**BAB 1**

**PENDAHULUAN**

**A. Latar Belakang**

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri tanpa orang lain. Manusia senantiasa berinteraksi dengan manusia lainnya karena mereka saling membutuhkan, agar hubungan interaksi berjalan baik dan diharapkan manusia mampu untuk beradaptasi ataumenyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik maupun lingkungan sosialnya, sehingga dapat menjadi bagian dari lingkungan tanpa menimbulkan masalah pada dirinya. Proses penyesuaian diri pada manusia tidaklah mudah. Hal ini karena di dalam kehidupannya manusia terus dihadapkan pada pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru.Periode penyesuaian diri ini merupakan suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup manusia.Manusia diharapkan mampu memainkan peran-peran sosial baru, mengembangkan sikap-sikap sosial baru yang dihadapi (Hurlock. 1999).

Demikian pula remaja yang dalam kehidupan sehari-harinya senantiasa melakukan interaksi dengan sesamanya terutama dengan temannya di sekolah. Hal ini akan sangat membantu seorang anak yang akan melalui proses perkembangan menuju kematangan untuk menjadi individu yang dewasa dan sempurna.Seorang remaja mempunyai kecenderungan lebih pada kegiatan berinteraksi dengan teman seusianya. Hal ini dilakukan karena mereka menganggap bahwa berinteraksi dengan teman sebaya sangat penting dalam kehidupannya. Mussen, dkk (Idrus, 2004: 90) mengungkapkan bahwa interaksi dengan teman sebaya akan menyediakan peluang untuk belajar cara berinteraksi dengan teman seusiannya, untuk mengatur perilaku sosial, untuk mengembangkan keterampilan dan minat yang sesuai dengan usia dan saling membagi persoalan atau perasaan yang sama.

1

Berdasarkan hasil survey awal dan wawancara dengan guru pembimbingpenelitipada Tanggal 24 Maret 2011 di SMAKartika Wirabuana-1 Makassardiperoleh informasi bahwakenyataan di lapangan memperlihatkan kalau banyak permasalahan yang terjadi antara siswa dengan teman-temannya akibat dari ketidakmampuan bertransaksi. Permasalahan itu seperti, ada siswa yang sering tidak mempunyai teman, ada juga yang jika belajar tidak mau bergabung dengan temannya, tidak aktif ketika pelajaran berlangsung, dan merasa minder dengan penampilan yang dimilikinya dibanding dengan temannya sehingga selalu menyendiri, yang kondisi ini mengakibatkan kurang harmonisnya hubungan diantara siswa tersebut. Perilaku-perilaku demikian merupakan indikator dari siswa yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Untuk itu perlu diupayakan peningkatan kemampuan penyesuaian diri siswa karena jika tidak ditangani maka akan menimbulkan dampak yang negatif bagi siswa seperti munculnya penyesuaian diri yang salah seperti: agresif, sikap yang tidak realistik, dan tingkah laku yang serba salah. Siswa yang kurang mampu melakukan penyesuaian diri dengan teman sebayanya diharapkan dapat lebih meningkatkan penyesuaian dirinya untuk membantu perkembangannya.

Dalam fenomena seperti di atas, sebagai tenaga pendidik khususnya Guru Bimbingan dan Konseling dapat diatasi dengan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan Analisis Transaksional*.* Menurut James, Richard & Wang (1982:7)“Analisis Transaksionalsebagai pendekatan konseling yang bisa dilakukan dalam bentuk kelompok maupun individu”.Maka dari itu analisis transaksional diberikan dalam bentuk kelompok. Konseling analisis transaksional dapat digunakan karena dianggap dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa kearah yang positif, membantu siswa dalam menentukan kepribadian, memberikan kesadaran tentang peranan *ego* yang akan menentukan keberhasilan sebuah hubungan yang baik dalam sebuah interaksi, dan memberikan penjelasan tentang kedudukan ketiga *ego*yang akan berperanpenting dalam kehidupannya sekarang dalam membinah sebuah hubungan yaitu bagaimana dan kapan *ego* bisa digunakannya ketika berinteraksi melalui teknik dan prosedur dalam konseling tersebut.Tujuan dari konseling pendekatan Analisis Transaksional itu sendiri ialah supaya konseli menjadi sadar akan seluruh hambatan yang diciptakannya sendiri dalam berinteraksi dengan orang lain, serta kemudian mengembangkan suatu pola interaksi sosial yang sesuai dengan situasi dan kondisi, dengan menempatkan diri dalam keadaan diri yang memungkinkan proses komunikasi yang sehat(Winkel, 2006). Berdasarkan pemaparan tersebut konseling Analisis Transaksional yang diberikan diharapkan dapat membantu siswa menghadapi hambatan-hambatannya dalam berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan seseorang terlebih lagi dengan teman sebayanya.

Berdasar pada alasan yang dipaparkan di atas, maka peneliti mencoba mengkajinya dalam kajian empiris melalui penelitian dengan judul *“Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan Analisis Transaksional untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa dengan Teman Sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar”.*

**B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar?
2. Apakah layanan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional memberikan pengaruh dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar?

**C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian itu yaitu untuk:

1. Mengetahui gambaran penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.
2. Mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.

**D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
2. Bagi akademisi dapat menjadi bahan informasi, masukan serta pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi penididikan dan bimbingan dalam upaya meningkatkan mutu mahasiswa dalam jurusan tersebut.
3. Bagi peneliti, menjadi bahan acuan referensi untuk mengkaji lebih dalam sejauh mana pengaruh konseling Analisis Transaksional dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya.
4. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru pembimbing(Konselor Sekolah), diharapkan dapat menjadi masukan dalam menghadapi permasalahan siswa, terutama dalam mengubah perilaku siswa kearah yang sehat dan positif.

b. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat menjadikan sebagai bahan pelajaran atau rujukan kedepannya jika terjun kelapangan sebagai seorang Guru Pembimbing.

**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS**

1. **Tinjauan Pustaka**
2. **Konseling Kelompok**
3. Pengertian Konseling Kelompok

Bimbingan dan konseling dimaksudkan agar individu mampu mengembangkan sumber daya yang dimilikinya secara mandiri dengan bantuan konselor.Bimbingan tidak lepas dari konseling, dimana kegiatan ini merupakan pelayanan bantuan belajar peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bimbingan pribadi dan sosial.

Menurut George Gasda (Eddy M,1980: 32) bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari.

Daridefinisi yang diberikan olehahli mengenai makna konseling, terdapat variasi yang jikaditeliti berbeda dalam memberikan definisi karena perbedaandalam penekanan. Ada yang mendifinisikan konseling sebagai proses pemberian bantuan. Menurut (Nugent, 1987) konseling adalah intervensi yang di rencanakan, sistematis yang ditunjukan untuk membantu menjadi lebih sadar atas dirinya sendiri, memaksimalkan kebebasan dan efektifitas manusia. Cara yang amat baik untuk menangani konflik-konflik antar pribadi dan membantu individu-individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka.

6

Dalam kaitanitu semuasebagaimanaHansel, Warner & Smith (Mungin Eddy:1998) menyatakanbahwakonseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan dan pengentasan masalah”.Konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung.

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dalam arti bahwa klien-klien yang bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi mungkin memiliki titik lemah dalam kehidupannya sehingga menggangu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Apabila konseling kelompok berhasil, maka titik-titik lemah itu akan segera dapat ditanggulangi tanpa terjadi gangguan kepribadian yang gawat. Bersifat penyembuhan bagi klien yang “ terperangkap “ dalam perilaku yang cenderung menyalahkan diri sendiri, akan tetapi persoalan dan kesalahan tindakanya itu tidak terlalu parah. Dalam hal ini konseling kelompokmempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah yang dihadapinya oleh individu–individu yang bersangkutan. Masalah-masalah yang dibahas dalam konseling kelompok menurut Corey (2005: 6) lebih berpusat pada masalah pendidikan, pekerjaan, sosial, dan pribadi.

Konseling kelompok lebih menekankan pada pengembangan pribadi, yaitu membantu individu-individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan memfokuskan pada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Perasaan dan hubungan antar aggota sangat ditekankan di dalam kelompok ini. Jadi anggota akan belajar tentang dirinya dalam hubunganya dengan anggota yang lain ataupun dengan orang lain. Selain itu didalam kelompok, anggota dapat pula belajar untuk memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota lainya.Kepribadian manusia berkembang secara optimal melalui interaksi yang sehat antara organisme yang sedang dalam perkembangan dengan lingkungan atau budayanya.

Kegiatan konseling kelompok merupakan hubungan antar pribadi yang menekankan pada proses berpikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku -perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat. Melalui konseling kelompok, individu menjadi sadar akan kelemahan dan kelebihanya, mengenali keterampilan, keahlian dan pengetahuan serta menghargai nilai dan tindakanya sesuai dengan tugas–tugas perkembangan. Pada saat yang sama, ia belajar bagaimana membuat keputusan yang baik,mencapai jati diri dan menjadi bisa untuk mengaktualisasikan diri (Perrone, Ryan & Zeran, 1970).

Melihat beberapa pengertian yang dipaparkan oleh beberapa ahli, dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok merupakan layanan yang memungkinkan peserta didik (masing-masing anggota kelompok) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi melalui dinamika kelompok, yang berfungsi untuk pengentasan dan advokasi.

1. Tujuan konseling kelompok.

Tujuan umum konseling kelompok serta kebutuhan siswa. Hansel, Warner & Smith dalam Larrabee & Terres, 1984: Gazda, 1984: Rochman Natawidjaja, 1987; Corey, 1985; James J. Muro 1979 (Mungin Eddy, 1998: 244) adalah:

1. Memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan siswa berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karir.
2. Membantu menghilangkan titik lemah yang dapat menggangu siswa berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karier.
3. Membantu mempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah yang dihadapi siswa berkaitan pribadi, sosial, belajar dan karir.
4. Masing–masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdaraskan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadian.
5. Para konseli mengembagkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangna yanf khas untuk fase perkembangan mereka.
6. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirnya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antarpribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya.
7. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akanmembuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan psikologi dan perasaan sendiri.

Secara khusus layanan konseling kelompok bertujuan membantu siswa dalam:

1. Belajar mengembangkan kemampuan mengenal diri terkait denganaspek moral, intelektual dan emosional
2. Belajar mengembangankan sikap positifterhadap diri sendiri dan lingkungan
3. Belajar mengembangkan penerimaan diri dan perasaan menghargai diri sendiri
4. Belajar lebih terbuka dan jujur terhadap diri sendiri dan orang lain.
5. Belajar untuk mempercayai diri sendiri dan orang lain.
6. Belajar untuk lebih akrab dengan orang lain.
7. Belajar meningkatkan kesadaran diri, sehingga akan merasa bebas dan dapat lebih tegas dalam memilih dan menentukan.
8. Belajar untuk memberi dan menerima.
9. Belajar memiliki rasa tanggu jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan.
10. Belajar mengembangkan sikap dan perilaku emosional yang mantap
11. Belajar mengembangkan sikap dan perilaku sosial yang bertanggujawab.
12. Belajar mengembangkan kemampuan memilih dan membuat keputusan karir.
13. Tahap-tahap proses Konseling Kelompok

Pada umumnya menurut Prayitno (2004) ada empat tahap kegiatan yang perlu dilalui dalam kegiatan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan dan tahap pengakhiran. Tahap-tahap ini merupakan suatu kesatuan dalam seluruh kegiatan kelompok.

