dan bangga akan teman-teman, karena banyak anak yang datang ke sekolah hanya untuk bermain-main dengan temannya.¹

Seperti yang diketahui bahwa sekolah dasar pada hakekatnya merupakan lembaga pendidikan formal pertama yang dimasuki oleh anak-anak sesudah mendapatkan pendidikan dalam keluarga yang lebih bersifat informal. Peran sekolah dasar sebagai lembaga pendidikan formal pertama berfungsi untuk meletakkan dasar pengetahuan, keterampilan secara kognitif, afektif dan psikomotor yang berguna sebagai bekal bagi pengembangan diri sebagai pribadi untuk hidup di masyarakat.

Pada jenjang Sekolah Dasar seringkali ditemukan berbagai keunikan dan keistimewaan yang muncul dari setiap peserta didiknya, karena di lingkungan sekolah memberikan banyak perubahan pada diri anak. Di lingkungan sekolah, anak dihadapkan pada berbagai peraturan yang harus dijalankan, dengan tujuan untuk merealisasikan visi dan misi sekolah. Selain itu pula, anak diberikan tanggung jawab melalui tugas-tugas yang diberikan sekolah serta anak dapat membina relasi dengan guru-guru, serta membantu sekolah untuk mencapai tujuan sekolah.

Sekolah Dasar Taruna Bakti merupakan lembaga pendidikan formal dan salah satu dari beberapa sekolah swasta yang menjadikan pendidikan karakter sebagai misi sekolahnya, selain menjadi wadah sekolah pembauran yang multi etnis, selain itu kiprahnya selama 60 tahun, sekolah ini tidak hanya memiliki jejak rekam yang baik secara akademis, populer secara nama dan menjadi salah satu sekolah swasta yang menempati lima besar sekolah unggulan di Kota Bandung.

¹ Uman Suherman, *Bimbingan dan konseling karir: Sepanjang rentang kehidupan*. (Bandung: Rizki Press, 2013), Hal. 41.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, disiplin dan keramahan sangat ditekankan. Senyum, Tegur dan Sapa menjadi salah satu etika yang ditekankan baik kepada peserta didik juga guru. Peserta didik harus berada di sekolah tepat jam 07.00 WIB. Setelah jam tersebut, peserta didik yang terlambat mendapatkan catatan khusus di buku tugas peserta didik dan buku absen yang dipegang oleh guru piket serta guru BK. Sanksi pemanggilan orang tua peserta didik diberlakukan apabila peserta didik terlambat masuk ke sekolah sebanyak tiga kali berturut-turut.

Berdasarkan hasil observasi awal diatas, Kepala Sekolah melalui penuturannya kepada peneliti bahwa nilai-nilai yang ditanamkan adalah menghayati dan mewujudkan nilai *respect* (menghormati/menghargai) antara peserta didik, guru, staf sekolah lainnya sesuai dengan visi sekolah yaitu pendidikan karakter. Dengan dilaksanakannya pendidikan karakter dalam ranah pembelajaran di SD Taruna Bakti diharapkan dapat membentuk penyempurnaan diri peserta didik secara terus menerus dan melatih kemampuan diri demi menuju kearah hidup yang lebih baik.

Namun menurut Kepala Sekolah untuk mengimplementasikan misi sekolah, terdapat berbagai macam persoalan yang timbul, karena tidak semua peserta didik berasal dari lingkungan keluarga yang harmonis, banyak pula yang di asuh secara *single parent*, sehingga kompensasi yang cenderung kearah negatif seperti masalah absensi, keterlambatan, pelanggaran, penundaan tugas sekolah seperti PR (pekerjaan rumah) sering dilakukan oleh para peserta didik.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa wali kelas IV SD Taruna Bakti, mulai dari kelas I, peserta didik dibiasakan diberi tugas pekerjaan rumah (PR) dan ulangan setiap hari setelah mendapatkan materi pelajaran sebelumnya di sekolah. Tingkat kesiapan yang diberlakukan di Sekolah Dasar Taruna Bakti melalui pemberian tugas Pekerjaan Rumah (PR) setiap hari dan ulangan seharusnya membantu para peserta didik mengembangkan sikap baik terhadap pekerjaan yang dilakukan dan sarana untuk mengembangkan kebiasaan belajar sehingga anak dituntut untuk dapat menanamkan pola belajar yang konsisten di kemudian hari, serta anak dapat memahami materi pelajaran yang telah diberikan oleh guru. Dilihat dari segi kesiapan, sebagian peserta didik cukup siap untuk mengikuti pola kegiatan pembelajaran, namun sebagian lagi belum siap mengikutinya.

Menurut Schneiders (1964, hlm. 98) proses penyesuaian diri pada anak dengan lingkungan sekolah dihadapkan pada dua kebutuhan yang seringkali menimbulkan konflik yaitu kebutuhan untuk dapat menjadi pribadi yang mandiri dan kebutuhan perawatan serta perlindungan dari orang tua. Anak akan mengalami kecemasan pada awal masuk sekolah, jika anak tidak dapat menangani konflik di antara dua kebutuhan tersebut, maka akan timbul berbagai macam masalah di masa yang akan datang, seperti

kesulitan untuk menjalani hubungan teman sebaya, kesulitan dalam menerima pembelajaran di sekolah, juga kesulitan mengikuti aturan-aturan yang diberlakukan di sekolah. Kondisi seperti ini memicu terhambatnya penyesuaian dirinya di masa depan.²

Penyesuaian diri ketika anak berada dalam situasi dan lingkungan yang baru penting demi terciptanya hubungan yang baik. Willis mengungkapkan (2008, hlm. 55) bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar dengan lingkungan sehingga individu merasa puas terhadap diri dan lingkungannya.³ Penyesuaian diri dilakukan untuk melepaskan diri dari hambatan-hambatan dan ketidaknakan yang ditimbulkannya sehingga akan mendapat suatu keseimbangan psikis yang tidak menimbulkan konflik bagi dirinya sendiri dan tidak melanggar norma-norma yang berlaku di masyarakat. Pada akhirnya penyesuaian diri merupakan faktor penentu kemampuan seorang anak menyesuaikan dengan baik atau tidak pada lingkungan.

Berdasarkan hasil penyebaran awal instrumen penyesuaian diri pada peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015, secara umum peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 memiliki kemampuan penyesuaian diri yang berada dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 57,28% atau sebanyak 59 peserta didik, sedangkan 33,01% atau sekitar 34 peserta didik berada dalam kategori penyesuaian diri sedang, dan sisanya 9,71% atau sekitar 10 peserta didik berada dalam kategori rendah. Peserta didik yang tergolong dalam kemampuan penyesuaian diri sedang dan rendah artinya belum cukup mampu menyesuaikan diri di sekolah. Upaya dalam mencegah serta menangani perilaku-perilaku peserta didik yang berada dalam kategori sedang dan rendah dalam kemampuan penyesuaian dirinya maka diperlukan pengembangan layanan melalui bimbingan dan konseling.

Salah satu layanan bimbingan konseling untuk mencegah dan meningkatkan penyesuaian diri peserta didik sekolah dasar yaitu permainan. Menurut Tedjasaputra (2001) melalui bermain bersama teman-temannya egosentrisme anak semakin berkurang dan secara bertahap berkembang menjadi makhluk sosial yang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, karena kegiatan bermain akan memperoleh kesenangan, kenikmatan, informasi, pengetahuan, imajinasi dan motivasi bersosialisasi.⁴

Bermain diidentifikasi oleh para ahli sebagai pekerjaan anak-anak (Schaefer, 2010). Dalam bermain tidak hanya terdapat unsur kegembiraan dan kesenangan saja, karena melalui bermain anak akan belajar berbagai hal

² Schneiders, A. *Personal Adjustment and Mental Health*. (New York: Holt Rinehart and Winston, 1964), Hal. 51.

³ Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung: AlfaBeta, 2008), Hal. 62.

⁴ Tedjasaputra, M. *Bermain, Mainan dan Permainan*, (Jakarta: Grasindo, 2001), Hal. 31.

yang ada di sekelilingnya secara menyenangkan sehingga anak menyelidiki dan memperoleh pengalaman yang kaya baik dengan dirinya sendiri, lingkungan maupun orang lain disekitarnya⁵. Menurut Landreth (2000) mengatakan bahwa terapi bermain memberikan kontribusi secara signifikan terhadap pembentukan program bimbingan dan konseling di sekolah dasar. Penggunaan terapi bermain di sekolah didorong untuk memenuhi tugas perkembangan sosial dan membantu anak-anak yang diidentifikasi tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya⁶.

Menurut penelitian Gaulden (Rennie, 2000) teknik permainan dalam setting kelompok efektif dalam perkembangan konseling anak-anak di sekolah dasar yang bermanfaat untuk membantu anak yang memiliki masalah dengan penyesuaian dirinya di dalam kelas.⁷

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka posisi pada penelitian ini sebagai bentuk penguatan dengan mencoba menguji kembali sejauh mana teknik permainan efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri bagi peserta didik kelas IV SD melalui bimbingan kelompok, karena menyadari besar manfaat permainan yang bisa dilakukan dalam membantu peserta didik di sekolah. Karena penyesuaian diri merupakan salah satu faktor pendukung perkembangan peserta didik untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial, tetapi tidak semua peserta didik memiliki penyesuaian yang baik sehingga dibutuhkan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri di sekolah.

Metode

Dalam penelitian ini, desain yang digunakan adalah eksperimental, yang dimaksud dengan penelitian eksperimental yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap subjek penelitian. Desain eksperimen menggunakan *pretest – posttest nonequivalent control group design*). Desain penelitian ini dipilih karena peneliti tidak mungkin mengontrol atau memanipulasi semua variabel yang relevan kecuali beberapa dari beberapa variabel-variabel yang diteliti. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan teknik permainan dalam bimbingan kelompok dan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional yang diberlakukan di sekolah. Desain ini menguji efektivitas teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

⁵ A Drewes & Schaefer. *School Based Play Therapy*, (edisi kedua), (New Jersey: John Wiley & Son Publihed, 2010), Hal. 10.

⁶ L.Garry Landreth et al. *Play Therapy Interventions with Children's Problem*. (United Kingdom: Rowman & Littlefield Publisher, Inc, 2005), [Online] Tersedia: <http://books.google.co.id> [24November 2014]. Hal.25.

⁷ L.Garry Landreth, et al, *Play Therapy Interventions with Children's Problem* (United Kingdom: Rowman & Littlefield Publisher, Inc, 2005).. [Online] Tersedia: <http://books.google.co.id> [24November 2014]. Hal.9.

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

Tabel 1
Desain Kuasi Eksperimen

Kelompok	Pre-test	Perlakuan	Post-Test
Eksperimen	O1	X	O2
Kontrol	O3	-	O4

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

O₁ - O₃ : *Pretest*

O₂ - O₄ : *Posttest*

X : Teknik *Permainan*

Populasi penelitian yaitu peserta didik kelas IV yang berjumlah 103 orang siswa, yaitu terdiri dari siswa kelas IVA, IVB, dan IVC. Berlokasi di SD Taruna Bakti Kota Bandung terletak di Jln. RE. Martadinata No. 52 Kota Bandung. Adapun yang menjadi pertimbangan dalam pemilihan populasi adalah sebagai berikut.

1. Latar belakang salah satu sekolah swasta unggulan di Kota Bandung yang mempunyai salah satu visinya yaitu mempersiapkan peserta didik agar siap dan mampu berbaur dan beradaptasi dalam kehidupan bermasyarakat; dan berorientasi kepada peserta didik yang berkarakter.
2. Peserta didik kelas IV berada dalam rentang usia masa anak-anak dengan pertimbangan bahwa pada masa ini anak sudah berada dalam tahap konkrit operasional yang ditandai dengan kemampuan penalaran induktif, melakukan tindakan yang lebih logis dan sudah mampu memikirkan sesuatu yang sederhana dan apa adanya. Selain itu anak umur sembilan sampai dengan dua belas tahun sudah bisa berpikir objektif, mampu melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, tidak lagi egosentris.
3. Secara sosial, peserta didik kelas IV telah berinteraksi dengan teman sebaya sehingga pertemanan di antara mereka terjalin secara intensif, bermain dalam kelompok.
4. Peserta didik kelas IV Sekolah Dasar Taruna Bakti mendapatkan perlakuan konvensional berupa layanan bimbingan dan konseling secara rutin oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah, sehingga peneliti mencoba membandingkan antara perlakuan konvensional tersebut dengan perlakuan (*treatment*) yang peneliti berikan sesuai dengan rancangan penelitian yang dibuat oleh peneliti untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik.

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Secara spesifik teknik yang dilakukan untuk penarikan subjek penelitian secara *purposive sampling*, artinya “penarikan subjek penelitian yang dilakukan atas dasar tujuan atau pertimbangan tertentu”.⁸

Dalam penentuan sampel penelitian, hal yang dilakukan adalah mengidentifikasi siswa yang memiliki penyesuaian diri rendah di sekolah melalui instrument penelitian. Berdasarkan hasil penyebaran angket penelitian pada kelas IV A, IVB, dan IVC, diperoleh hasil bahwa kelas IVB sebanyak 22 peserta didik memiliki kategori penyesuaian diri sedang terbanyak. Peserta didik dengan kemampuan kategori penyesuaian diri sedang di ambil sebagai sampel penelitian. Masing-masing kelompok eksperimen beranggotakan 11 siswa dan kelompok kontrol beranggotakan 11 siswa. Kemudian sampel dalam kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan teknik permainan dalam bimbingan kelompok dan kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional yang diberlakukan di sekolah artinya pemberian perlakuan lain yang tidak terstruktur sesuai penelitian.

Hasil dan Pembahasan

1. Gambaran Umum Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 Kota Bandung

Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa pengumpulan data yang berjumlah 103 peserta didik tersebar di tiga kelas yaitu kelas IVA, IV B, dan IV C SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 dengan menggunakan angket untuk mengukur kemampuan penyesuaian diri diperoleh gambaran umum penyesuaian diri sebagai berikut.

⁸ Sugiyono, Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, (Bandung : ALFABETA, 2008), hal. 126.

Tabel 2
Gambaran Umum Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas IV SD Taruna Bakti
Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015

Kelas		Penyesuaian diri			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
IV A	F	7	8	21	36
IV B	F	3	19	11	33
IV C	F	0	7	27	34
Total	F	10	34	59	103
	%	9.71	33.01	57.28	100

Berdasarkan tabel 2 di atas mengenai gambaran umum kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 menunjukkan 10 peserta didik (9,71%) dari jumlah peserta didik kelas IV berada pada kategori rendah dalam penyesuaian diri, pada kategori ini peserta didik ditandai dengan 1) belum mampu untuk menjalin hubungan persahabatan dengan teman disekolah, 2) menghormati guru, kepala sekolah dan staf lainnya, 3) belum sepenuhnya berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah, 4) belum mentaati peraturan sekolah, dan 5) membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah. Sedangkan sebanyak 34 peserta didik (33,01%) berada pada kategori penyesuaian diri sedang dan 59 peserta didik (57,28%) berada pada kategori penyesuaian diri tinggi. Secara umum peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 berada dalam kategori tinggi.

