

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN SOSIAL

Dinar Mahdalena Leksana

Program Studi PIAUD, Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Lamongan

Jl. Veteran No. 53 A Lamongan 62213

Telp. 0322-324706/0856-5403-6632

E-mail: chealeksa.ca@gmail.com

***Abstract:** This study aims to: (1) find out the implementation of group guidance and social adjustment level of grade 1 students of SDN Kedondong 01, (2) know the effectiveness of group guidance with traditional games to improve students' social adjustment. This is a quantitative research using pre-test post-test one group design. The data analysis technique used is Wilcoxon's Signed Rank Test which belongs to non parametric statistic. Based on the significant level 5% and $N = 8$ data analysis showed difference of scores between before and after implementing group guidance with traditional games technique. The result of field test shows that the group guidance model with traditional learning technique is effective to improve social adjustment of grade I students of SDN Kedondong 01. This is indicated by the change of social adjustment level of students before and after the implementation. that is an increase of 19%. Therefore it could be suggested to the counselor in elementary school to improve the utilization of traditional games in the implementation of group guidance as such a legacy to the scientific development.*

***Keywords:** Social Adjustment, Group Guidance, Traditional Games*

Pendahuluan

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah dasar dirasakan cukup penting untuk dilaksanakan. Hal ini karean pada jenjang pendidikan ini anak mulai dituntut untuk dapat bersosialisai dan belajar secara formal. Pelayanan Bimbingan dan konseling di SD merupakan bantuan kepada individu dalam menghadapi persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam hidupnya. Bantuan semacam itu sangat tepat bila diberikan di sekolah, agar setiap murid dapat berkembang ke arah mencapai perkembangan bagi dirinya yang maksimal meliputi aspek kepribadian, sosial, belajar dan karir. Bimbingan di Sekolah Dasar mempunyai ciri khas sendiri, yaitu: (1) karena pada umumnya di Sekolah Dasar tidak mempunyai tenaga ahli/petugas khusus bimbingan dan konseling guru kelas merangkap sebagai guru pembimbing; (2) fokus bimbingan di Sekolah Dasar lebih menekankan pada pengembangan pemahaman diri, pemecahan masalah dan kemampuan berhubungan secara efektif dengan orang lain; (3) guru harus lebih menyadari bahwa usia Sekolah Dasar merupakan suatu tahapan yang sangat penting dalam tahapan perkembangan anak¹.

Bimbingan adalah pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian dan pemecahan masalah. Bimbingan bertujuan membantu

¹ Dink Meyer dan Caldwell, dalam Furqon, *Konsep dan Aplikasi Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar* (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2005)

seseorang agar bertambah kemampuan bertanggung jawab atas dirinya. Bisa dikatakan bahwa bimbingan itu sendiri adalah pemberian bantuan kepada seseorang atau kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup. Diman bantuan itu bersifat psikologi dan tidak berupa pertolongan finansial, medis dan sebagainya².

Bimbingan bertujuan membantu individu dalam usahanya untuk mencapai (1) kebahagiaan hidup pribadi, (2) kehidupan yang efektif dan produktif, (3) hidup bersama dengan individu-individu lain, dan (4) keserasian antara cita-cita individu dengan kemampuan yang dimilikinya. Apabila individu yang dibimbing berhasil mencapai keempat tujuan tersebut di atas, maka barulah dapat dikatakan bahwa bimbingan itu berhasil³.

Secara umum dapat dikatakan bahwa sebagai salah satu teknik bimbingan, bimbingan kelompok mempunyai prinsip, kegiatan, dan tujuan yang sama dengan bimbingan. Perbedaannya hanya terletak pada pengelolaannya, yaitu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dengan teknik permainan menjadi pilihan dalam layanan karena mempertimbangkan latar belakang sifat siswa atau anak, yaitu mudah menangkap perintah melalui permainan dengan teman sebayanya. Pada usia perkembangan anak usia sekolah dasar, anak cenderung senang bermain, dan mudah percaya pada teman dekatnya dibandingkan dengan kata-kata orang tua sekalipun. Hal ini karena tugas masa perkembangannya memasuki masa senang bermain dengan teman sebaya. Permainan merupakan teknik yang sesuai untuk belajar keterampilan sosial, karena dengan permainan dapat tercipta suatu suasana santai dan menyenangkan. Suasana santai dan menyenangkan membuat seseorang dapat dengan mudah menjalin hubungan interpersonal yang harmonis⁴.