1. Tahap pembentukan, tahap ini merupakan tahap pengenalan. Tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan atau pun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing maupun seluruh anggota. Dalam tahap pembentukan ini peranan pemimpin kelompok hendaknya memunculkan dirinya sehingga tertangkap oleh para anggota sebagai orang yang benar-benar bisa dan bersedia membantu para anggota kelompok mencapai tujuan mereka.
2. Menjelaskan tujuan umum yang ingin dicapai melalui kegiatan kelompok dan menjelaskan cara-cara yang hendaknya dilalui dalam mencapai tujuan itu.
3. Mengemukakan tentag diri sendiri yang dirasa perlu untuk terselenggaranya kegiatan kelompok secara baik (antara lain memperkenalkan diri secara terbuka, menjelaskan peranannya sebagai pemimpin kelompok).
4. Menampilkan tingkah laku dan komunikasi yang mengandung unsur-unsur penghormatan kepada orang lain (anggota kelompok), ketulusan hati sehangat empati.
5. Tahap peralihan

Sebelum melangkah lebih lanjut ketahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada tahap kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok, yaitu kegiatan inti dari keseluruhan kegiatan, selanjutnya anggota kelompok mengatakan apakah sudah siapa memulai kegiatan lebih lanjut.

1. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan merupakan inti kegiatan kelompok, dimana tahap ketiga mendapatkan alokasi waktu yang terbesar dalam keseluruhan kegiatan kelompok. Tahap ketiga ini saling berhubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik, saling tukar pengalaman dalam suasana perasaan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Demikian pula saling tanggap dan tukar pendapat berjalan dengan lancar, para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, saling menguatkan, dan saling berusaha untuk memperkuat rasa kebersamaan, dalam suasana seperti ini kelompok membahas semua hal-hal yang bersifat sekarang/kekinian dan di sini. Peranan pemimpin kelompok terus-menerus memperhatikan dan mendengar secara aktif, khususnya memperhatikan hal-hal atau masalah khususnya yang timbul, jika dibiarkan membesar dapat merusak suasana kelompok yang baik.

1. Tahap pengakhiran

Setelah kegiatan kelompok memuncak pada tahap ketiga, kegiatan kelompok ini kemudian menurun dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatan pada saat yang dianggap tepat. Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari (dalam suasa kelompok), pada kehidupan nyata mereka sehari-hari.

1. **Pendekatan Analisis Transaksional**
2. Konsep dasar Analisis Transaksional

Analisis Transaksional adalah salah satu pendekatan dalam konseling yang menekankan pada hubungan interaksional. Analisis Transaksional dapat dipergunakan untuk konseling individual, tetapi lebih cocok untuk konseling kelompok. Konseling Analis Transaksional adalah bantuan yang diberikan kepada konseli dalam memecahkan masalah melaui beberapa teknik dalam konseling Analisis Transaksional. Bantuan itu berupa kontrak atau perjanjian spesifik, ditetapkan secara jelas, dan dinyatakan secara ringkas bahwa konseli benar-benar ingin menyelesaikan masalahnya. Analisis Transaksional menekankan pada pola interaksi antara orang-orang, baik yang verbal maupun yang non verbal /*transactions* (Winkel, 2006: 454).

Konsep dasar Pendekatan analisis Transaksional menurut Berne (Corey terjemahan Koeswara, 2005) yaitu “pandangan tentang manusia, perwakilan-perwakilan ego, skenario-skenario kehidupan dan posisi-posisi psikologi dasar, dan kebutuhan manusia akan belaian, sedangkan struktur ego yang dimaksud dalam Konseling Analisis Transaksional adalah memandang ego tersebut sebagai struktur kepribadian manusia”. Untuk lebih jelasnya, diuraikan dalam penjelasan berikut:

1. Pandangan tentang sifat manusia

Manusia menurut Analisis Transaksional selalu berubah dan bebas untuk menentukan pilihanya. Harris (Corey: 2005) sepakat bahwa manusia memiliki pilihan-pilihan dan tidak dibelenggu oleh masa lampaunya. menurutnya,”Meskipun pengalaman-pengalaman dini yang yang berkulminasi pada suatu posisi tidak bisa dihapus, saya yakin bahwa posisi-posisi dini bisa diubah. Apa yang suatu ketika ditetapkan, dapat menjadi tidak ditetapkan”. Analisis Transaksional punya pandangan yang optimis atas manusia.Manusia dapat berubah asal dia mau.Perubahan manusia itu adalah persoalan di sini dan sekarang *(here and now).*Bagi Analisis Transaksional,manusia sekarang punya kehendak, karena itu perilaku manusia sekarang adalah persoalan sekarang dan di sini. Kendatipun ada hubungannya dengan masa lalu, tapi bukan seluruhnya perilaku hari ini ditentukan oleh perilaku masa lampaunya. Harris(Holland, 1973:) kita harus menjawab masalah ini bukan dengan menolak hubungan sebab akibat antara alam yang sadar dengan perilaku manusia, melainkan dengan mencari sebab itu, sebab sesuatu perbuatan, justru berada pada masa sekarang bukan di masa lalu seseorang. Dengan premis dasar bahwa orang bisa membuat pilihan-pilihan, putusan-putusan baru, dan bisa bertindak, maka konseling Analisis Transaksional tidak bisa menerima alasan akal-akalan atau penolakan terhadap kewajiban.

1. Perwakilan-perwakilan ego

Perhatian utama Analisis Transaksional diberikan pada manipulasi dan siasat yang digunakan oleh orang dalam berkomunikasi satu sama lain, dibedakan antara tiga pola berperilaku atau keadaan diri (*ego states*). Ketiga keadaan diri ini tidak terikat pada umur atau fase perkembangan tertentu, sehingga seorang yang berumur dewasa berada dalam salah satu dari tiga keadaan diri itu dan dapat berpindah dari keadaan diri yang satu ke keadaan diri yang lain.

1. Status ego anak

Ego anak adalah bagian kepribadian yang didorong oleh beraneka ragam perasaan, dorongan dan tindakan spontan dan keinginan untuk melakukan apa yang disukai, seperti dapat disaksikan dalam perilaku tindakan anak kecil. “Anak” yang ada dalam diri kita bisa berupa “Anak Alamiah, atau berupa “Anak yang Disesuaikan”. Anak alamiah adalah anak yang impulsif, tak terlatih, spontan dan ekspresif. Anak yang disesuaikan menunjukkan suatu modifikasi dari anak alamiah. Modifikasi dihasilkan oleh pengalaman-pengalaman traumatik, tuntutan-tuntutan, dan ketetapan tentang bagaimana caranya memperoleh belaiyan.

1. Status ego dewasa

Ego orang dewasa adalah bagian kepribadian yang berhadapan dengan realitas sebagaimana adanya dan mengolah fakta serta data untuk membuat keputusan-keputusan. Ia tidak emosional dan menghakimi tetapi menangani kenyataan eksternal. Orang yang memiliki ego dewasa yang dominan akan dapat memberikan pemecahan yang bagus bagi masalah. Segala situasi kehidupan yang dihadapi ditafsirkan kemudian mengambil sikap dan bertindak menurut apa yang dianggap benar.

1. Status ego orang tua

Prototype yang ditampilkan seseorang seperti layaknya orang tua, yakni penampilan yang terikat pada sistem nilai, moral dan serangaian kepercayaan. Bentuk nyatanya seperti pengontrolan, membimbing, memberi arahan, menasehati, mengkritik, menasehati, dsb. Ego orang tua berisi perintah-perintah “harus” dan “semestinya”. Orang tua dalam diri kita bisa “orang tua pemelihara” atau “orang tua pengkritik”

1. Skenario-skenario kehidupan dan posisi psikologis dasar

Skenario-skenario kehidupan adalah ajaran orang tua yang dipelajari dan putusan awal yang dibuat oleh kita sebagai anak, yang selanjutnya dibawa oleh kita sebagai orang dewasa. Pesan-pesan verbal non verbal orang tua mengomunikasikan bagaimana mereka melihat kita dan bagaimana mereka merasakan diri kita. Seseorang membuat putusan dini yang memberikan andil pada pembentukan perasaan sebagai pemenang (perasaan “OK”) atau perasaan sebagai orang yang kalah (Tidak “OK”). Perintah orang tua adalah bagian dari skenario kehidupan kita yang mencakup “harus”, “semestinya”, “lakukan”, “jangan dilakukan”, dan pengharapan-pengharapan orang tua. Perintah-perintah dini dipelajari kemudian membuat putusan-putusan tentang bagaimana akan merespon seseorang dan bagaimana merasakan harga diri kita, sehingga dalam kehidupan dewasa banyak tingkah laku kita tumbuh dari bagaimana kita “diskenariokan” dan hasil dari putusan-putusan dini yang kita buat.

Penilaian seseorang terhadap dirinya dan orang lain adalah konsep dalam Analisis Transaksional tentang empat posisi dasar dalam hidup yang dideskripsikan oleh Thomas Harris (Winkel: 2006), sebagai berikut:

1. *I am okay – you are okay*: Dalam posisi tersebut, dua orang merasa seperti pemenang dan bisa menjalin hubungan langsung yang terbuka atau sikap seseorang yang mampu mengatur dirinya dengan baik dan membina kontak sosial yang memuaskan.
2. *I am okay – you are not okay*: Sikap hidup seseorang yang melimpahkan kesukaran-kesukarannya sendiri pada orang lain dan menyalahkan orang lain. Dia bersikap sombong dan menjauhkan diri dari orang lain, bahkan berada pada posisi arogan yang menjauhkan seseorang dari orang lain dan mempertahankan seseorang dalam penyingkiran diri.
3. *I am not okay – you are okay*: Posisi seseorang yang merasa depresif dan tak berdaya, dibanding dengan orang lain. Cenderung untuk mengasingkan diri atau melayani orang lain untuk mendapatkan pengakuan dan simpati.
4. *I am not okay – you are not okay*: Sikap hidup seseorang yang menyerah saja, menyingkirkan semua harapan, kehilangan minat hidup, dan membiarkan dirinya dibawa oleh pasang surut kehidupan.
5. Tujuan Konseling Analisis transaksional

Tujuan dasar Analisis Transaksional adalah membantu konseli dalam membuat putusan-putusan baru yang menyangkut tingkah lakunya sekarang dan arah hidupnya. Sasarannya adalah mendorong konseli agar menyadari bahwa kebebasan dirinya dalam memilih telah dibatasi oleh putusan-putusan dini mengenai posisi hidupnya dan oleh pilihan terhadap cara-cara hidup yang deterministik.

Menurut Harris (Komalasari, 2011:77), tujuan Analisis Transaksional untuk membantu individu agar memiliki kebebasan memilih, kebebasan mengubah keinginan, kebebasan menerima respon-respon terhadap stimulus-stimulus yang lazim maupun yang baru. Tujuan konseling itu dicapai dengan mengajarkan kepada konseli dasar-dasar ego orang tua, ego orang dewasa, dan ego anak.

Erick Berne (Komalasari, 2011:76), menyatakan bahwa tujuan utama Analisis Transaksional adalah pencapaian otonomi yang diwujudkan oleh penemuan kembali tiga karakteristk, yaitu kesadaran, spontanitas, dan keakraban. James dan Stevic (1982), menyatakan bahwa pencapaian otonomi sebagai tujuan utama Analisis Transakisonal yang berarti “mengatur diri, menentukan nasib sendiri, memikul tanggung jawab atas tindakan-tindakan dan perasaan sendiri, serta membuat pola-pola yang tidak relevan dan tidak pantas bagi kehidupan di sini dan sekarang”. Mereka menyimpulkan tujuan menjadi pribadi yang sehat sebagai berikut:

Jalan manusia etis yang secara otonom sadar, spontan, dan mampu menjadi akrab tidak selalu mudah. Akan tetapi, jika orang seperti ini menyadari dirinya ‘kehilangan tongkat’ dan memutuskan untuk mengatasinya, dia akan menemukan bahwa dirinya dilahirkan untuk menjadi pemenang. (Berne, dalam Corey: 2009)

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ”dasar dari konseling ini adalah mengganti cara hidup yang otomatis dengan kesadaran, spontanitas dan keakraban dengan jalan memanipulasi permainan dan naskah hidup yang menyalahkan diri atau mengalah.