Hasil dari gambaran umum penyesuaian diri dari penyebaran per kelas pada tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa kelas IVC menunjukkan penyesuaian diri dengan kategori tinggi terbanyak yaitu sekitar 27 peserta didik, di susul dengan kelas IVA yaitu sekitar 21 peserta didik, dan terakhir kelas IVB yaitu sekitar 11 peserta didik. Sedangkan penyesuaian diri dengan kategori sedang ditunjukkan oleh kelas IVB yaitu sekitar 19 peserta didik, kelas IVA yaitu sekitar 8 peserta didik dan kelas IVC sekitar 7 peserta didik. Penyesuaian diri dengan kategori rendah terdapat di kelas IVA sekitar 7 peserta didik, dan kelas IVB sekitar 3 peserta didik.

Peserta didik yang berada dalam penyesuaian diri kategori tinggi adalah menyakini kemampuan dirinya untuk menyelesaikan setiap tugas perkembangan pribadi sosial dan sebagian indikator sudah termanifestasikan sebagai perilaku tugas perkembangan dari aspek menjalin hubungan persahabatan dengan teman disekolah, aspek dalam bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, aspek untuk aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, aspek dalam bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah, dan aspek dalam membantu mewujudkan tujuan sekolah.

Peserta didik yang berada kategori sedang dalam penyesuaian diri pada dasarnya memiliki kesamaan dengan peserta didik yang memiliki kategori penyesuaian diri tinggi, dalam hal cukup mampu menjalin hubungan persahabatan yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya, cukup memiliki kemampuan dalam menjalin hubungan perahabatan teman di sekolah, bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, staf sekolah lainnya, cukup mampu berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah serta membantu mewujudkan tujuan sekolah. Namun dalam hal ini peserta didik tersebut masih cenderung merasa malu dan meyakini dalam melakukan kemampuan yang ada pada dirinya sehingga membutuhkan adanya dukungan atau penerimaan yang kuat dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan pada tabel 2 yang menjadi bidikan pada penelitian ini adalah kelas yang memiliki komposisi penyesuaian diri sedang terbanyak yaitu kelas IV B. Peserta didik kelas IVB yang teridentifikasi memiliki penyesuaian diri sedang sebanyak 19 dan 3 peserta didik dalam kategori penyesuaian diri rendah. Penyesuaian diri peserta didik dalam kategori sedang harus segera di tanggulangi agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, karena kecenderungan dapat masuk dalam kategori penyesuaian diri tinggi atau dalam kategori penyesuaian diri yang rendah. Schneiders (1964) mengemukakan bahwa penyesuaian diri dikatakan rendah terjadi karena sebagai individu belum cukup berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam diri, ketegangan-ketegangan, konflik dan frustrasi yang di alaminya sesuai dengan tuntutan dari lingkungan.

Karakteristik peserta didik yang berada dalam kategori penyesuaian diri rendah adalah kemampuan penyesuaian dirinya belum cukup mampu menjalin hubungan persahabatan, belum cukup mampu bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah, belum cukup mampu bersikap aktif dalam kegiatan sekolah, belum cukup mampu dalam bersikap respek dan menerima peraturan sekolah, serta belum cukup memiliki keterampilan dalam membantu mewujudkan tujuan di sekolah. Untuk itu harus diberi layanan bimbingan dan konseling agar tidak mengganggu peserta didik dalam mencapai perkembangan yang optimal di sekolah, sehingga dapat mewujudkan sebagai individu yang mandiri secara normal dan sehat dalam menavigasikan perjalanan hidupnya dalam memilih, mempertahankan karir untuk mewujudkan kehidupan yang produktif dan sejahtera serta untk menjadi warga masyarakat yang peduli kemaslatan umum.

Karakteristik peserta didik yang berada dalam kategori penyesuaian diri rendah adalah kemampuan penyesuaian dirinya belum cukup mampu menjalin hubungan persahabatan, belum cukup mampu bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah, belum cukup mampu bersikap aktif dalam kegiatan sekolah, belum cukup mampu dalam bersikap

respek dan menerima peraturan sekolah, serta belum cukup memiliki keterampilan dalam membantu mewujudkan tujuan di sekolah.

2. Gambaran penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti berdasarkan aspek

Aspek penyesuaian diri dalam penelitian terbagi ke dalam lima aspek yaitu aspek kemampuan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan teman sebaya, kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah lainnya, kemampuan dalam berpartisipasi aktif mengikuti kegiatan sekolah, bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah, dan kemampuan dalam mewujudkan tujuan sekolah. Berikut profil tingkat penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015, pada setiap aspek dalam bentuk tabel sebagai berikut.

Tabel 3
Gambaran Skor Ketercapaian Per Aspek Penyesuaian Diri Peserta didik Kelas IVA, IVB, IVC SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015

Aspek	Skor			Rata-rata	Ketercapaian (%)
	Tinggi	Sedang	Rendah		
Menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah	30	42	31	8,86	59,09
Bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah	47	32	24	2,15	71,52
Partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah	61	21	21	7,73	77,28
Bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah	57	22	24	2,31	77,02
Membantu mewujudkan tujuan sekolah	69	0	34	2,80	69,90

Pada tabel 3, gambaran profil penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung berdasarkan skor ketercapaian tertinggi sebesar 77,28% yaitu pada aspek partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah, menunjukkan sebagian besar peserta didik secara aktif mampu mengikuti kegiatan pembelajaran yang diberikan oleh sekolah. Menurut Schneiders (1964, hlm. 51) bahwa penyesuaian diri yang baik berarti individu mampu/memiliki tanggung jawab terhadap tuntutan dari lingkungan sosial, sehingga dapat bereaksi secara efektif untuk menghadapi kegiatan yang berhubungan dengan pembelajaran formal (*academic adjustment*) di sekolah.

Aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan yang diberikan di sekolah dengan skor sebesar 77,02% menunjukkan sebagian besar peserta

didik sudah mampu menyadari pentingnya peraturan-peraturan sekolah dan memiliki rasa disiplin untuk mentaatinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Hadito (Sulistyaningsih, 2005) bahwa individu yang siap secara sosial akan mudah menyesuaikan diri dengan harapan-harapan dan aturan-aturan di sekolah.

Pada aspek bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah memiliki skor ketercapaian sebesar 71,52%, menunjukkan peserta didik cukup mampu bertutur kata sopan dan santun dalam bertingkah laku ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, hasil ini menurut Rahmat (2005, hlm.14) kebutuhan individu dalam bereaksi dengan lingkungannya adalah kebutuhan akan hubungan sosial yang ramah, yang hanya dapat terpenuhi dengan membina hubungan yang baik dengan orang lain. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Willis (2010) bahwa penyesuaian diri di sekolah yang terpenting adalah peserta didik mampu menyesuaikan diri terhadap guru, teman sebaya dan lingkungan sekolah⁹.