Penelitian Yeni Rahmawati⁵ “Pengaruh Penerapan Bimbingan Kelompok Model Permainan Pengembangan Diri Terhadap Kecenderungan Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Kelas 1-6 di SMA Negeri 1 Jombang”, dalam hasil penelitian quasi eksperimen menunjukkan bahwa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa menjadikan rekomendasi oleh para guru BK. Selain itu penggunaan permainan tradisional dalam pelaksanaan bimbingan kelompok juga dapat mempererat pertemanan siswa satu sama lain, yang secara tidak langsung akan mempermudah siswa dalam melakukan penyesuaian social di lingkungan baru. Bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional, sebagai salah satu cara dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, memiliki keuntungan sebagai sarana meningkatkan keterampilan penyesuaian sosial dan melatih mental siswa mengatasi perilaku minder, malu dan tidak percaya diri, serta melatih siswa untuk lebih yakin atas kemampuan diri.

Penyesuaian sosial dapat diidentifikasi sebagai kemampuan seseorang dalam menghayati norma-norma yang berlaku di masyarakat dan memiliki konsep mengenai diri sendiri dengan orang lain. Proses penyesuaian diri ini banyak sekali menimbulkan berbagai masalah terutama bagi diri individu sendiri. Jika individu dapat berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian

² Juhana Wijaya, *Psikologi Bimbingan* (Bandung: PT Eresco, 2008)

³ *Ibid.*, 93.

⁴ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok* (Surabaya: Universitas Negeri Malang, 2006), 3.

⁵ Yeni Rahmawati, “Pengaruh Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Pengembangan Diri Terhadap Kecenderungan Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas 1-6 SMA Negeri 1 Jombang. Skripsi. Tidak Diterbitkan. UNESA University Press

bagi lingkungannya, hal itu disebut *well adjusted* atau penyesuaian yang baik. Sehingga siswa terhindar dari gejala salah suai. Sebaliknya jika individu gagal dalam proses penyesuaian diri tersebut, disebut *maladjusted*.⁶

Oleh karena itu alangkah baiknya apabila sekolah memberikan bantuan agar setiap siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik. Sekolah hendaknya menempatkan diri sebagai suatu lingkungan yang memberikan kemudahan-kemudahan untuk tercapainya penyesuaian yang baik. Seperti dijelaskan di atas, bahwa jika individu gagal dalam memperoleh penyesuaian diri, maka ia akan sampai pada suatu situasi salah suai. Gejala-gejala salah suai ini akan dimanifestasikan dalam bentuk tingkah laku yang kurang wajar atau yang sering disebut sebagai bentuk kelainan tingkah laku.

Beberapa siswa yang kurang mampu melakukan penyesuaian sosial ditandai pula oleh indikasi seperti rasa rendah diri, bersifat, bersifat bandel/nakal, mencari perhatian, mencuri, dan sebagainya. Gejala-gejala semacam itu seringkali banyak menimbulkan berbagai masalah. Tentu saja hal itu tidak dapat dibiarkan terus, karena akan banyak mengganggu baik bagi individu itu sendiri maupun bagi lingkungan. Mereka yang menunjukkan gejala-gejala tingkah laku kurang baik mempunyai kecenderungan untuk gagal dalam proses pendidikannya. Uraian tersebut sejalan dengan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada SDN Kedondong 01.