1. Teknik-teknik konseling analisis transaksional

Menurut Berne (Corey, 2009) ada 9 teknik dalam konseling analisis transaksional diuraikan sebagai berikut:

1. Analisist Struktur

Teknik ini merupakan tahap pertama dari konseling kelompok Analisis Transaksional. Tujuan konseling analisis struktur ini adalah yang pertama membantu individu menyadari sikap-sikap dan perilaku atas isi dan fungsi ego orang tua, ego orang dewasa, dan ego anak.Pada analisis struktur konselor membantu konseli dalam mengubah pola-pola yang dirasakan menghambat. Konselor juga membantu konseli dalam menentukan perwakilan ego yang menjadi landasan tingkah lakunya, dengan penemuannya tersebut konseli bisa memperhitungkan pilihan-pilihannya.

1. Metode-metode didaktik

Prosedur belajar mengajar menjadi prosedur-prosedur dasar bagi Analisis Transaksional. Para anggota kelompok Analisis Transaksionl dengan dibantu konselor diharapkan sepenuhnya dapat mengenal analisis struktur dengan menguasai landasan-landasan perwakilan ego.

1. Analisis Transaksional

Analisis Trannsaksional pada dasarnya adalah suatu penjabaran akan apa yang dilakukan dan dikatakan oleh orang-orang terhadap satu sama lain. Pada teknik tersebut pembahasan terfokus pada hakikat transaksi yang dialami oleh individu dan konselor mengidentifikasi dari status ego manakala ia berinteraksi, baik dengan konselor atau anggota kelompok.

Ada tiga tipe transaksi dalam Analisis Transaksional menurut Eric Berne, yaitu:

1. Transaksi komplementer (sejajar) terjadi apabila suatu pesan yang disampaikan oleh suatu perwakilan ego seseorang memperoleh respon yang diperkirakan dari perwakilan ego seseorang yang lainnya. Misalnya: dalam transaksi sejajar antara dewasa-dewasa, dalam percakapan berikut, (OD)”jam berapa sekarang ?”- (OD)”jam 9 pagi” .
2. Transaksi menyilang terjadi apabila respons yang tidak diharapkan diberikan kepada suatu pesan yang disampaikan oleh seseorang. Misalnya: antara orang tua dan anak, percakapannya sebagai berikut, (A) “Apakah ibu bisa menemaniku ke toko buku?”. (OT) “Apakah kamu tidak melihat pekerjaan ibu bertumpuk?”.
3. Transaksi terselubung yang merupakan suatu transaksi dimana dua keadaan ego dalam satu pribadi mengirimkan pesan yang saling bertentangan yang disampaikan secara lisan tetapi disamping itu ada pesan tersembunyi, biasanya keluar dari keadaan ego yang berbeda. Misalnya seorang anak yang tidak menyelesaikan pekerjaan yang diperintahkan oleh orang tuanya, karena dia meminta untuk ditegur dan diperhatikan. (OT) “Kenapa kamu tidak menyelesaikan pekerjaan ini?”. (A) “ Malas…!”. Pesan terselubung anak itu meminta ibunya agar dirinya diperhatikan.
4. Kursi kosong

Kursi kosong adalah suatu prosedur yang sesuai analisis struktur. Dalam tahap ini konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyatakan pikiran, perasaan-perasaan dan sikap-sikapnya, selama ia menjalankan peran-peran perwakilan ego.

1. Permainan peran

Dimana dalam konseling kelompok ini konselor membantu dalam pelaksanaannya, situasi permainan peran bisa melibatkan para anggota lain. Seorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi seorang anggota lainnya, dan ia berbicara kepada anggota tersebut. Para anggota lain pun bisa menjalankan permainan peran serupa dan boleh mencobanya diluar pertemuan konseling.

1. Percontohan keluarga

Konseli diminta untuk membayangkan suatu adegan yang melibatkan sebanyak mungkin orang yang berpengaruh dimasa lampau, termasuk dirinya sendiri, konseli menetapkan situasi dan menggunakan para anggota kelompok sebagai pemeran para anggota keluarga (orang-orang yang berpengaruh) serta menempatkan mereka pada situasi yang dibayangkannya. Diskusi, tindakan, dan evaluasi selanjutnya bisa mempertinggi kesadaran tentang situasi yang spesifik dan makna-makna pribadi yang masih berlaku pada konseli.

1. Analisis upacara, hiburan dan permainan

Orang yang menyusun waktunya terutama dengan upacara-upacara dan hiburan-hiburan, bisa jadi mengalami kekurangan belaian sehingga ia akrab dalam transaksinya dengan orang lain. Karena transaksi ritual dan hiburan memiliki nilai belaian yang rendah, maka transaksi sosial yang dilakukan oleh orang lain bisa mengakibatkan keluhan seperti kehampaan, kejenuhan, kurang gairah, merasa tidak dicintai, dan rasa tak bermakna.

1. Analisis Permainan dan Ketegangan

Analisis permainan dan ketegangan adalah suatu aspek yang penting bagi pemahaman sifat transaksi-transaksi dengan orang lain. Konselor ditunutut memliki kemampuan menentukan kesenangan yang diterima anggota kelompok dari permainan. Karena pesan-pesan terselubung terlibat dalam permainan maka pada tahap ini memerlukan pengamatan dan pendengaran yang cermat oleh konselor. Karena permainan tidak memberikan banyak keuntungan kepada konseli, maka konseli didorong untuk mengembangkan cara-cara baru berinteraksi dengan orang lain.

1. Analisis Skenario

Analisis skenario bisa menunjukkan kepada individu proses yang dijalaninya dalam memperoleh skenario dan caranya dalam membenarkan tindakan yang tertera pada skenario. Analisis skenario bisa dilaksanakan dengan menggunakan suatu daftar skenario yang berisi item-item yang berkaitan dengan posisi hidup, penipuan-penipuan dan permainan-permainan yang semuanya merupakan komponen fungsional utama pada skenario kehidupan individu.

1. Tahap-tahap Konseling Analisis Transaksional

Berne dalam Fauzan, L (1994: 71) secara umum memandang proses konseling sebagai “serangkaian aktivitas yang terdiri dari 4 tahap yaitu tahap analisis struktural, tahap analisis Analisis transaksional, tahap analisis permainan, dan tahap analisis rencana”.

1. Tahap Analisis Struktur

Analisis Struktur maksudnya adalah analisis terhadap status ego yang menjadi dasar struktur kepribadian konseli. Analis hendaknya bisa mengenal: Apakah konseli menggunakan *ego state* tertentu, apakah *ego state* konseli normal, terkontaminasi atau eksklusif, dan bagaimanakah energi egogram konseli.

1. Tahap Analisis Transaksional

Analisis Transaksi antara konselor–konseli pada hakekatnya adalah tranasksi antara status ego keduanya. Konselor menganalisa status ego yang terlihat dari respons atau stimulus konseli dengan orang lain,baik dari kata-kata yang diungkapkan konseli, maupun dengan bahasa non verbal. Data atau informasi yang diperoleh dari transaksi dijadikan konselor untuk bahan analisis atau problem yang dihadapi konseli.

1. Tahap analisis permainan

Tahap ketiga dari proses konseling, konselor dituntut untuk memiliki kemampuan untuk menentukan hasil yang diterima konseli dari permainan. Karena pesan-pesan terselubung terlihat dalam permainan, maka penentuan ini memerlukan pengamatan dan pendengaran yang cermat dari konselor. Sekali hasil akhir ini ditetapkan, maka konselor dapat menggunakan teknik-teknik operasional antara lain teknik konfrontasi, konfirmasi, ilustrasi, dan kristalisasi untuk membantu konseli melihat permainan dan kemudian memberikan kesempatan kepada konseli untuk menghentikannya. Karena permainan tidak memberikan banyak keuntungan kepada konseli, maka konseli didorong untuk mengembangkan cara-cara baru interaksi dengan orang lain.

1. Tahap analisis rencana

Analisis rencana kehidupan konseli akan mengeksplorasi keputusan-keputusan yang telah dibuat konseli sendiri pada masa kanak-kanak mengenai posisi kehidupannya. Tujuan analisis rencana kehidupan ini adalah untuk memberikan kesempatan kepada konseli memahami posisi kehidupan dan membuat keputusan baru mengenai dirinya.

1. **Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya**
2. Pengertian penyesuaian diri

Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah adjustment atau *personal adjustmant*. Adjustmant itu sendiri merupakan suatu proes untuk mencari titik temu antara kondisi diri sendiri dan tuntutan lingkungan (Dafidoff, 1991). Manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitarnya. Kehidupan itu sendiri secara alamiahnya juga mendorong manusia untuk terus-menerus menyesuaikan diri. Penyesuaian berarti adaptasi; dapat mempertahankan eksistensinyaatau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.

Schneiders (Gunarso, 1989) berpendapat bahwa penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang yaitu: 1) penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*) seperti seseorang yang pindah dari daerah panas ke daerah dingin harus beradaptasi dengan iklim yang berlaku di daerah dingin tersebut. 2) penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas *(conformity*) diartikan individu seolah mendapat tekanan kuat untuk selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku baik secara moral, sosial, maupun emosional. 3) penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*), diartikan sebagai kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik, kesulitan, dan frustasi tidak terjadi.

Kartini Kartono (1989) memberikan penjelasan dengan rinci bahwa penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, parasangka, depresi, kemarahan, dan lain-lain, emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa terkikis habis. Penyesuaian diri adalah kemampuan siswa untuk hidup dan bergaul secara wajar dalam lingkungan sekolah, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya tersebut (Sofyan. S. Willis). Menurut Darajat (2001) penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku agar terjadi hubungan yang selaras antara dirinya dan lingkungan pribadi dan penyesuaian diri sosial. Penyeuaian diri pribadi adalah penyesuaian individu terhadap dirinya sendiri dan percaya pada diri sendiri. Sedangakan penyesuaian diri sosial adalah suatu proses yang terjadi dalam lingkungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengannya.

Jika dilihat dari kajian psikologis Yusuf, S (2006 : 126) mengemukakan bahwa pergaulan itu dipandang sebagai wahana untuk mewujudkan atau memenuhi kebutuhan insani (manusia), yaitu kebutuhan sosial seperti:

1. Kebutuhan akan pengakuan sosial dari orang lain (*need for application*)
2. Kebutuhan akan keterkaitan (persaudaraan) dan cinta kasih(*belongingness and love)*
3. Kebutuhan akan rasa aman, perlindungan *(safety needs)*
4. Kebutuhan akan kebebasan *(independence)*
5. Kebutuhan akan harga diri, hasrat untuk dihargai orang lain *(self-esteem needs)*

Penyesuaian diri dalam pergaulan adalah suatu proses. Adapun salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat mentalnya adalah memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya.

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan seseorang. Setiap saat seseorang mempunyai kebutuhan penyesuaian diri, baik dengan dirinya sendiri antara kebutuhan jasmani dan rohani, maupun kebutuhan luarnya yaitu kebutuhan sosial (Prastyawati, 1999). Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk menyelaraskan kebutuhan dalam diri sendiri maupun dengan situasi di luar dirinya guna mendapatkan hubungan yang lebih baik serasi antara diri dan linkungan yang dihadapinya.

1. Karakteristik Penyesuaian diri

Berikut ini akan ditinjau karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang salah.

1. Penyesuaian Diri Secara Positif

Mereka yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

1. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional,
2. Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis,
3. Tidak menunjukkan adanya frustasi pribadi,
4. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri,
5. Mampu dalam belajar,
6. Menghargai pengalaman,
7. Bersikap realistik dan objektif.