Ketercapaian dengan skor 69,90% berada pada aspek membantu mewujudkan tujuan sekolah menunjukkan bahwa sebagian peserta didik cukup mampu untuk merealisasikan prestasinya dan mengikutsertakan keterlibatannya demi memajukan nama sekolah. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Derlega dan Janda (1978) bahwa individu dapat merencanakan masa depan yang realistik jika memiliki penyesuaian diri yang baik untuk mencapai masa depan dengan hasil yang maksimal.¹⁰

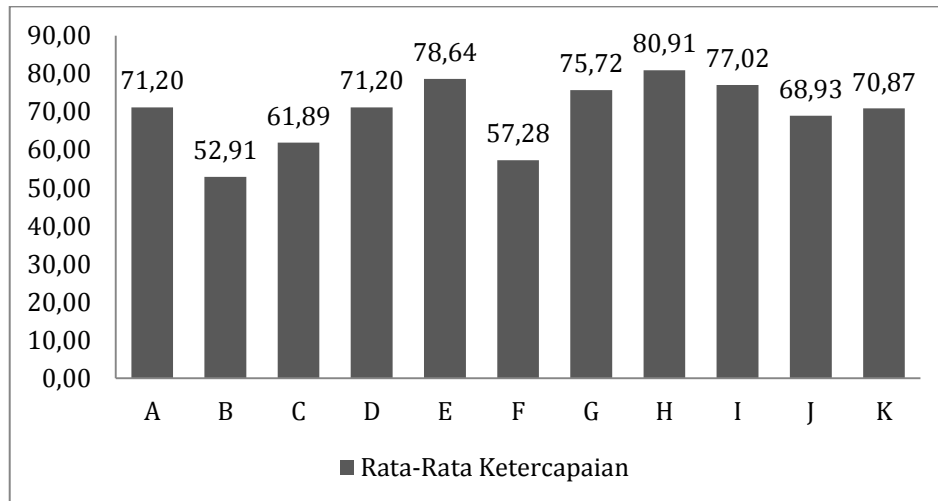
Aspek kemampuan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah adalah pencapaian skor yang paling rendah di antara keempat aspek diatas yaitu sekitar 59,09%, artinya peserta didik berada dalam kategori rendah berarti kurang memiliki kemampuan untuk peka terhadap diri sendiri dalam membangun hubungan relasi yang baik dengan teman-temannya di sekolah, sehingga memungkinkan membuat respon yang kurang tepat kepada teman-temannya. Menurut Tohirin (1987) karakteristik anak/individu yang sulit dalam menyesuaikan diri dengan teman sebaya ditandai dengan kesulitan dalam persahabatan, kesulitan dalam mencari teman, merasa asing dalam aktiitas kelompok, kesulitan dalam memperoleh penyesuaian dalam kegiatan kelompok, kesulitan mewujudkan hubungan yang harmonis dalam keluarga, kesulitan menghadapi situasi sosial yang baru.

⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: AlfaBeta, 2008), Hal. 61.

¹⁰ Derlega, V. J & Janda, H. L. *Personal Adjustment : The psychology of everyday life*, (Foresman:Scott, 1978), Hal. 27-37.

3. Gambaran penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti berdasarkan indikator

Secara grafik dapat dilihat rata-rata ketercapaian peserta didik kelas IV berdasarkan indikator pada grafik 1 dibawah ini.



Grafik 1

Gambaran Berdasarkan Indikator Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015

Indikator	Abjad
Kemampuan dengan menerima teman	A
Kemampuan mengendalikan emosi	B
Kemampuan berkomunikasi dengan teman	C
Mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman	D
Kemampuan bertutur kata dengan sopan dan santun	E
Kemampuan dalam menjaga sikap ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah	F
Partisipasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas	G
Partisipasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler	H
Memiliki kesadaran akan pentingnya peraturan di sekolah	I
Berprestasi untuk nama baik sekolah	J
Keterlibatan memajukan sekolah	K

Berdasarkan grafik 1, indikator ketercapaian tertinggi yaitu indikator partisipasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebesar 80,91%, artinya pada umumnya peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 sudah memiliki kesadaran untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah, hal ini disebabkan peserta didik dapat mengambil manfaat dari kegiatan ekstrakurikuler yang tidak semata-mata berpengaruh terhadap prestasi akademis di sekolah tetapi juga kegiatan ini dapat menciptakan nuansa dan

suasana pembelajaran yang bervariasi di sekolah dalam mengembangkan bakat dan kemampuannya di bidang lain.

Indikator kemampuan bertutur kata sopan dan santun dengan ketercapaian kedua sebesar 78,64%, artinya peserta didik sudah mampu untuk menunjukkan dalam bentuk sikap dan perilaku yang sehat dan serasi dengan kondisi, tempat, waktu terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah tetapi dalam kemampuan memaknai arti sikap ketika bertemu guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya belum mencapai maksimal karena ketercapaian indikator ini hanya 57,28%.

Selanjutnya pada indikator memiliki kesadaran pentingnya peraturan di sekolah mencapai ketercapaian sebesar 77,02% artinya peserta didik memiliki kesadaran untuk mampu serta mewujudkannya pentingnya peraturan yang berlaku di sekolah.

Peserta didik sudah cukup mampu untuk mengikuti kegiatan pembelajaran yang berlangsung di sekolah, indikator ini mencapai ketercapaian sebesar 75,72%.

Ketercapaian sekitar 71,20% pada indikator menerima teman dan mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman memiliki ketercapaian yang seimbang artinya bahwa peserta didik sudah bisa berinteraksi secara sosial dan menjalin hubungan pertemanan sesuai dengan kelompoknya.

Indikator keterlibatan memajukan sekolah dengan ketercapaian sebesar 70,87% dan berprestasi untuk nama baik sekolah 68,93% artinya peserta didik mampu untuk terlibat secara aktif sehingga bisa berprestasi.

Dua skor ketercapaian terbawah diantara indikator di atas lainnya yaitu pada indikator berkomunikasi dengan teman sekitar 61,89% dan indikator mengendalikan emosi sekitar 52,91%, artinya rata-rata peserta didik cukup mampu untuk menjalin interaksi dengan teman-temannya, tetapi masih terpancing secara ekspresif dalam melibatkan emosinya secara spontan dalam berhubungan dengan teman sebayanya.

4. Hasil Uji Efektivitas Teknik Permainan untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 Kota Bandung

Untuk melakukan uji hipotesis penelitian maka langkah yang digunakan adalah dengan membandingkan selisih nilai skor *posttest-pretest* kelompok eksperimen dan selisih nilai *posttest-pretest* kelompok kontrol. Hasil perhitungannya adalah sebagai berikut.

Tabel 4
Hasil Uji Statistik Sampel Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		N	Mean Rank	Sum of Rank
Penyesuaian Diri	Kelompok Eksperimen	11	14.91	164.00
	Kelompok Kontrol	11	8.09	89.00

Berdasarkan tabel 4, didapat hasil bahwa skor *sum of rank* kelompok eksperimen yang diberikan teknik permainan dalam bimbingan kelompok lebih tinggi yaitu sebesar 164.00 dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok.

Teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik mampu meningkatkan afialisi dengan teman sebaya karena melalui proses permainan dalam setting kelompok akan membentuk hubungan interpersonal individu dengan mengikuti sejumlah aturan untuk permasalahan yang ada sehingga individu dapat mempraktekkan peran-peran yang akan mereka laksanakan di kehidupan masa depannya. Hasil dari penelitian studi meta analisis bahwa terapi bermain berpengaruh secara positif pada anak yang mengalami masalah penyesuaian diri, gangguan emosi serta perilaku tumbuh kembangnya (Turns & Jonathan, 2013).⁹

Permainan pada penelitian ini membantu peserta didik untuk mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolah terhadap norma-norma yang ada di lingkungan sekolah dan masyarakat sehingga dapat mencerminkan sebagai individu yang *well adjusted*. Selanjutnya untuk menentukan efektivitas pelaksanaan intervensi teknik permainan melalui bimbingan kelompok antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol maka dilakukan pengujian statistik *UMann Whitney Test*. Pengujian *U Mann Whitney* digunakan untuk melihat perbedaan dari dua sampel bebas (*two independent sample*), maka hasil perhitungannya adalah sebagai berikut.