Penyesuaian siswa yang kurang dapat mengakibatkan siswa mengalami penolakan secara sosial. Pelayanan bimbingan dan konseling di SD mengacu pada perkembangan siswa yang beradaptasi dengan lingkungannya yang lebih luas dan bersosialisasi dengan mengenal berbagai aturan, nilai, norma-norma. Melalui bidang bimbingan sosial dan pribadi, pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa SD dalam proses bersosialisasi untuk mengenal atau berhubungan dengan lingkungan sosial.

Tujuan penelitian ini antara lain (1) mengetahui pelaksanaan bimbingan bimbingan kelompok dan tingkat penyesuaian sosial siswa kelas ISDN Kedondong 01, (2) mengetahui keefektifan bimbingan kelompok dengan permainan tradisional untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswakesel ISDN Kedondong 01.

Atas dasar hal tersebut maka peneliti ingin mengembangkan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berbasis nilai lokal untuk meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa SDN Kedondong 01.

Metode

Desain penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*. Menurut Sugiyono,⁷ uji keefektifan dalam desain *one group pretest-posttest design* adalah dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* satu kelompok subyek penelitian saja tanpa ada kelompok pembandingan.

Eksperimen dilakukan peneliti dalam enam kali pertemuan. Setiap pertemuan kurang lebih 30-40 menit. Pertemuan pertama berisi pembinaan hubungan dan penentuan kesepakatan waktu berikutnya dan kegiatan berikutnya. Pada pertemuan berikutnya pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok dengan

⁶ Moh. Surya dan Rochman Natawidjaya, *Pengantar Bimbingan dan Penyuluhan* (Jakarta: Universitas Terbuka, 2008), 12-13.

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RD* (Bandung: Alfabeta, 2011), 111.

melaksanakan permainan yang telah dijelaskan dan disepakati, yaitu, gobak sodor, bentengan dan jamuran, yang dibagi dalam beberapa kali pertemuan. Setiap akhir kegiatan tiap pertemuan selesai dilaksanakan, anggota kelompok diminta untuk merefleksikan yang telah dilakukan. Disetiap akhir sesi kegiatan pemimpin kelompok meminta anggota untuk mengungkapkan perasaannya.

Subjek uji coba dalam penelitian ini adalah siswa kelas I yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengumpulan sample dengan pertimbangan tertentu⁸. Dalam teknik ini, peneliti mengambil beberapa sampel sesuai dengan tujuan penelitian, sampel yang diambil adalah siswa-siswa yang memiliki indikator penyesuaian sosial yang rendah. Terdapat 8 siswa yang memiliki skor penyesuaian sosial rendah sehingga 8 siswa tersebut dijadikan subjek penelitian.

Instrumen pengumpul data yang digunakan dalam bentuk skala psikologis, panduan wawancara, pedoman observasi dan instrument validasi.

Teknik analisis data pada penelitian pada tahapan ini dilakukan secara kuantitatif. Prosedur kuantitatif dilakukan dengan menghitung prosentase tingkat penyesuaian sosial siswa. Untuk mengetahui efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa digunakan uji beda rata-rata (uji-t) antara data hasil *pretest* dan *posttest*. Uji t dilakukan untuk menguji perubahan yang terjadi akibat suatu perlakuan peneliti terhadap sampel dan membandingkan skor *pre test* dan *post test*.⁹