Manurut Surya (1985:28) bahwa dalam melakukan penyesuaian diri secara positif karakteristik yang cocok dengan teman sebaya, individu akan melakukan dalam berbagai bentuk, antara lain:

1. Penyesuaian dengan menanggapi masalah secara langsung,
2. Penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri,
3. Penyesuaian dengan belajar,
4. Penyesuaiandangan pengendalian diri
5. Penyesuaian Diri yang Salah

Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah, yaitu:

1. Reaksi Bertahan

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan, ia selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

(1) Rasionalisasi

(2) Represi

(3)Proyeksi

1. Reaksi Menyerang

Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku:

1. Selalu membenarkan diri sendiri
2. Mau berkuasa dalam setiap situasi
3. Bersikap senang menggangu orang lain
4. Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
5. Menunjukkan sikap permusuhan seara terbuka
6. Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
7. Keras kepala dalam perbuatannya
8. Bersikap balas dendam
9. Memperkosa hak orang lain
10. Tindakan yang serampangan
11. Marah secara sadis
12. Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri menurut Schneiders setidaknya melibatkan tiga unsur yaitu:

1) Motivasi

Faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi sama halnya dengan kebutuhan perasaan dan emosi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam kondisi yang tidak menyenangkan. Ketegangan dan ketidakseimbangan memberikan pengaruh kepada kekacauan perasaan patologis dan emosi yang berlebihan atau kegagalan mengenai pemuasan kebutuhan secara sehat karena mengalami frustasi dan konflik.

Respon penyesuaian diri baik atau buruk secra sederhana dapat dipandang, sebagai suatu upaya organisme untuk untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara keseimbangan yang lebih wajar. Kualitas respon apakah itu sehat, efisien, merusak atau patologis ditentukan oleh kualitas motivasi selain juga hubungan individu dengan lingkungan.

2) Sikap terhadap realitas

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda dan hubungan yang membentuk realitas. Secara umum dapa dikatakan bahwa sikap yang sehat terhadap realitas dan kontak yang baik terhadap realitas itu sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Beberapa perilaku seperti sikp antisosial, kurang berminat terhadap hiburan, sikap bermusuhan, kenakalan dan semaunya sendiri, semuanya itu sangat mengganggu hubungan antara penyesuaian diri dengan realitas.

Berbagai tuntutan realitas, adanya pembatasan, aturan dan norma-norma menuntut individu untuk terus belajar menghadapi dan mengatur suatu proses kearah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap dan tuntutan eksternal dan realitas. Jika sesorang tidak tahan dengan tuntutan-tuntutan itu maka akan muncul situasi konflik, tekanan dan frustasi.

3) Pola dasar proses penyesuaian diri

Sesuai dengan konsep dan prinsip-prinsip penyesuaian diri yang ditujukan kepada diri sendiri, orang lain maupun lingkungan maka proses penyesuaian diri menurut Sunarto (1988) dapat ditunjukan sebagai berikut:

1. Mula-mula individu disuatu sisi merupakan dorongan keinginan untuk memperoleh makna dan eksistensial dalam kehidupannya dan disis lain mendapat peluang atau tuntutan dari luar dirinya sendiri.
2. Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya sendiri secara objektif sesuai denga pertimbangan rasional dan perasaan.
3. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi kemampuan yang ada pada dirinya dan kenyataan objektif di luar dirinya.
4. Kemampuan bertindak secara dinamis, luwes, dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman dan tidak dihantui oleh kecemasan atau ketakutan.
5. Dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga berhak menerima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan.
6. Rasa hormat sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain meskipun sebenarnya kurang serius dengan keadaan dirinya.
7. Kesanggupan respon frustasi, konflik dan stres secara wajar, sehat dan profesional, dapat mengontrol dan mengendalikannya sehingga dapat memperoleh manfaat tanpa harus menerima kesedihan yang mendalam
8. Kesanggupan bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik dan tindakannya tanpa bersifat murni dan sanggup memperbaiki tindakan yang sudah tidak sesuai lagi.
9. Dapat bertindak dengan norma yang dianut oleh lingkungan serta selaras dengan hak dan kewjibannya.
10. Secara positif ditandai kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.

d. Faktor-faktor penyesuaian diri

Secara keseluruhan kepribadian mempunyai fungsi sebagai penentu primer terhadap penyesuaian diri. Penentu berarti faktor yang mendukung, mempengaruhi, atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian. Secara sekunder proses penyesuaian ditentukan oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri bai internal maupun ekternal. Penentu penyesuaian diri identik dengan faktor-faktor yang mengtur perkambangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap.

Penentu-penentu itu dapat dikelompokkan sebagai berikut:

1. Kondisi-kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik,susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan dan penyakit.
2. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional.
3. Penentu psikologis, trmasuk di dalamnya pengalaman belajarnya, pengkondisian, penentu diri (*self-determination*), frustasi, dan konflik.
4. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah .
5. Penentu kultural, termasuk agama.

Pemahaman tentang faktor-faktor ini dan bagaimana fungsinya dalam penyesuaian merupakan syarat untuk memahami proses penyesuaian, karena penyesuaian tumbuh dari hubungan-hubungan antara faktor-faktor inidan tuntutan individu.

1. Kondisi Jasmaniah

Kondisi jasmaniah seperti pembawa dan struktur / konstitusi fisik dan tempramen sebagai disposisi yang diwariskan, aspek perkembangannya secara instrinsik berkaitan dengan sususnan atau konstitusi tubuh.Shekdon mengemukakan bahwa terdapat kolerasi yang tinggi antara tipe-tipe bentuk tubuh dan tipe-tipe tempramen (Surya, 1985). Misalnya orang tergolong ekstomorf yaitu yang ototnya lemah, tubuhnya rapuh, ditandai sifat-sifat menahan diri, segan dalam aktifitas, dan pamilu.

Karena struktur jasmaniah merupakan kondisi primer bagi tingkah laku maka dapat diperkirakan bahwa sistem saraf, kelenjar dan otot merupakan faktor yang penting bagi proses penyesuaian diri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa gangguan dalam sistem saraf, kelenjar dan otot dappat menimbulkan gejala-gejala gangguan mental,tingkah laku, dan kepribadian. Dengan demikian, kondisi sistem tubuh yang baik merupakan syaraf bagi tercapainya proses penyesuaian diri yang baik.

Disamping itu, kesehatan dan penyakit jasmaniah juga berhubungan dengan penyesuaian diri, kualitas penyesuaian diri yang baik hanya dapat diperoleh dan dipelihara dalam kondisi kesehatan jasmaniah yang baik pula. Ini berarti bahwa ganggan penyakit jasmaniah yang dideritaoleh seseorang akan mengganggu proses penyesuaian dirinya.

1. Perkembangan, Kematangan, dan Penyesuaian Diri

Respon anak pada proses perkembangan, berkembang dari respon yang bersifat instinkif menjadi respon yang diperoleh melalui belajar dan pegalaman. Dengan bertambahnya usia perubahan dan perkembangan respon, tidak hanya melalui proses belajar saja melinkan anak juga menjadi matang untuk melakukan respon dan ini menentukan pola-pola penyesuian dirinya. Sesuai dengan hukum perkembangan, tingkat kemaytangan berbeda antar individu yang satu dengan lainnya, sehingga pencapaian pola-pola penyesuaian diri pun berbeda pula secara individual. Dengan kata lain, pola penyesuaian diri akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kemtangan yang dicapainya dalam fase tertentu, salah satu aspek mungkin lebih penting dari aspek lainnya. Misalnya pertumbuhan moral lebih penting daripada kematangan sosial, dan kematangan emosional merupakan yang penting daam penyesuaian diri.

1. Penentu Psikologis pada Penyesuaian Diri

Banyak sekali faktor psikologis yang mempengaruhi penyesuaian diri,diantaranya adalah pengalaman, belajar, kebutuhan-kebutuhan, determinasi diri, dan frustasi.

1. Pengalaman

Tidak semua pengalaman mempunyai arti bagi penyesuaian diri. Pengalaman-penglaman tertentuyang memiliki arti dalam penyesuaian diri adalah pengalaman menyenangkan dan pengalaman traumatik (menyusahkan). Pengalaman yang menyenangkan misalnyamendapatkan hadiah dalam satu kegiatan, cenderung akan menimbulkan proses penyesuaian diri yang baik, dan sebaliknya pengalaman traumatik akan menimbulkan penyesuaian yang kurang baik.

Proses belajar merupakan suatu dasar yang fundamental dalam penyesuaian diri, karena melalui belajar ini akan berkembang pola-pola respon yang akan membentuk kepribadian. Sebagian respon-respon dan ciri-ciri kepribadian lebih banyak yang diperoleh dari proses belajar daripad diwariskan. Dalam proses penyesuaian diri merupakan suatu proses modifikasi tingkah laku sejak fase-fase awal dan berlangsung terus sepanjang hayat dan diperkuat dengan kematangan.

1. Determinasi diri

Determinasi ini mempunyai peranan penting dalam prosespenyesuaian diri karena mempunyai peran dam pengendalian arah dan pola penyesuaiam diri. Keberhasilan atau kegagalan penyesuaian diri akan banyak akan ditentukan oleh kemampuan individu dalam mengrahkan dan mengendalikan dirinya. Meskipun sebetulnya situasi dan kondisi tidak menguntungkan bagi penyesuaian dirinya.

1. Konflik dan Penyesuaian

Tanpa memperhatikan tipe-tipe konflik, mekanisme konflik secara esensial sama yaitu pertentangan antara motif-motif. Efek konflik pada perilaku akan bergantung sebagian ada sifat konflik itu sendiri. Ada beberapa pandangan bahwa semua konflik bersifat mengganggu atau merugikan. Namun dalam kenyataan ada juga seseorang yang mempunyai banyak konflik tanpa hasil-hasil yang merusak atau merugikan. Sebenarnya ada beberapa konflik dapat bermanfaat memotivasi sesorang untuk meningkatkan kegiatan. Cara seseorang mengatasi konfliknya dengan meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang menguntungkan secara sosial atau mungkin sebaliknya ia memecahkan konflik dengan melarikan diri, khususnya ke dalam gejala-gejala neurotis.

1. Lingkungan Sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Berbagai lingkungan anak seperti keluarga dan pola hubungan didalamnya, sekolah, masyarakat, kultur, dan agama berpengruh terhadap penyesuaian diri anak.

1. Pengaruh Rumah dan Keluarga

Dari sekian banyak faktor yang menkondisiskan penyesuaian diri. Faktor rumah dan keluarga merupakan faktor yang sangat penting. Karena keluarga merupakan satuan kelompok sosial terkecil. Interaksi sosial yang pertama kali diperoleh individu adalah dalam keluarga. Kemampuan interaksi sosial ini kemudian akan dikembangkan di masyarakat.

1. Hubungan Orangtua dan Anak

Pola hubungan antara orangtua dan anak akan berpengaruh terhadap proses penyesuaian diri anak-anak. Beberapa pola-pola hubungan yang dapat dipengaruhi penyesuaian diri antara lain:

(1) Menerima (acceptance)

(2) Menghukum dan disiplin yang berlebihan

(3) Memanjakan dan melindungi anak secara brlebihan

(4) Penolakan

(5) Hubungan saudara

5)Kultur dan Agama sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri anak dimulai dari lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat secara bertahap dipengaruhi oleh faktor-faktor kultur dan agama. Lingkungan kultur dimana individu berada dan berinterksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Contohnya tata cara kehidupan di sekolah, di mesjid, gereja dan semacamnyaakan mempengaruhi bagamana anak menempatkan diri dan bergaul dengan masyarakat sekitarnya.

Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik, frustasi dan ketegangan lainnya. Agama juga memberikan suasana damai dan tenangbagi anak. Agama merupakan sumber nilai, kepercayaan dan pola-pola tingkah laku yang akan memberikan tuntunan arti, tujuan dan kestabilan hidup manusia.