Tabel 5
Hasil Uji Statistik Sampel
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		U Mann Whitney	p-value	Keterangan
Aspek 1	Kemampuan menjalin hubungan dengan teman sebaya	.120	.001	Signifikan
Indikator	1.1 Kemampuan menerima teman	.600	.100	Tidak signifikan
	1.2 kemampuan mengendalikan emosi	.330	.076	Tidak signifikan
	1.3 kemampuan berkomunikasi dengan teman	.500	.000	Signifikan
	1.4 mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman	.240	.016	Signifikan
Aspek 2	Kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya	.185	.004	Signifikan
Indikator	2.1 kemampuan bertutur kata sopan dan santun	.370	.133	Tidak signifikan
	2.2 kemampuan menjaga sikap ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya.	.195	.005	Signifikan
Aspek 3	Partisipasi aktif mengikuti kegiatan sekolah	.575	.847	Tidak signifikan
Indikator	3.1 partisipasi aktif mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas	.540	.699	Tidak signifikan
	3.2 partisipasi mengikuti kegiatan ekstrakurikuler	.475	.401	Tidak signifikan
Aspek 4	Bersikap respek dan menerima peraturan di sekolah	.540	.699	Tidak signifikan
Indikator	4.1 memiliki kesadaran pentingnya peraturan di sekolah	.540	.699	Tidak signifikan
Aspek 5	Membantu mewujudkan tujuan sekolah	.410	.217	Tidak signifikan
Indikator	5.1 berprestasi untuk nama baik sekolah	.480	.438	Tidak signifikan
	5.2 berprestasi memajukan sekolah	.520	.606	Tidak signifikan
Penyesuaian Diri		.230	.013	Signifikan

Berdasarkan pada tabel 5, uji *U Mann Whitney* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh hasil intervensi pada kelompok eksperimen melalui teknik permainan efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 Kota Bandung dengan *p-value* (one tailed) $0.013 < 0.05$, maka

penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok mengalami perbedaan yang signifikan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik.

Secara spesifik berdasarkan pada tabel 5, menunjukkan bahwa pada aspek kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah terdapat perbedaan yang signifikan dengan $p\text{-value}$ $(0.01) < 0.05$ setelah di berikan intervensi teknik permainan, hal ini karena kemampuan berhubungan dengan teman sebaya mampu membentuk pola komunikasi yang baik dalam rangka menyerap informasi dan pengetahuan sebanyak mungkin. Sesuai dengan penelitian yang sama Restyowati, dkk (2009) dengan judul penelitian permainan kerjasama melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial peserta didik kelas X-3 SMA Negeri 1 Sukomoro Nganjuk, bahwa teknik permainan melalui kerjasama membantu individu belajar keterampilan sosial melalui pengalaman, memperbaiki hubungan antar manusia, karena tercipta suasana yang santai dan menyenangkan.

Pada tabel 5, aspek kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan $p\text{value}$ $(0.04) < 0.05$, karena dalam bermain menurut Serok dan Blum (Rusmana, 2009) salah satunya bersifat melibatkan disiplin, kontrol emosional dan adopsi peran-peran pemimpin yang merupakan peran penting dalam sosialisasi anak serta dapat menyelesaikan alternatif-alternatif masalah melalui figure otoritas.¹¹

Aspek partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah dan aspek membantu mewujudkan tujuan sekolah program intervensi teknik permainan tidak seluruhnya efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik. Pada tabel 5, aspek kemampuan bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah dengan $p\text{value}$ $0.874 > 0.05$ sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen melalui teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri.

Aspek mewujudkan tujuan sekolah tidak mengalami perbedaan yang signifikan pada $p\text{value}$ $0.217 > 0.05$, artinya pada aspek ini pemberian teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri tidak mengalami perubahan yang berarti dengan kondisi sebelumnya.

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 5 diatas terlihat bahwa aspek kemampuan menjalin hubungan persahabatan di sekolah pada indikator kemampuan menerima teman dengan $p\text{value}$ $1.000 > 0.05$, artinya tidak mengalami perbedaan yang signifikan kondisi *pretest* dan *posttest*. Hal ini

¹¹ Nandang Rusmana. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press. Hal. 4.

dikarenakan peserta didik belum bisa memaknakan hasil interaksi yang didapatkan dari temannya, mereka mempunyai alasan dan pertimbangan dalam menerima teman, kecenderungan untuk memilih teman berdasarkan kesamaan minat yang sesuai keinginan atas kebutuhannya, misalnya anak-anak pintar, kelompok anak-anak gaul, dan sebagainya, akibatnya cenderung mengabaikan teman-teman yang menurutnya kurang cocok. Pendapat yang dikemukakan Yusuf (2011) secara psikologis bahwa peserta didik belum bisa menerima konsekuensi apabila terjadi kesalahpahaman, belum dapat belajar sepenuhnya bahwa baik dirinya maupun orang lain sama-sama memiliki kelebihan dan kekurangan, sehingga kurang pengembangan sikap sportif, toleran terhadap orang lain.¹²

Pada tabel 5, indikator kemampuan mengendalikan emosi dengan *pvalue* $0.076 > 0.05$, artinya tidak mengalami perbedaan yang signifikan. Hal ini karena peserta didik belum mampu untuk mengatur ekspresi dalam situasi sosial, sehingga belum dapat mengontrol emosinya jika ada situasi yang mengancam dirinya.

Indikator berkomunikasi dengan teman mengalami perbedaan yang signifikan dengan *pvalue* sebesar $0.000 < 0.05$, artinya peserta didik sudah mampu berinteraksi dengan teman sebaya yang diwujudkan dalam bentuk aktivitas bersama-sama, diantaranya berbicara mendengarkan dan bermain. Indikator kemampuan mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman mengalami perbedaan yang signifikan dengan *pvalue* $0.016 < 0.05$, artinya peserta didik cukup mampu membina hubungan persahabatan dalam jangka waktu yang lama jika berdasarkan dengan minat yang sama.

Hasil perhitungan aspek kemampuan bersikap hormat pada guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya pada indikator kemampuan bertutur kata sopan dan santun tidak mengalami perbedaan yang signifikan dengan *pvalue* $0.133 > 0.05$. Indikasi seperti ini disebabkan oleh determinan beberapa faktor, baik dari internal maupun dari faktor eksternal peserta didik. Faktor kebiasaan peserta didik yang berada dalam lingkungan rumah dengan bebas mengemukakan pendapatnya, otoritas, sehingga lebih leluasa mengekspresikan. Pada indikator kemampuan menjaga sikap dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya mengalami perubahan yang signifikan dengan *pvalue* $0.005 < 0.005$, artinya peserta didik cukup mampu dalam menjaga sikapnya dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya.

¹² Syamsu Yusuf, LN. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung:PT Remaja Rosda Karya. Hal. 172.

Pembahasan

Hasil penelitian dengan pemberian teknik permainan menunjukkan bahwa efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri pada peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015. Berdasarkan pada kelima aspek penyesuaian diri peserta didik, terdapat perbedaan yang signifikan untuk aspek kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah berupa teknik permainan dalam bimbingan kelompok. Perbedaan yang signifikan di didukung oleh hasil observasi serta jurnal harian peserta didik yaitu bisa menunjukkan kepercayaan diri dengan berkomunikasi dengan teman dan tidak malu untuk memulai komunikasi dalam kegiatan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (1980) bahwa ciri utama pada masa ini yaitu dorongan anak untuk keluar dari lingkungan rumah dan masuk kelompok sebaya (*peer group*). Menurut Musrifoh dan Suyanto (Sujarwo dan Eliasa, 2011) dengan bermain dapat bermanfaat bagi perkembangan sosial anak, yaitu peserta didik mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat meningkatkan sikap sosialnya, belajar dalam berkomunikasi dan belajar berorganisasi¹³.