Hasil dan Pembahasan

Bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa, disusun berdasarkan hasil temuan studi awal di lapangan, yaitu: (1) Pelaksanaan bimbingan kelompok di SDN Kedondong 01 yang menunjukkan hasilnya bahwa bimbingan kelompok telah dilakukan bimbingan kelompok namun frekuensi pelaksanaannya jarang dan bersifat insidental; (2) Faktor-faktor hambatan pelaksanaan bimbingan kelompok antara lain: a) Program bimbingan dan konseling tidak secara terstruktur dan sistematis sehingga dalam pelaksanaan bimbingan kelompok tidak terjadwal dengan baik; b) bimbingan kelompok terbatas karena harus mencari sela-sela waktu setelah jam pelajaran selesai, disamping itu siswa dalam satu minggu padat dengan kegiatan ekstrakurikuler; c) sekolah belum menyediakan dana khusus untuk bimbingan kelompok; d) Orang tua siswa, tidaknya ada komunikasi yang baik antara guru dan orang tua mengenai manfaat dan tujuan terlaksananya bimbingan; e) Siswa, kesediaan siswa untuk mau mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan tuntas tanpa paksaan; f) Guru kelas, peran guru kelas dalam pelaksanaan bimbingan konseling belum dapat dilakukan secara optimal mengingat tugas dan tanggung jawab guru kelas yang sarat akan beban; g) Peran serta kepala sekolah cukup baik dalam mendukung kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, namun perlu dioptimalkan kembali; h) Sarana dan prasarana belum lengkap, terutama perlu ruang khusus untuk ruang pelaksanaan bimbingan kelompok sehingga menyebabkan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling kelompok sedikit terganggu; (3) Kondisi penyesuaian sosial siswa; Gambaran

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis* (Bandung: CV Alfabeta, 2009), 124.

⁹ Ibid

umum penyesuaian sosial siswa dari 15 siswa diperoleh hasil 8 siswa atau 53,34% dalam kategori penyesuaian sosial rendah, 2 atau 13,34 % siswa penyesuaian sosial tinggi dan 5 atau 33,34% penyesuaian sosial sangat tinggi. Hal ini berarti secara umum dapat dikatakan bahwa mayoritas siswa kelas ISDN Kedondong 01 memiliki kemampuan penyesuaian sosial pada kategori rendah.

Materi/topik yang akan dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berbasis nilai lokal untuk meningkatkan penyesuaian sosial sebagai berikut:

Tabel 1. Tahap Permainan Dan Tujuan

Kegiatan	Materi/Topik	Tujuan
Pertemuan I “Permainan Engklek”	Bersikap menerima dan kemampuan menghargai serta menghormati terhadap orang yang patut dihormati di sekolah “Sikap menerima dan menghargai orang lain”	Membantu siswa memahami berbagai kelebihan dan kekurangan diri serta orang lain berkaitan dengan penyesuaian sosial.
Pertemuan II “Permainan Cublak-cublak suweng”	Mengadakan hubungan yang sehat “Mengenal Pribadi sendiri dan orang lain”	Membantu siswa mampu menghargai dan menjaga kewibawaan guru dan personil sekolah dengan menjalin komunikasi yang baik.
Pertemuan III “Permainan Bentengan” Pertemuan VI Permainan Gobag Sodor”	Menyesuaikan terhadap peraturan “Pribadi yang pandai bergaul dan taat aturan”	Membantu siswa mampu menerima hasil yang diperoleh baik menang maupun kalah dan memiliki kesadaran akan pentingnya peraturan/ tata tertib sekolah.
Pertemuan V “Permainan Kucing-kucingan” Pertemuan VI “Permainan Jetungan/De-likan”	Berpartisipasi aktif dalam aktivitas sekolah “Meningkat minat dan partisipasi dalam kegiatan di sekolah”	Membantu siswa untuk memiliki motivasi kuat dan bertanggung jawab dalam berprestasi aktif di kegiatan sekolah.

Pelaksanaan uji lapangan dilakukan oleh peneliti dan menjalin kerjasama dengan guru BK disekolah. Pelaksanaan uji lapangan ini dapat dijabarkan sebagai berikut: 1) persiapan uji lapangan meliputi: a) Menjalinkan perkenalan dan keakraban kepada siswa yang akan di ajak kegiatan bimbingan kelompok; b) Mendiskusikan dengan guru kelas, orang tua serta anggota kelompok yang mencari waktu yang tetap untuk melaksanakan bimbingan kelompok sesuai dengan kesepakatan bersama; c) Mempersiapkan sarana dan prasarana yang diperlukan dalam

pelaksanaan uji lapangan; d) Memahami panduan pelaksanaan dengan baik agar uji lapangan tercapai dengan baik. 2) pelaksanaan uji coba lapangan; yaitu implementasi bimbingan kelompok dengan teknik permainan berbasis nilai lokal untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa selama 6 kali pertemuan dengan menggunakan topik tugas yang sudah disesuaikan dengan tujuan pencapaian.