1. **Hasil-hasil Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan dengan konseling Analisis Transaksional yang menjadi acuan dari penelitian yang dilakukan oleh Nur Eksanita dalam skripsi yang berjudul “Penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam mengefektifkan komunikasi siswa kelas XI SMA Negeri Gantarang Bulukumba” (2010)mengemukakan bahwa setelah diberikan konseling kelomopok dengan pendekatan Analisis Transaksional secara bertahap, efektifitas komunikasi siswa jauh lebih baik atau mengalami perubahan yang signifikan.

Hasil penelitian tentang penyesuaian diri dengan teman sebaya melalui penelitian yang dilakukan oleh Hasriani dalam skripsi yang berjudul “Pengaruh teknik Sosiodrama terhadap penyesaian diri siswa dengan teman sebaya Di SMP Negeri 1 Tanete Kabupaten Barru” (2010).Dari penelitian tersebut diperoleh bahwa setelah diberikan perlakuan berupa teknik sosiodrama yang terdiri dari 4 kali pertemuan, penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya mengalami peningkatan.

1. **Kerangka pikir**

Penyesuaian diri siswa merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian khusus dari pihak orang tua siswa dan juga para pendidik di sekolah, karena penyesuaian diri menjadi faktor penentu keberhasilan dalam kehidupan sosialnya. Seorang siswa yang mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik tentunya akan memudahkan dirinya untuk saling berbagi informasi dan saling membantu dengan sesamanya terutama dengan teman sebayanya, karena salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya baik pria maupun wanita. Remaja harus berhasil menyelesaikan tugas perkembangan ini dengan baik. Akan tetapi sebaliknya , siswa yang kurang mampu dalam melakukan penyesuaian diri, akan tersisih dalam pergaulan dan akan semakin sulit dalam berkomunikasi.

Sebagai bentuk kepedulian dalam rangka sebagai pendidik terutama untuk untuk membantu siswa yang kurang mampu dalam melakukan penyesuaian diri dengan teman sebayanya, maka sebagai Guru Bimbingan dan Konseling perlu diberikan bantuan berupa Konseling Analisis Transaksional. Konseling Analisis Transaksional diharapkan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa terutama dalam pergaulam teman sebayanya dengan memberikan kesadaran tentang peranan *ego* yang akan menentukan keberhasilan sebuah hubungan yang baik dalam sebuah interaksi, memberikan penjelasan tentang kedudukan ketiga *ego* yang akan berperan penting dalam kehidupannya sekarang dalam membinah sebuah hubungan, yaitu bagaimana dan kapan *ego* tersebut bisa digunakan, kemudian mengurangi ketegangan siswa dalam menyampaikan permasalahan yang dihadapi dalam sebuah hubungan sosial, terlebih lagi dalam menyesuaikan diri.

Dengan demikian, setelah konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dilaksanakan maka siswa dapat menempatkan ketiga *ego* tersebut, mampu melakukan penyesuaian diri yang positif dengan lingkungan terutama dengan teman sebayanya yang ada di sekolah.

Kerangka pikir dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk skema berikut ini:

Bentuk kurangnya penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya:

1. Selalu menyendiri
2. Tidak memiliki teman
3. Tidak mau bergabung dengan temannya jika belajar
4. Tidak aktif ketika pelajaran berlangsung

Penerapan konseling kelompok

melalui Analisis Transaksional

1. Pengenalan Ego
2. Mengelola Ego

Meningkatnya Penyesuaian Diri Siswa Dengan Teman Sebaya

Gambar 2.1. Kerangka Pikir

**C. Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: ”Ada Pengaruh Positif Konseling Kelompok dengan Pendekatan Analisis Transaksional Terhadap Peningkatan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya”

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Pendekatan dan desain penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif yang bersifat eksperimen. Penelitianyang digunakanadalah *TrueExperimental Design*.Penelitian yang akan mengkajiperbandingan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya antara yang diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisisi transaksionaldengan yang tidak diberikan di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar. Dengan demikian, dalam penelitian ini ada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing diberikan *pretest* dan *posttest*. Model rancangan penelitian ini adalah *pretest-posttestcontrol groupdesign* yang dapat di gambarkan sebagai berikut :

**Tabel 3.1 Model Rancangan Penelitian**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Kelompok | *Pretest* | Perlakuan | *Posttest* |
| Eksperimen (E) | O1 | X | O3 |
| Kontrol (K) | O2 |  | O4 |

(Sumber : Sugiyono, 2007: 112)

Dimana :

E = Kelompok eksperimen

K = Kelompok kontrol

O1 = *Pretest* kelompok eksperimen

O2 = *Pretest* kelompok kontrol

O3 = *Posttest* kelompok eksperimen

O4 = *Posttest* kelompok kontrol

X = Perlakuan

41

Untuk lebih jelasnya berikut disajikan diagram penelitian ini:

**Kurangnya penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya**

Kelompok eksperimen

Kelompok kontrol

kelompok

*Pre-test*

*Pre-test*

*Non- treatmet*

*treatment*

1. Pengenalan Ego
2. Mengelola Ego

*Post-test*

*Post-test*

**Kemampuan Penyesuaian Diri Meningkat**

**Kemampuan Penyesuaian Diri Tidak Meningkat**

**Gambar 3.1. Diagram Penelitian**

Adapun prosedur pelaksanaan sebagai berikut:

1. Identifikasi masalah, yaitu mencari atau mengidentifikasi siswa yang memiliki kesulitan menyesuaikan diri dengan temannya
2. Pelaksanaan *Pretest* terhadap subjek eksperimen dan kontrol berupa pemberian angket penelitian berisi tentang penyesuaian diri
3. Pemberian konseling analisis transaksional terhadap subjek eksperimen
4. Pelaksanaan *Posttest* terhadap subjek eksperimen maupun kelompok kontrol berupa pemberian angket penelitian berisi tentang penyesuaian diri
5. **Peubah dan Definisi Operasional**

Penelitian ini mengkaji dua peubah, yaitu:*Konseling Analisis Transaksional* sebagai peubah bebas atau yang mempengaruhi (independen), dan kemampuan penyesuaian dirisebagai peubah terikat atau yang dipengaruhi (dependen). Definisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap peubah yang diteliti dan sekaligus menyamakan persepsi tentang peubah yang dikaji.

Agar tidak terjadi perbedaan interpretasi maka peubah tersebut perlu diberi definisi operasional yaitu sebagai berikut:

1. Konseling Analisis Transaksioanal adalah salah satu teknik yang dapat digunakan untuk melihat interaksi sosial (transaksi) antara satu individu dengan individu lainnya dalam berinteraksi, dengan melihat *ego state* mana yang tampak ketika berinteraksi dengan seseorang dan memberikan penjelasan tentang kedudukan ketiga ego yang berperan penting dalam berinteraksi.
2. Penyesuaian diri adalah suatu kemampuan dari individu untuk beradaptasi dengan dirinya, orang lain dan lingkungannya. Namun, penyesuaian diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya di sekolah. Siswa yang kurang mampu melakukan penyesuaian diri di sekolah dapat terlihat dengan berbagai macam bentuk seperti : tidak mempunyai teman, jika belajar tidak mau bergabung dengan temannya, tidak aktif ketika pelajaran berlangsung, dan merasa minder sehingga selalu menyendiri.
3. Layanan Konseling kelompok adalah upaya bantuan kepada individu dalam suasanan kelompok yang bersifat pencegahan dan pengentasan.
4. **Populasi dan sampel**
5. Populasi

Dalam suatu penelitian keberadaan populasi merupakan hal yang mutlak sebagai sumber data atau informasi penelitian guna menjawab permasalahan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI IPA di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar pada tahun ajaran2010/ 2011 yang terdiri dari empat kelas yaitu kelas XI IPA1, XI IPA2,XIIPA3, dan XI IPA4 dengan jumlah siswa sebanyak 138 orang yang didugamemiliki penyesuaian diri dengan sebayanya yang kurang berdasarkan informasi yang diperoleh dari guru pembimbing di SMA Kartika Wirabuana-1 Makasar dan observasi awal pada tanggal 24Maret 2011. Berikut disajikan dalam bentuk tabel penyebaran populasinya di bawah ini:

**Tabel 3.2 Penyebaran populasi penelitian**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Kelas | Jenis kelamin | | Jmlh siswa | |
| L | P |
| 1 | XI IPA1 | 12 | 23 | | 35 |
| 2 | XI IPA2 | 11 | 24 | | 35 |
| 3 | XI IPA3 | 10 | 24 | | 34 |
| 4 | XI IPA4 | 11 | 23 | | 34 |
| **Jmlh** |  |  |  | **138** | |

*Sumber: guru pembimbing SMA Kartika Wirabuana 1Makassar*

1. Sampel

Menurut Nana & Ibrahim (2004: 85), “Sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diselidiki”.Semua anggota populasi dinilai homogen karena kelas XI IPA berada pada lingkungan sekolah yang sama.

Subyek penelitian terdiri dari dua kelas yaitu XIIPA3 dan kelas XI IPA4. Langkah yang ditempuh dalam pemilihan subyek penelitian meliputi: (1) melakukan undian untuk mendapatkan 2 kelas sampel dari keseluruhan kelas XI IPA yang ada di SMA Kartika Wirabuana, (2) menetapkan jumlah subyek (anggota sampel) dari 2 kelas yang ditetapkan yaitu 30 orang siswa, (3) selanjutnya dari 2 kelas yang dipilih tersebut dilakukan undian untuk menetapkan kelompok eksperimen sebanyak 15 orang siswa dan kelompok kontrol pun 15 orang siswa karena syarat dari konseling kelompok maksimal 8-15 orang.

Cara menetapkan subyek penelitian dari 2 kelas yang ada baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dilakukan dengan cara undian, sehingga teknik sampling yang digunakan yaitu *cluster random sampling*. Lebih jelasnya mengenai penyebaran sampel penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 3.3 Tabel Penyebaran Sampel**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kelas** |  | **Jumlah Siswa** |  | **Ket** |
| XI IPA3 |  | 34 |  | Kelmp. Eksperimen |
| XI IPA4 |  | 34 |  | Kelmp. Kontrol |
| **Jumlah** |  | **68** |  |  |

1. **Instrumen Penelitian**

Ada dua jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu bahan perlakuan dan instrumen pengumpulan data:

* + - 1. Bahan perlakuan

Bahan perlakuan berupa penyusunan skenario pelaksanaan konseling Analis Transaksional,bahan informasi tentang analisis struktur(ego orang tua, ego anak, dan ego dewasa,) dan teknik-teknik pendekatan analisis transaksional yang disesuaikan dengan konseling kelompok.

2.Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket dan observasi.

* + - * 1. Angket

Untuk pengukuran variabel Y digunakan alat pengumpul data, berupa angket yang setiap item pernyataan telah dilengkapi berbagai pilihan jawaban, dengan lima pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Untuk item positif penilaian pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS) = 1, tidak sesuai (TS) = 2, kurang sesuai (KS) = 3, sesuai (S) = 4, dan sangat sesuai (SS) = 5. Sedangkan untuk item negatif pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS) = 5, tidak sesuai (TS) = 4, kurang sesuai (KS) = 3, sesuai (S) = 2, dan sangat sesuai (SS) = 1.

Data angket dibuat sendiri oleh peneliti,sebelum angket digunakan untuk penelitian lapangan, terlebih dahulu diuji coba di lapangan dan kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitas angket penelitian

1. Uji Validitas

Dari hasil uji validitas skala dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS 16,0 ditemukan bahwa dari 40 item pernyataan, yang tidak valid sebanyak 10item disebabkan nilai r yang diperoleh< (lebih kecil atau kurang) dari 0.3 seperti yang dikemukakan oleh Sugiono &Wibowo dalam Sujianto (2009). sehingga jumlah skala setelah uji validitas sebanyak 30 item pernyataan.