Ditinjau lebih mendalam pada aspek pertama yaitu kemampuan menjalin hubungan dengan teman di sekolah melalui teknik permainan dalam bimbingan kelompok bertema "*Ini Saya, Ini Gajah..*" memberikan wahana baru kepada peserta didik bagaimana memudahkan dalam menjalin komunikasi dengan teman, untuk bisa saling membuka pembicaraan awal untuk berkomunikasi sesama temannya. Sebagai pembuka pada sesi pengenalan, secara bergiliran semua peserta didik diminta untuk menyebutkan nama, hal-hal yang menjadi kesukaannya atau hobi diantaranya makanan, film, tempat liburan favoritnya bahkan apa yang tidak disukainya (*eksperientasi*). Pengenalan antar sebaya melalui hal-hal yang memiliki kesamaan, minat serta *interest* yang sama memudahkan mereka untuk belajar bagaimana untuk memformulasikan, mengemukakan serta menyatakan pendapat mereka, dengan saling menghargai sudut pandang di antara teman mereka.

Berdasarkan evaluasi serta pengamatan oleh fasilitator bahwa pada saat kegiatan berlangsung mulai dari tahap awal pemberian instruksi sampai tahap akhir, peserta didik terlihat antusias dan kesungguhan dalam mengikuti sesi kegiatan sehingga dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa seluruh peserta didik dapat mengkomunikasikan kemampuan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan temannya.

Dari hasil uji empiris aspek kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah, secara umum peserta didik dapat

¹³ Suwarjo dan Ellisa. E. (2011). *55 Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing. Hal. 8-11.

berkomunikasi dengan temannya di sekolah, karena menurut Hurlock (1980) pada usia sekolah dasar yang berada pada rentang 6 sampai dengan 12 tahun terdapat salah satu ciri utamanya yaitu dorongan anak sudah mencapai kematangan dalam hubungan sosial dengan belajar menyesuaikan diri melalui norma-norma kelompok, sehingga memiliki kesanggupan menyesuaikan diri sendiri (*egosentris*) kepada sikap yang *kooperatif* (bekerjasama) atau *sosiosentris* (memperhatikan kepentingan orang lain).¹⁴

Perubahan perilaku dalam penyesuaian diri yang pada prinsipnya proses diri sendiri yang pada mulanya terlihat malu, pendiam, kurang menerima teman apa adanya, tidak bisa bekerja sama, kurang bisa mampu mengendalikan emosi dan kurang bisa menjalin hubungan persahabatan dengan teman pada akhirnya terlihat setelah peserta didik diberikan *treatmen* berupa teknik permainan, karena suasana kelompok melatih peserta didik untuk dapat saling mengenal akrab, melatih menahan diri dan melatih keterampilan-keterampilan emosional serta bisa bekerja sama dengan temannya untuk meningkatkan penyesuaian diri.

Proses pemberian teknik permainan melalui tema “Kapal Karam” selama observasi, peneliti melihat bahwa sebagian peserta didik memilih untuk menimbulkan sikap saling menghormati satu sama lain dalam menjalin komunikasi sehingga dapat berperilaku hormat dengan memposisikan diri pada rentang usia yang sudah ditentukan dalam permainan.

Keefektifan dalam aspek kemampuan bersikap hormat kepada guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya merupakan bagian dari suatu bentuk kondisi yang disebabkan oleh faktor kebiasaan yang telah dilakukan sebelumnya, senada yang dikemukakan oleh Hartono & Sunarto (2008) bahwa individu belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan karena proses belajar antara pola hubungan menerima antara orang tua dan anak (*acceptance*) yang membentuk kehangatan dan rasa aman bagi anak. Dari kondisi rasa aman, anak akan belajar menghargai dan nyaman untuk bertingkah laku secara efisien. Kondisi lingkungan sekolah menjadi proses sosialisasi dari guru berpengaruh kepada interaksi edukatif bagi perkembangan penyesuaian diri peserta didik.

Kemampuan bersikap dan menghargai *figure* otoritas dalam hal ini kaitannya dengan *figure* yang ada di sekolah, tidak lain karena dipengaruhi juga oleh karakteristik budaya atau adat istiadat, agama yang diturunkan kepada individu/individu/peserta didik itu sendiri. Pola pembelajaran pada individu untuk dapat berperilaku sopan santun dan menghargai *figure* yang lebih tua menjadikan individu bisa menyesuaikan dirinya secara efisien.

Pelaksanaan intervensi teknik permainan secara empiris tidak menunjukkan perbedaan yang berarti pada aspek ketiga yaitu partisipasi

¹⁴ Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga. Hal. 23.

aktif mengikuti kegiatan di sekolah. Teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri melalui tema "*Manage The Change*" untuk aspek partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, secara praktikal peserta didik dapat mengaplikasikan struktur dari perkembangan kognitif yang diterimanya.

Menurut para peserta didik kegiatan permainan *Manage The Change*, diperlukan ide, kreativitas serta kerjasama yang baik untuk membentuk bangunan geometri yang diinginkan, dari mengatur teman-temannya untuk memegang tali raffia sehingga didapatkan bangunan yang dimaksud (*identifikasi*). Dari semua kelompok yang ada, peserta didik mengungkapkan bentuk yang paling sulit adalah geometri berbentuk bintang, hal ini dikarenakan keterbatasan waktu yang diberikan oleh fasilitator, sehingga sulit untuk mengkoordinir teman-temannya membentuk tiap sudut dari geometri bintang. Dilihat cara mempraktekkan apa yang telah di terimanya dalam pembelajaran di kelas, terlihat dalam sesi ini seluruh peserta didik terlibat secara aktif dan kreatif dapat menunjukkan bangunan-bangunan geometri dasar melalui tali raffia yang sedang di pelajarinya pada semester ini.

Menurut Havighurts (Suherman, 2005), pada masa ini peserta didik sudah mampu memperoleh sejumlah konsep yang diperlukan untuk berpikir secara efektif. Pada tahapan masa ini pula peserta didik mampu untuk mengklasifikasikan pengetahuan yang didapat untuk menyusun dalam kaidah-kaidah logika yang secara nyata.

Menurut Hurlock (1980, hlm. 322) mengemukakan bahwa sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak, baik dalam secara berpikir, bersikap maupun berperilaku. Beberapa faktor lingkungan sekolah yang berkontribusi positif terhadap perkembangan peserta didik diantaranya adalah: a) kejelasan visi, misi dan tujuan yang akan dicapai, b) pengelolaan atau manajerial yang professional, c) personel sekolah memiliki komitmen yang tinggi, d) tersedianya sarana-prasarana yang memadai. Faktor lingkungan sekolah dari SD Taruna Bakti dengan menyediakan sarana untuk bermacam aktivitas kegiatan pembelajaran di sekolah serta ruang lingkup untuk menampung minat serta bakat peserta didik dalam wadah ekstrakurikuler sehingga memberikan wahana bagi peserta didik agar bisa mengeksplorasi kemampuan, keterampilan yang berguna bagi kehidupan di masa depannya.