Berdasarkan hasil uji coba lapangan diperoleh pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan penyesuaian social, terjadi peningkatan antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berbasis nilai lokal untuk meningkatkan penyesuaian sosial. Atau terjadi perubahan yang signifikan antara *pree-test* dan *post-test* yang ditandai dengan peningkatan skor sebesar 19%, perbandingan peningkatan skor dapat dilihat dalam table berikut:

Tabel 1.3
Perbandingan Tingkat Penyesuaian Sosial Siswa pada Kondisi Awal (Pree Test) dan Kondisi Akhir (Post Test)

<i>No</i>	<i>Aspek penyesuaian sosial</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Perubahan</i>
1	Sikap menerima dan kemampuan menghargai serta menghormati terhadap orang yang patut dihormati di sekolah	63%	76%	Naik 21%
2	Adanya niat dan tekad siswa mengadakan hubungan yang sehat dengan teman-teman, guru-guru dan personil sekolah lainnya	61%	71%	Naik 17%
3	Sikap menerima dan menyesuaikan terhadap peraturan/ tata tertib sekolah.	59%	72%	Naik 21%
4	Adanya kemampuan untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas sekolah	53%	61%	Naik 15%
5	Turut mendukung dan membantu sekolah mencapai tujuan	54%	64%	Naik 19%
Rata-rata % Peningkatan		59%	70%	19%

Penutup

Berdasarkan paparan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat diambil beberapa kesimpulan diantaranya: 1) Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok siswa yang selama ini terjadi di SDN Kedondong 01 sudah dilaksanakan di sekolah, namun pelaksanaan itu belum maksimal, sehingga target sasaranpun belum bisa tercapai dengan baik hanya bersifat insidental.

Berdasarkan penyebaran instrumen inventori penyesuaian sosial dari 15 siswa diperoleh hasil 8 siswa atau 53,34% dalam kategori penyesuaian sosial rendah, 2 atau 13,34 % siswa penyesuaian sosial tinggi dan 5 atau 33,34% penyesuaian sosial sangat tinggi. Hal ini berarti secara umum dapat dikatakan bahwa mayoritas siswa kelas I SDN Kedondong 01 memiliki kemampuan penyesuaian sosial pada kategori rendah.; 2) Komponen Model bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional terdiri dari tahap pembentukan, tahap

peralihan, tahap pembahasan dan tahap pengakhiran dengan menyertakan permainan tradisional dan topic tugas yang sesuai dengan kebutuhan siswa; 3) Model bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional yang dikembangkan terbukti efektif untuk meningkatkan kematangan karir siswa. Uji keefektifan model dibuktikan dengan uji statistik parametric t-test.

Hasilnya diperoleh nilai probabilitas dibawah 0,05 ($0,001 < 0,05$) artinya hasil akhir penelitian menunjukkan ada perbedaan/perubahanpeningkatan penyesuaian sosial siswa antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui permaian berbasis nilai lokal. Sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok melalui permaian berbasis nilai lokal efektif untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Daftar Rujukan

- Furqon. *Konsep dan Aplikasi Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2005.
- Rahmawati, Yeni. *“Pengaruh Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Pengembangan Diri Terhadap Kecenderungan Tngkat Percaya Diri Siswa Kelas 1-6 SMA Negeri 1 Jombang. Skripsi*. Tidak Diterbitkan. UNESA University Press, 2004.
- Romlah, Tatiek. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Surabaya: Universitas Negeri Malang, 2006.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RD*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- , *Metode Penelitian Bisnis*, Bandung: CV Alfabeta, 2009.
- Surya, Moh. dan Rochman Natawidjaya. *Pengantar Bimbingan dan Penyuluhan*, Jakarta: Universitas Terbuka, 2008.
- Wijaya, Juhana. *Psikologi Bimbingan*, Bandung: PT Eresco, 2008.