1. Uji Reliabilitas

Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik bilamana alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden, jika responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaanatau pada tempat yang berbeda,walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Dalam penentuan tingkat realibilitas suatu instrumen penelitian dapat diterima bila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,60 sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho (2005) dan Suyuthi (2005) dalam Sujianto (2009).Sehingga instrumen penelitian ini dikatakan reliabel karena memiliki koefisien alpha > 0,60 yaitu sebesar 0,893

* 1. Observasi

Teknik observasi dibuat oleh peneliti yang digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan partisipasi siswa/peserta selamakonseling kelompok berlangsung melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun cara menganalisis data hasil dari observasi dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

Analisis individual = nm x 100 %

N

Analisis kelompok = Nm x 100 %

P

(Abimanyu, 1983:26)

Dimana:

Nm : Jumlah item yang tercek dari satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Nm :Jumlah cek pada item aspek tertentu yang dicek dari seluruhsiswa

P : Jumlah siswa

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis persentase individu dan kelompok yaitu persentase tertinggi 100% dan terendah 0% sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut:

**Tabel 3.4 Kategori hasil observasi konseling analisis transaksional**

|  |  |
| --- | --- |
| PersentaseKategori | |
| 80%-100%Sangat Tinggi | |
| 60%-79%Tinggi | |
| 40-%59%Sedang | |
| 20%-39% | Rendah |
| 0%-19% | Sangat Rendah |

1. **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis statistik deskriptifyaitu persentase dan analisis statistikinferensial dengan menggunakan t-test untuk menguji hipotesis.

* + - 1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk mendeskripsikan tingkat kemampuan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-I Makassar, baik terhadap kelompok experimen maupun kelompok kontrol yaitu dari hasil *pretest* maupun*postest*. Untuk itu, dibuatkan tabel distribusi frekuensi dan persentase dan masing-masing variabel dibagi atas lima kategori pengukuran variable, dengan menggunakan angket sebanyak 30 pernyataan, diperoleh skor tertinggi yaitu30 x 5 = 150 dan terendah adalah 30 x 1 = 30 kemudian dibagi atas 5 kelas sehingga diperoleh 24.

Adapun kategori tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya yaitu:

**Tabel 3.5. Kategori Tingkat Kemampuan Penyesuaian diri dengan Teman Sebaya**

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** |
| 126 – 150 | Sangat tinggi |
| 102 – 125 | Tinggi |
| 78 – 101 | Sedang |
| 54– 77 | Rendah |
| 30 – 53 | Sangat rendah |

Untuk memperoleh gambaran persentase penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya, deskripsi tersebut diperolehdari hasil angket *pre-test* dan *post-test*, dengan menggunakan rumus sebagai berikut:



Tiro (2004: 242)

Keterangan:

P : Presentase

f : Frekuensi yang dicari persentase

N : Jumlah subyek (sampel)

Guna memperoleh gambaran umum tentang penyesuaian diri siswadengan teman sebayanya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar sebelum dan setelah diberi perlakuan berupakonseling Analisis Transaksional,maka dilakukan perhitungan rata-rata skor peubah dengan rumus:

 (Sugiyono, 2004: 43)

Keterangan:

M : Mean (rata-rata)

X : Nilai X ke i sampai ke n

n : Jumlah sampel

* + - 1. Analisis Statistik Inferensial

Analisis statistik inferensial digunakan sebelum hipotesis diuji, maka terlebih dahulu dilakukan ujii normalitas dan uji homogenitas data.

* + - * 1. Uji Normalitas Data

Untuk menguji normalitas data dilakukan pada uji *One Sample Kolmogorovsmirnov.* Sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut:

Ho : Data berasal dari distribusi normal

H1 : Data tidak berdistribusi normal

Kriteria yang digunakan yaitu terima Ho apabila sig > tingkatan α yang ditentukan.

b.Uji Homogenitas Data

Untuk menguji homogenitas data dilakukan pada *Uji homogeneity of variance.*Pengujian homogenitas sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut :

Ho : Data varian homogen

H1 : Data tidak bervarian homogen.

Kriteria pengujian yang dilakukan yaitu tolak Ho apabila nilai sig <α yang telah ditetapkan yaitu 5% atau 0,05

c. t-test

t-test dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai ada tidaknya pengaruh positif yang signifikan pemberian *konseling analisis transaksional* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar. Dari skor *pretest* dan *posttest* tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya yang diberi perlakuan di SMA Kartika Wirabuana I Makassar. Uji t-test menggunakan SPSS 16,0 for windows.

Tingkat signifikan yang digunakan 0,05 dengan criteria adalah “tolak Ho jika t hitung ≥ t table dan diterima H0 jika t hitung< ttable”,(Sujianto, 2009).

**BAB IV**

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

1. **Hasil Penelitian**

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar guna mengetahui tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya melalui pendekatan eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional. Hasil penelitian tersebut disajikan dalam bentuk gambaran pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional, analisis statistik deskriptif baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dan uji prasyarat analisisuntuk pengujian hipotesis.

1. **Gambaran Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Analisis Transaksional Di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar**

Pelaksanaan pemberian konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional yang diberikan kepada kelompok eksperimen mulai dari *pretest* sampai pada *postest* berlangsung selama 6 kali pertemuan (lihat daftar lampiran). Adapun rincian kegiatan sebagai berikut:

* 1. Pelaksanaan kegiatan

Adapun pelaksanaan kegiatan dibagi atas 4 tahappertemuan yaitu:

1. Tahap pelaksanaan

Pada pertemuan ini tahap kegiatan yang dilakukan yaitu pengenalan ego dengan analisis struktur sambil membangun *rapport.* Kegiatan yang dilaksanakan yaitu: peneliti mengemukakan masalah yangdibahas mengenai penyesuaian diri dengan teman sebayakemudian para siswa saling mengeluarkan pendapat tentang penyebab dan kendala dalam menyesuaikan diri. kemudian, membagikan ringkasan materi tentang strurktur kepribadian kepada semua anggota kelompok dan membacanya sekitar 15 menit. Setelah itu dilakukan diskusi dengan para anggota kelompok guna mengetahui tanggapan dan perasaannya, dalam kegiatan ini sudah banyak siswa yang mulai mengetahui state ego apa yang dominan pada dirinya ketikaberinteraksi walaupun ada beberapasiswa yang belum paham, peneliti memberikan penjelasan kepada siswa yang belum memahami.Lima menit menjelang batas waktu (45 menit) dilakukan terminasi dengan menugaskan siswa membuat rangkuman pendapat dan perasaan(senang atau tidak senang), dan hampir semua anggota kelompok memberikan pendapat positif dan senang mengikuti kegiatan ini, selanjutnya peneliti mengisi lembar observasi di bantu oleh konselor sekolah dan dari lembar observasi setelah dianalisis diketahui partisipasi siswa selama mengikuti kegiatan bahwa 1 orang yang berada dikategori sangat rendah, 5 siswa pada kategori rendah, 5 siswa pada kategori sedang, dan 4 siswa pada kategori tinggi. Kemudian mengakhiri pertemuan dan mengajak siswa untuk menghadiri kegiatan berikutnya sesuai dengan jadwal yang telah disepakati.

53

Pada pertemuan berikutnya kegiatan yang dilakukan yaitu masih melanjutkan tahap pengenalan ego, kali ini dengan melakukan teknik kursi kosong dimulai dengan mengatur posisi duduk menyerupai kelompok yaitu melingkar dan mengawali sesi pertemuan dengan membangun *rapport*. Peneliti menunjuk salah satu dari anggota kelompok sebagai contoh yang memiliki masalah dalam pengungkapan perasaan kepada orang lain kemudian duduk di kursi yang telah disetting, secara bergiliran siswa mengungkapkan perasaan, sikap, dan pikirannya pada kursi kosong tersebut. Setelah itu peneliti melakukan diskusi dengan siswa mengenai tanggapan dan perasaannya kemudian siswa lainnya pun menanggapi. Lanjut kekegiatan berikutnya yaitu dengan melakukan teknik permainan peran, masih dalam bentuk kelompok dengan posisi tempat duduk melingkar kemudian peneliti menunjuk 3 siswa sebagai contoh untuk memainkan ketiga perwakilan ego guna untuk melihat dan memahami perwakilan ego yang menjadi sumber permasalahannya dalam penyesuaian diri. Siswa yang ditunjuk memerankan perwakilan ego tersebut merasa bahwa perwakilan ego dewasa merupakan struktur kepribadian yang susah dilakukan karena menurut siswa emosional mereka masih labil. Setelah siswa memainkan ketiga permainan ego tersebut maka dilakukan diskusi dengan memberi kesempatan pada siswa untuk mengemukakan tanggapan dan perasaannya (apakah memahami status ego yang digunakan temannya melalui permainan peran), kemudian anggota kelompoknya menanggapi pendapat temannya yang telah mengemukakan tanggapan dan perasaan selanjutnya, peneliti memberi masukan dan mengoreksi tanggapan siswa yang belum memahami peranan ego yang diperankan oleh temannya dan hambatan yang dihadapi seperti kecenderungan emosi yang masih labil untuk memerankan ego state dewasa.Lima menit menjelang batas waktu (45 menit) dilakukan terminasi dengan menugaskan siswa membuat rangkuman pendapat dan perasaan mereka setelah mengikuti kegiatan ini, peneliti dibantu konselor sekolah mengisi lembar observasi, dari lembar observasi setelah dianalisis diketahui partisipasi siswa 1 orang berada pada kategori rendah, 8 siswa pada kategori sedang, 4 siswa berada dikategori tinggi, dan 2 siswa berada dikategori sangat tinggi (lihat daftar lampiran). Setelah itu mengakhiri pertemuan dan mengajak siswa untuk menghadiri kegiatan selanjutnya yaitu pelaksanaan mengelola ego sesuai dengan jadwal yang disepakati.

Lanjut kepelaksanaan berikutnya,yaitu tahap mengelola ego untuk menyesuaikan diri dilakukan analisis transaksional dengan tiga transaksi. Tahap ini dimulai dengan mengatur posisi duduk berbentuk melingkar setelah, posisi duduk sudah diatur maka peneliti memulainya dengan membangun *rapport* sambil menjelaskan tentang ketiga transaksi yaitu komplementer, menyilang, dan terselubung.Kemudian peneliti menata setting menyesuaikan diri melalui tiga transaksi tersebut dengan menunjuk 6 siswa dari anggota kelompok yang belum pernah mendapat giliran dengan membagi peran 2 orang dalam setiap transaksi, selanjutnya mengarahkan siswa yang telah ditunjuk untuk memerankan ketiga transaksi tersebut sesuai urutan transaksi. Setelah itu dilakukan diskusi bersama siswa mengenai tanggapannya tentang kegiatan tersebut yang telah diperankan oleh beberapa temannya,setelah para siswa saling menanggapi maka peneliti mengoreksi tanggapan siswa yang masih belum memahami ketiga transaksi yang digunakan untuk menyesuaikan diri. Lima menit menjelang batas waktu (90 menit) maka peneliti melakukan terminasi dengan menugaskan siswa membuat rangkuman tentang kebermanfaatan dan perasaan senang atau tidak senang mereka selama mengikuti kegiatan menyesuaikan diri dengan menggunakan tiga transaksi. Mengisi lembar observasi dibantu oleh konselor sekolah, dari lembar observasi yang telah dianalisis diketahui partisipasi siswa selama kegiatan semakin meningkat karena semakin banyak siswa berada dikategori tinggi yaitu 7 siswa, ada 3 siswa pada kategori sangat tinggi, dan 5 siswa pada kategori sedang. Setelah mengisi lembar observasi selanjutnya mengakhiri pertemuan dan tidak lupa mengajak siswa mengikuti pertemuan berikutnya sesuai jadwal yang disepakati.