Sesuai dengan penelitian Reinke (2002) bahwa lingkungan sekolah adalah tempat yang mendukung dalam membangun nilai dan keterampilan-keterampilan yang berguna bagi remaja untuk masuk dalam dunia masyarakat sehingga menghasilkan usia dewasa yang produktif. Upaya

keberhasilan ini tergantung pada iklim sekolah yang positif yang mendorong serta mendukung anak-anak dengan afektif.¹⁵

Pada aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah pada tema permainan “David Says..” secara *practical* signifikan dilihat dari hasil observasi selama sesi intervensi yang dilaksanakan bahwa peserta didik terlibat secara aktif dan bisa mengikuti aturan-aturan yang diberikan secara spontan oleh fasilitator, ketika pada sesi *ice breaking* bahwa pemenang yang menjawab benar, untuk sesi kegiatan inti tema akan diganti dengan nama peserta didik pemenangnya, seluruh peserta didik terlihat sportif menerima konsekuensi keputusan yang diambil oleh fasilitator.

Teknik Permainan *David Says* dapat diindikasikan bahwa peserta didik sudah dapat menerima secara sadar aturan-aturan perilaku yang dapat diterima di lingkungannya, khususnya di sekolah, hal ini sudah termanifestasikan dalam wujud perilaku untuk bisa menerima secara sportif.

Berdasarkan hasil uji empiris, pada aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah tidak mengalami perbedaan secara signifikan. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor pertama yaitu, lingkungan sekolah yang menerapkan aturan-aturan bagi peserta didiknya agar dapat bersikap dan perilaku yang diharapkan sesuai dengan misi sekolah yaitu menjadi individu yang berkarakter. Tetapi tidak semua peserta didik dapat menjalani penyesuaian diri terhadap aturan yang berlaku di sekolah. Hal ini karena adanya tingkat penyesuaian perkembangan dan kematangan peserta didik yang dicapai pada usianya tidak optimal, dimana seharusnya pada usia tersebut peserta didik sudah cukup mampu menyesuaikan diri dan bereaksi secara tepat sehingga dapat menyesuaikan pada situasi dan kondisi yang sesuai dengan tuntutan lingkungannya. Seperti yang dikemukakan oleh Hartono dan Sunarto (2008) bahwa tingkat kematangan individu berbeda antara individu yang satu dengan lainnya, sehingga pola pencapaian penyesuaian diri akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangannya. Faktor kedua yaitu lingkungan keluarga. Keluarga merupakan wadah pembentukan sifat masing-masing dari anggotanya, terutama anak-anak.

Menurut Sunarto & Hartono (2008) pola hubungan antara orang tua dengan anak mempengaruhi penyesuaian diri seperti pola hubungan menerima (*acceptance*) yaitu situasi hubungan di mana orang tua menerima anaknya dengan baik yang dapat menimbulkan suasana hangat dan rasa aman bagi anak. Pola hubungan menghukum dan disiplin yang berlebihan dapat menimbulkan suasana psikologis yang kurang menguntungkan. Perlindungan dan pemanjaan secara berlebihan dapat menimbulkan

¹⁵ Reinke & Herman (2002). *Creating School Environment That Deter Antisocial Behaviors in Youth. Journal of Psychology in the school*, Vol. 39, hlm. 549-559.

perasaan tidak aman, cemburu, rendah diri, canggung dan gejala-gejala salah satu lainnya, keadaan lingkungan masyarakat dimana individu berada juga menentukan proses dan pola-pola penyesuaian diri. Aturan-aturan yang berlaku di rumah akan berpengaruh pada penyesuaian diri peserta didik pada lingkungan sekolah¹⁶.

Pemaknaan secara *practical* signifikan pada aspek kelima yaitu membantu mewujudkan tujuan sekolah. Tujuan dari permainan ini adalah peserta didik dapat berprestasi sesuai dengan cita-cita dan harapannya. Berdasarkan dari hasil kegiatan tema “Pohon Harapan”, seluruh peserta didik memberikan harapan yang tinggi untuk menggapai cita-cita yang diinginkannya yang tidak hanya sebatas sebagai bagian dari profesi tetapi bisa berguna bagi lingkungannya.

Hal ini terbukti bahwa pemberian kegiatan bermain sebagai kegiatan yang mempunyai nilai praktis, artinya dalam permainan media yang digunakan dapat meningkatkan kemampuan tertentu pada anak yang bermanfaat pula sebagai penguatan dan pengukuhan pembelajaran yang dapat menduduki posisi yang tepat dalam peranannya untuk mencapai tujuan yang efektif.

Seperti yang diungkapkan oleh Yusuf (2010) secara psikologis bermain merupakan nilai-nilai yang berharga bagi setiap anak, yaitu:

1. Anak memperoleh perasaan senang, puas dan bangga.
2. Anak mengembangkan sikap percaya diri, tanggung jawab dan kooperatif.
3. Anak dapat mengembangkan daya fantasi atau kreatifitas.
4. Anak dapat mengenal aturan atau norma yang berlaku dalam kelompok serta belajar untuk menaatinya.
5. Anak dapat memahami baik dirinya dan orang lain sama-sama memiliki kelebihan dan kekurangan.
6. Anak dapat mengembangkan sikap sportif, tenggang rasa atau toleran terhadap orang lain.

Keefektifan teknik permainan kelompok ini pula secara praktikal terlihat dari hasil wawancara dan keseluruhan hasil observasi dari setiap sesi menunjukkan peserta didik yang mendapatkan permainan kelompok terjadi peningkatan penyesuaian diri.

Sejalan dengan efektivitas penelitian yang dilakukan peneliti tentang teknik permainan tidak hanya digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri saja, beberapa peneliti yang menggunakan teknik permainan efektif untuk menangani anak-anak yang mengalami gangguan emosi dan perilaku

¹⁶ Sunarto, H & Agung Hartono. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 172.

tumbuh kembang serta masalah penyesuaian sosialnya oleh Turns, Bernie & Kimmies (2014).¹⁷

Hasil penelitian sebelumnya juga dapat disimpulkan bahwa bermain pada hakikatnya meningkatkan daya kreativitas dan citra diri yang positif sehingga mampu melakukan penyesuaian diri terhadap norma-norma yang berlaku di dalam lingkungan sekolah dan masyarakat sekitar, selaras dengan pendapat yang dikemukakan oleh Mead (Ritzer, 2008) bahwa permainan yang baik dan tepat dapat menjadikan seseorang menerapkan dan melaksanakan norma-norma yang berlaku di dalam lingkungan sekolah dan masyarakat (*generalized other*) dengan cara mengambil peran dalam sikap kelompok sosial yang digeneralisasikan yang membuatnya termasuk ke dalam kegiatan sosial yang kooperatif, teratur sehingga melibatkan kelompok dalam mengembangkan suatu diri yang lengkap yang menjadikan sebagai cerminan individual dari pola sistematis umum perilaku sosial lain yang terlihat sebagai suatu keseluruhan ke dalam pengalaman individu dari segi sikap-sikap kelompok melalui mekanisme sistem syaraf pusat ke arah dirinya sendiri.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Teknik permainan efektif dan signifikan untuk meningkatkan penyesuaian diri kelas IV SD, terutama untuk aspek menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah dan kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, sedangkan untuk aspek partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah, aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah dan aspek membantu mewujudkan tujuan sekolah tidak mengalami perbedaan yang signifikan. Ketiga aspek tersebut disebabkan karena adanya pengaruh lingkungan budaya sekolah yang berhasil menciptakan iklim sekolah yang positif sehingga dapat mendorong serta mendukung peserta didik dalam berpikir, bersikap maupun berperilaku untuk mengeksplorasikannya yang berguna bagi masa depannya. Adapun rekomendasi untuk penelitian selanjutnya yaitu hendaknya kepala sekolah mempertimbangkan untuk mengambil kebijakan memasukkan program layanan bimbingan konseling di SD Taruna Bakti Kota Bandung serta guru bimbingan dan konseling dapat mengembangkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik di sekolah, diharapkan mampu mengaplikasikan ke dalam program bimbingan yaitu pribadi sosial untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

¹⁷ Turns, Brie A & Kimmes, Jonathan, *I'm NOT the Problem! Externalizing Children's 'Problems' Using Play Therapy and Developmental Considerations*, (Academic Journal Contemporary Family Therapy: An International Journal, 2014), Vol. 36 Issue 1, hlm.135.