Balikan kelompok, dalam kegiatan ini yang dilakukan peneliti adalah membagikan lembar evaluasi diriuntuk mengetahui perasaan siswa (senang atau tidak senang) setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional, kesulitan-kesulitan yang dialami siswa dan kesulitan yang ingin diatasi, serta kesan dan harapan siswa selama mengikuti konseling. Waktu yang digunakan untuk kegiatan ini adalah 45 menit.Peneliti meminta kepadasiswa secara bergiliran untuk mengemukakan hasil isian lembar evaluasi diri di depan kelas, sementara siswa yang lain mendengarkan dan nantinya memberi balikan. Dari lembar evaluasi diri dapat diketahui bahwa sebanyak 15 (100%) siswa yang merasa senang mengikuti kegiatan, 5 (33%) siswa mengalami kesulitan,12 (80%) siswa tertarik untuk menerapkan pendekatan analisis transaksional, serta 15 (100%) siswa memberikan kesan yang positif. Mengisi lembar observasi dibantu oleh konselor sekolah, setelah lembar observasi dianalisis diketahui bahwa partisipasi siswa semakin meningkat dapat dilihat dari 8 siswaberada pada kategori sangat tinggi dan 7 siswa berada pada kategori tinggi. Kemudian peneliti membuat rangkuman dan memberi balikan serta penguatan kepada siswa dengan cara mengemukakan kesulitan umum yang dihadapi siswa dan memberi masukan pemecahan masalah. Menjelang batas waktu balikan kelompok, peneliti melakukan terminasi dengancara mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan pemberian balikan, mengajak siswa untuk mengikuti terminasi konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional yang diadakan sesudah terminasi balikan kelompok.

1. **Analisis Statistik Deskriptif**

Analisis statistik deskrptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, dari hasil *pretest* maupun *postest.*

a. Penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya untuk kelompok eksperimen.

Penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya pada kelompok eksperimen diperoleh berdasarkan hasil *pretest* yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 5Oktober 2011 dan *postest* pada hari Kamis tanggal 20 Oktober 2011 terhadap 15 siswa di SMA Kartika Wirabua-1 Makassar.

Berikut ini disajikan data penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian perlakuan analisis transaksional dalam konseling kelompok yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan berdasarkan data penelitian pada daftar lampiran.

**Tabel 4.1 Data Tingkat penyesuaian DiriSiswa dengan Teman Sebaya pada Kelompok Eksperimen Sebelum (*Pretest*) dan Setelah (*Posttest*) Diberi PerlakuanKonseling Kelompok dengan Pendekatan AT**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Interval** | **Tingkat Penyesuaian Diri Dengan Teman Sebaya** | | **Kelompok Eksperimen** | | | | |
| ***Pretest*** | | | ***Postest*** | |
| **Frekuensi** | **Persentase** | | **Frekuensi** | **Persentase** |
| 126-150  102-125  78-101  54 -77  30-53 | Sangat Tinggi  Tinggi  Sedang  Rendah  Sangat Rendah | | 0  1  10  4  0 | 0  6.67%  66,67%  26,67 %  0 | | 5  8  2  0  0 | 33,33%  53,33%  13,33%  0  0 |
| **Jumlah** | | **15** | | **100%** | **15** | | **100%** |

Sumber : Hasil angket kelompok eksperimen

Tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassaruntuk kelompok eksperimen pada saat *pretest*  menunjukkan tidak ada responden yang berada dalam kategori sangat tinggi, kemudian setelah (*postest)*diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional,tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassarmengalami perubahan dari tidak ada responden dalam kategori sangat tinggi, meningkat menjadi 5responden(33,33%)dalam kategori sangat tinggi, kemudian dalam kategori tinggi pada saat *pretest* sebanyak 1 responden (6,67%) mengalami peningkatan pada saat *postest* yaitu menjadi 8 responden (53,33%), disusul kategori sedang saat *pretest*sebanyak 10 responden (66,67%) mengalami penurunan pada saat *postest*yaitu menjadi 2 responden (13,33),dan pada saat *pretest*kategori rendah sebanyak 4 responden (26,67%) dan saat *postest* tidak ada lagi responden yang berada dalam kategori rendah. Perubahan-perubahan tersebut terjadi dikarenakan siswa telah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional sebanyak 4 tahap pertemuan.

Selama pemberian perlakuan peneliti melakukan observasi terhadap responden. Observasi dilakukan untuk melihat bagaimana gambaran siswa mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional. Observasi dilakukan pada 15 siswa yang digolongkan dalam kelompok eksperimen.Selama pelaksanaan kegiatan (konseling analisis transaksional),peneliti dibantu oleh konselor sekolahuntuk mengecek lembar observasi.Penelitimencek segala sesuatu yang terjadi dalam proses pelaksanaan kegiatan selanjutnya dianalisis hasilnya. Dari hasil observasi selama pelaksanaan konseling analisis transaksionalberlangsungyangdilaksanakan dalam 4 tahapdiperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 4.2 Data Hasil Analisis Persentase Observasi Pelaksanaan Konseling Analisis Transaksional**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Persentase** | **Kriteria** | **Pertemuan** | | | |
| **I** | **II** | **III** | **IV** |
| 80 % - 100 % | Sangat tinggi | 0 | 2 | 3 | 8 |
| 60 % - 79 % | Tinggi | 4 | 4 | 7 | 7 |
| 40 % - 59 % | Sedang | 5 | 8 | 5 |  |
| 20 % - 39 % | Rendah | 5 | 1 | 0 | 0 |
| 0 % - 19 % | Sangat rendah | 1 | 0 | 0 | 0 |
| **Jumlah** | | **15** | **15** | **15** | **15** |

Sumber: Hasil Observasi

Berdasarkan hasil pengamatan observasi pada pertemuan pertama, 1 orang berada pada kategori sangat rendah, 5 siswa pada kategori randah, 5 siswa pada kategori sedang dan 4 siswa pada kategori tinggi. Pada pertemuan kedua, ada 1 siswa yang berada pada kategori rendah, 8 siswa berada pada kategori sedang, 4 siswa berada pada kategori tinggi, dan 2 siswa berada pada kategori sangat tinggi. pertemuan ketiga partisipasi siswa semakin meningkat karena semakin banyak siswa berada pada kategori tinggi yaitu 7 siswa, ada 3 siswa berada pada kategori sangat tinggi, dan 5 siswa pada kategori sedang.Pada pertemuan terakhir atau pertemuan keempat partisipasi siswa semakin meningkat karena semakin banyak siswa berada pada kategori sangat tinggi yaitu 8 siswa dan 7 siswa berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka setiap pertemuan partisipasi siswa mengalami peningkatan danmeningkatnya partisipasi siswa tersebut juga ikut mendukung terjadinya peningkatan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya untuk kelompok eksperimen di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.

* + - * 1. Penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya untuk kelompok kontrol

Penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya pada kelompok kontrol dilakukan secara bersamaan terhadap kelompok eksperimen yang diperoleh berdasarkan hasil *pretest*yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 5 Oktober 2011 dan *postest*pada hari Kamis tanggal 20 Oktober 2011 terhadap 15 siswa di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.

Berikut ini disajikan data tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar pada kelompok kontrol hasil *pretest*dan *postest*dimana kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan, yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan berdasarkan data penilaian pada daftar lampiran.

**Tabel 4.3 Data Tingkat Penyesuaian Diri Siswa dengan Teman Sebaya Di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar PadaKelompok Kontrol Hasil *Pretest* dan *Postest***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Interval** | **Tingkat Penyesuaian Diri dengan Teman sebaya** | **Kelompok Kontrol** | | | | |
| ***Pretest*** | | | ***Postest*** | |
| **Frekuensi** | **Persentase** | | **Frekuensi** | **Persentase** |
| 126-150  102-125  78-101  54-77  30-53 | SangatTinggi  Tinggi  Sedang  Rendah  Sangat Rendah | 0  1  10  4  0 | 0  6,67%  66,67%  26,67%  0 | | 0  1  10  4  0 | 0  6,67%  66,67%  26,7%  06 |
| **Jumlah** | | **15** | **100 %** | **15** | | **100 %** |

Sumber : Hasil angket kelompok kontrol

Penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar untuk kelompok kontrol hasil *pretest*dan *postest*  yang diberikan tanpa adanyaperlakuan, hasilnya adalahbaik pada saat *pretest*maupun *postest* tidak ada responden yang berada dalam kategori sangat tinggi dan sangat rendah, selanjutnya untuk kategori tinggi pada saat *pretest* terdapat 1 responden (6,67%) yang berada dalam kategori ini dan pada saat *postest* tidak terjadi peningkatkan, untuk kategori sedang pada saat *pretest* terdapat 10 (66,67%) dan tidak terdapat peningkatan saat *postest,* begitupun pada kategori rendah pada s*aat pretest*terdapat 4 *(26,66)* responden dan pada saat *postest*tidak mengalami peningkatan. Kemampuan siswa menyesuikan diri dengan teman sebayanya pada kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan. Hasil *pretest* dan *posttest*dari kedua kelompok dapat dilihat pada daftar lampiran.

**Tabel4.4Kecenderungan Umum Penelitian BerdasarkanPedomanInterpretasi Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Dengan Teman Sebaya**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jenis Data** | **Kelompok** | **Mean** | **Interval** | **Klasifikasi** |
| *Pretest* | Eksperimen | 87,07 | 80-104 | Sedang |
| Kontrol | 86,86 | 80-104 | Sedang |
| *Postest* | Eksperimen | 119,93 | 105-129 | Tinggi |
| Kontrol | 87,33 | 80-104 | Sedang |

Sumber: Hasil *pretest* dan *posttest*

Tabel diatas menunjukkan gambaran umum tentang kemampuan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan hasil *pretest* dan *postest*. Setelah melakukan perhitungan rata-rata skor peubah diperoleh hasil *pretest* untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang sama-sama berada dalam kategori sedang. Kemudian setelah pelaksanaan *pretest*, kelompok eksperimen diberikan perlakuan konseling kelompok melalui pendekatan analisis transaksional sebanyak empat tahap yang terdiri dari beberapa sesi pertemuan adanya perlakuan ini menyebabkan terjadi perubahan pada kelompok eksperimen sehingga hasil *posttest* menunjukkan peningkatan dari kategori sedang menjadi tinggi. Lain halnya dengan kelompok kontrol, pelaksanaan *pretest* terhadap kelompok kontrol diberikan tanpa adanya perlakuan, sehingga tidak mempengaruhi hasil *posttest* kelompok kontrol dengan kata lain tingkat kemampuan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya tetap berada dalam kategori sedang.

1. **Pengujian Hipotesis**

Uji Normalitas Data

Kriteria yang digunakan yaitu terima Ho apabila nilai sig lebihbesar dari tingkatan alpha yang ditentukan.Berdasarkan hasil perhitungan SPSS 16,0 pada lampiran perhitungan uji normalitas data, diperoleh nilai signifikansi untuk kelompok eksperimen nilai sig0,200 dan pada kelompok kontrol nilai sig 0,200. Karena nilai sig > 0,05 maka Ho diterima. Artinya data pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal.

Pengujian Homogenitas

Kriteria pengujian yang dilakukan yaitu tolak Ho apabila nilai sig kurang dari atau sama dengan alpha yang telah ditetapkan (5%). Dari *output* pada *test of homogeneity of variance*. Berdasarkan hasil perhitungan*gainscore*kelompok kontrol dan kelompok eksperimen diperoleh nilai sig 0,000karena nilai sig 0,000< 0,05 maka Ho ditolak. Artinya data penyesuaian diri dengan teman sebaya dari kelompok bervarian tidak homogen.