Daftar Rujukan

- Alwisol.(2009). *Psikologi kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Ali, M & Asrori. (2009). *Psikologi remaja - Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (1993). *Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktek*, Edisi Kesembilan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (1997). *Statistika untuk penelitian*. Edisi Kedua. Solo: UNS Press.
- Corey,G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (edisi ketujuh). Belmont: Brooks/Cole.
- D., Bratton & Jones, L. (2005). Efficacy of Play Therapy With Children: A Meta-Analytic Review of Treatment Outcomes. *Journal Psychology: Research and Practice*. (Vol. 36, No. 4, hlm. 376-390). American Psychological Association.
- Derlega, V. J & Janda, H. L. (1978). *Personal Adjustment : The psychology of everyday life*. Foresman:Scott.
- Depdiknas. (2007). *Rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal*. Jakarta: Abkin.
- Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Destefano et all. (2001). *A preliminary assessment of the impact of the counseling on student adjustment to college*. International Journal of College Counseling. Vol 14.
- Drewes, A & Schaefer. (2010). *School based play therapy*. (edisi kedua). New Jersey: John Wiley & Son Publised.
- Dockett, S & Fleer, M. (2000). *Play and pedagogy in early childhood: Bending the rules*. Marrickville: Harcourt Brace & Co.
- Eliasa, Eva Imania. (2010). *Program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal dan interpersonal Siswa*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Feist & Feist. (1998). *Theories of personality*. (edisi keempat) Boston: Mcgraw-Hill Companies Inc.
- Feist & Feist. (2010). *Teori kepribadian (Theories of personality)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Furqon. (2011). *Statistika terapan untuk penelitian*. Bandung: AlfaBeta.
- Geldard, K & Geldard, D. (2012). *Konseling anak-anak*. Sebuah pengantar praktis. (edisi ketiga). Jakarta: PT. Indeks.
- Ghufron, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogyakarta: Ar-ruzz Media Group.
- Gurnarsa, S, D. (2004). *Psikologi perkembangan anak, remaja dan keluarga*. Jakarta: PT. Gunung Mulia
- Hadi, Sutrisno. (2006). *Statistika jilid 2*. Yogyakarta: Andi.
- Hartinah, Siti. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Homeyer & Morrison. (2008). Play therapy practise, issues, and trends. *American Journal of Play*. 211-228.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

- Hurlock, E.B.(1981). *Developmental psychology, A life-span approach*. New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd.
- Ismail, Andang. (2006). *Educational games*. Yogyakarta: Pillar Media.
- Kown, K. et all. (2014). The Role of beliefs about the importance of social skills in elementary children's social behaviors and school attitudes. *Original paper. Child youth care forum*. (Vol. 43, hlm. 455-467). [Online]. Diakses dari <http://link.springer.com/article/10.1007/s10566-014-9247-0/fulltext.html>
- Lazarus, Richard. (1961). *Personality and adjustment*. Engelwood Cliffs: Prentice Hall.
- Landreth, L.Garry., et all. (2005). *Play therapy interventions with children's problem*. United Kingdom: Rowman & Littlefield Publisher, Inc. [Online] Tersedia: <http://books.google.co.id> [24November 2014].
- Lantz, J & Raiz, L. (2014). Play and art in existential trauma therapy with children and their parents. *Springer Journal: Contemporary family therapy*. (Vol.36, hlm. 135-147). [Online]. Diakses dari : <http://download.springer.com/static/pdf/springer.com>.
- Lengkong, P dan Nugroho, D. B. (2009). *Koleksi games seru*. Yogyakarta: Indonesia Cerdas.
- Meier, L. (2012). The effect of school culture on science education at an ideologically innovative elementary magnet school: An ethnographic case study. *Springer Journal of Science Teacher Education*. Vol. 23, hlm. 805-822.
- Nurihsan, J. (2006). *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno dkk. (1997). *Seri keterampilan belajar (Program semi que)*. Padang : Depdiknas.
- Prayitno, A, E. 2004. *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Cetakan kedua, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Reinke, W & Herman, K. (2002). Creating school environment that deter antisocial behaviors in youth. *Journal of Psychology in the school*, Vol. 39, hlm. 549-559.
- Rennie, R. L. (2000). *A comparison study of the effectiveness of individual and group play therapy in treating kindergaten children with adjustment problems*. Disertation Prepared for the Degree of Doctor Phylosophy. University of North Texas.
- Roffey, S.(2012). *Positive relationships: Evidence based practice across the world*. Springer Science: Business Media B.V.
- Roshidah, Ainur. (2013). *Efektivitas teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan konseling kelompok di sekolah (Metode, teknik, dan aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Rusmana, N. (2009). *Konseling kelompok bagi anak berpengalaman traumatis*. Bandung: Rizqi Press.
- Sagita, D & Erlamsyah. (2013). Hubungan antara perlakuan orang tua dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling FIP UNP*. Vol

- 1, hlm 1 -10. Di akses dari :
<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>
- Santoso.(Alih Bahasa).(2006). *Theories of personality*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Santrock, W. John. (1995). *Life span development*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, W. J. (2007). *Perkembangan anak*. (edisi kesebelas). Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Schneiders, A. (1964). *Personal adjusment and mental health*. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Suhardinata, K. (2011). *Penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Sukma, A. (2011). *Efektivitas teknik permainan simulasi untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Suryabrata, S. (2004). *Metodologi penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Suwarjo dan Ellisa. E. (2011). *55 Permainan (games) dalam bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Suherman, U. (2013). *Bimbingan dan konseling karir: Sepanjang rentang kehidupan*. Bandung: Rizki Press.
- Sunarto, H & Hartono, Agung. (2008). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriyono, W. (2000). *Psikologi belajar*. Jakarta: PT RinekaCipta.
- Sweeney, D & Homeyer, L. (1999). *Group play therapy: How to do it-how it works-whom its best for*. San Fransisco: Jossey-Bass Publisher.
- Syamsu Y. (2009). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*: Bandung. Rosda.
- Tedjasaputra,M.(2001). *Bermain, mainan dan permainan*. Jakarta: Grasindo.
- Turns, Brie A & Kimmes, Jonathan. (2014). 'I'm NOT the Problem!' Externalizing Children's 'Problems' Using Play Therapy and Developmental Considerations. *Academic Journal Contemporary Family Therapy: An International Journal*. Vol. 36 Issue 1, hlm.135.
- Universitas Pendidikan Indonesia. (2014). *Pedoman penulisan karya ilmiah*. Bandung:UPI Press.
- Willis, S. (2008). *Konseling individual teori dan praktek*. Bandung: AlfaBeta.
- Winkel, W. S., dan Hastuti, S.(2006). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan* (Edisi Revisi, Cetakan Kelima). Yogyakarta: Universitas Sanatha Dharma.
- Yusuf, Syamsu LN. (2009). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung:PT Remaja Rosda Karya.
- Yusuf,Syamsu LN dan Nurihsan, Juntika (2008). *Teori kepribadian*. Bandung Sekolah Pasca Sarjana UPI dengan PT Remaja Rosada Karya.