*t- test*

Hipotesis penelitian ini adalah “Ada PengaruhPositif konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya”. Untuk memenuhi persyaratan uji analisis statistik, maka hipotesis kerja (H1) diubah ke dalam hipotesis nol (H0) sehingga berbunyi “Tidak ada perbedaan peningkatan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya sebelum dan sesudah konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional”. Untuk pengujian hipotesis di atas, terlebih dahulu disajikan data tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya, baik *pretest* dan *posttest.*

**Tabel 4.5Data Tingkat Kemampuan Penyesuaian Diri Dengan Teman Sebaya**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mean** | | **t** | **Signifikan** | **Ho** | **H1** |
| ***Pretest*** | ***Postest*** |
| 87,07 | 119,93 | 7,835 | 0,000 | Ditolak | Diterima |

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS 16,0 *forwindows*melalui *paired sample t-test*menunjukkan bahwaterdapat perbedaan yang signifikan, nilai rata-ratas sebelum(*pretest)* diberikan perlakuan lebih rendah dan setelah (*postest)* diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional nilai rata-rata mengalami peningkatan, dari perhitungan tersebut diperoleh nilai*t-test* = 7,835 dengandf = 14,harga t tabel pada t0,05 = 2,14, dengan nilai signifikan (P) = 0,000< α = 0,05. Dengan demikian hipotesis nihil (Ho) yang berbunyi “Tidak Ada Perbedaan Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa dengan Teman Sebaya Sebelum dan Sesudah Konseling Kelompok dengan Pendekatan Analisis Transaksional”, dinyatakan ditolak.Dari adanya pernyataantersebut, maka disimpulkan bahwa ada pengaruh positif dari konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.

Pengujian hipotesis dengan menggunakan mean dari *gain score* yaiturata-rata dari selisih skor kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang menunjukkan penerapan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar.Berdasarkan hasil *Pretest* dan *Posttest* pada kelompok eksperimen semuanya mengalami peningkatan pada 15 subjek penelitian sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat peningkatan yang cukup berarti.

1. **Pembahasan**

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri tanpa orang lain. Manusia senantiasa berinteraksi dengan manusia lainnya karena mereka saling membutuhkan, agar hubungan interaksi berjalan baik dan diharapkan manusia mampu untuk beradaptasi ataumenyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik maupun lingkungan sosialnya, sehingga dapat menjadi bagian dari lingkungan tanpa menimbulkan masalah pada dirinya. Proses penyesuaian diri pada manusia tidaklah mudah. Hal ini karena di dalam kehidupannya manusia terus dihadapkan pada pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru.Periode penyesuaian diri ini merupakan suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup manusia.Manusia diharapkan mampu memainkan peran-peran sosial baru, mengembangkan sikap-sikap sosial baru yang dihadapi (Hurlock, 1980).

Demikian pula remaja yang dalam kehidupan sehari-harinya senantiasa melakukan interaksi dengan sesamanya terutama dengan temannya di sekolah. Hal ini akan sangat membantu seorang anak yang akan melalui proses perkembangan menuju kematangan untuk menjadi individu yang dewasa dan sempurna.Seorang remaja mempunyai kecenderungan lebih pada kegiatan berinteraksi dengan teman seusianya. Hal ini dilakukan karena mereka menganggap bahwa berinteraksi dengan teman sebaya sangat penting dalam kehidupannya. Mussen, dkk (Idrus, 2004: 90) mengungkapkan bahwa interaksi dengan teman sebaya akan menyediakan peluang untuk belajar cara berinteraksi dengan teman seusiannya, untuk mengatur perilaku sosial, untuk mengembangkan keterampilan dan minat yang sesuai dengan usia dan saling membagi persoalan atau perasaan yang sama.

Hasil penelitian terhadap 30 responden, yang terdiri dari 15 responden untuk kelompok eksperimen dan 15 responden untuk kelompok kontrolpada saat *pretest* menunjukkan bahwa tingkat kemampuan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayaberadapada kategori sedang. Hal ini ditandai dengan adanya subjek penelitian yang pada saat proses pembelajaran terlihat tidak bersemangat, malu bertanya, dan pada saat istirahat ada yang terlihat selalu menyendiri dan jarang keluar kelas.

Dengan adanya situasi tersebut, maka diperlukan adanya upaya untuk menanggulangi masalah penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pemberian konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional.Menurut James C, Richard Stevic & Richard Warng, Analisis Transaksionalsebagai pendekatan konseling yang bisa dilakukan dalam bentuk kelompok maupun individu (1982:70). Konseling Analisis Transaksional dapat digunakan karena dianggap dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa kearah yang positif, membantu siswa dalam menentukan kepribadian, memberikan kesadaran tentang peranan *ego* yang akan menentukan keberhasilan sebuah hubungan yang baik dalam sebuah interaksi, dan memberikan penjelasan tentang kedudukan ketiga *ego*yang akan berperanpenting dalam kehidupannya sekarang dalam membinah sebuah hubungan yaitu bagaimana dan kapan *ego* bisa digunakannya ketika berinteraksi melalui teknik dan prosedur dalam konseling tersebut.

Tujuan dari konseling pendekatan Analisis Transaksional itu sendiri ialah supaya konseli menjadi sadar akan seluruh hambatan yang diciptakannya sendiri dalam berinteraksi dengan orang lain, serta kemudian mengembangkan suatu pola interaksi sosial yang sesuai dengan situasi dan kondisi, dengan menempatkan diri dalam keadaan diri yang memungkinkan proses komunikasi dan interaksi yang sehat (Winkel, 2006). Konseling Analisis Transaksional diharapkan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa terutama dalam pergaulan teman sebayanya dengan memberikan kesadaran tentang peranan *ego*serta membantu siswa dalam memahami *ego state* (ego orang tua, ego dewasa, dan ego anak )yang berperan penting dalam kehidupannya sekarang dalam membinah sebuah hubungan, yaitu bagaimana dan kapan *ego* tersebut bisa digunakan, kemudian mengurangi ketegangan siswa dalam menyampaikan permasalahan yang dihadapi dalam sebuah hubungan sosial, terlebih lagi dalam menyesuaikan diri.

Sejalan dengan hal tersebut di atas pada kenyataannya secara umum siswa di SMA Kartika Wirabuana 1 Makassar khususnya kelas XI IPAyang menjadi sampel dalam penelitian ini memiliki tingkat kemampuan penyesuaian diri dengan teman sebayapada kategori sedangpada saat diberikan *Pretest* atau sebelum diberikan perlakuan berupakonseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional siswa mengalami peningakatan atau berada dalam kategori tinggi, ini juga berarti ada pengaruh positif dari penggunaan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional. Lain halnya dengan kelompok kontrol yang sama sekali tidak diberikan perlakuan ternyata tidak menunjukkan peningkatan yang berarti atau tetap dalam kategori sedang. Berdasarkananalisis statistik deskriptif tersebut, dapat dianalisis bahwa pada hakekatnya terjadi perubahan tingkat kemampuan penyesuaian diri dengan teman sebaya bagi kelompok eksperimen yang telah diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional yaitu dapat dilihat dari perilaku siswa yang sudah mampu bergaul dengan teman sebayanya di sekolah terlebih dengan temannya di dalam kelas, hal ini terlihat dari siswa sudah tidak malu bergabung dengan temanya, mulai aktif dalam proses pembelajaran, berani mengemukakan pendapatnya di depan kelas, dan tidak minder lagi.

Berdasarkan hasil analisis observasi yang dilakukan selama siswa diberikan perlakuan, diketahui terjadi peningkatan partisipasi siswa dari setiap pertemuan.Perubahan ini terjadi dikarenakan siswa yang diberikan perlakuan cukup antusias mengikuti dan melaksanakan berbagai tahap kegiatan dalam konseling analisis transaksional yang diberikan mulai dari pengenalan ego, mengelola ego, sampai pada kegiatan balikan kelompok.Perubahan ini juga didukung dari hasil kegiatan balikan kelompok yang diketahui bahwa siswa suka rela mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan analisis transaksional, karena mereka dapat mengetahui tentang tiga ego yang terdapat pada diri seseorang yang dipakai ketika berinteraksi, dan juga mendapat pengalaman belajar yang baru,dalam hal ini pembentukan kelompok dimana para siswa dilatih untuk terbuka berpendapat, mendengarkan, maupun menyesuaikan diri dengan temannya.sendiri, serta siswa memberikan kesan yang positif dari pelaksanaan konseling analisis transaksional, mereka berharap agar kegiatan konseling kelompok ini kembali dilaksanakan.

Sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional tidak menunjukkan peningkatan yang berarti, ini dikarenakan siswa pada kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan yang terdiri dari 4 tahap pertemuan. Sehingga dari 4 tahap pertemuan tersebut siswa pada kelompok kontrol tidak mempunyai kesempatan untuk dapat mengetahui tentang teknik yang ada dalam konseling analisis transaksional guna meningkatkan penyesuaian diri dengan teman sebaya serta tidak mengikuti kegiatan balikan kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian tampak bahwa pendekatan analisis transaksionalyang diterapkan dalam konselingkelompok berusaha untuk membantu siswa dalam menelaah suatu materi melalui diskusi kelompok sehingga memudahkan mereka menyelesaikan permasalahan tersebut secara bersama-sama dan terlatih untuk berani terbuka dengan teman sebayanya,sehingga siswa bisa lebih pandai berinteraksi dan menyesuaikan diri. Oleh karena itu konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksonal perlu diaplikasikan di sekolah-sekolah dalam rangka menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang terjadi khususnya masalah sosial siswa dalam hal ini penyesuaian diri dengan teman sebaya, sehingga terwujudlah peserta didik yang mampu berinteraksi dengan sehat dalam lingkungan sosial sesuai perkembangannya.

**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

* 1. **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional untuk menigkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabuana-1 Makassar, dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya di SMA Kartika Wirabauana-1 Makassar untuk kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) diberikanperlakuan berada dalam kategori sedang dan setelah (*postest*) diberikanperlakuan berupa konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan analisis transaksional tingkat penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya berada dalam kategori tinggi. Lain halnya dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan baik sebelum (*pretest*) dan sesudah (*postest*) tingkat penyesuaian diri dengan teman sebaya tetap berada dalam kategori sedang.
2. Ada pengaruh positifkonseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan teman sebaya. Artinya, bagi kelompok siswa yang diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional menunjukkan peningkatan penyesuaian diri siswa dengan teman sebayanya dibandingkan dengan kelompok siswa yang tidak diberikan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional.

73

* 1. **Saran-Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, maka diajukan saran-saran sebagai berikut :

* + - 1. Kepada para kepala sekolah, supaya menyediakan kebutuhan yang diperlukan oleh konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling.
      2. Kepada konselor sekolah hendaknya menjadikan konseling kelompokmelalui pendekatan anlisis transaksional sebagai salah satu alternatif pemberian bantuan kepada siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri dengan teman sebayanya.
      3. Bagi siswa, untuk senantiasa pandai dan percaya diri dalam menyesuaikan diri karena sangat bermanfaatbagi perkembangannya dalam hubungan sosialnya dan dapat menjadi pribadi yang menyenangkan bagi teman-temannya.
      4. Kepada peneliti selanjutnya, di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, agar dapat mengembangkan konseling kelompok dengan pendekatan analsis transaksional pada permasalahan-permasalahan yang berbeda.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abimanyu, S.1983*. Teknik Pemahaman Individu.*Makassar: FIP UNM

Abimanyu, S & Samad, S. 2003. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Makassar: FIP UNM

Baron, R. A & Byrne. 2005. *Psikologi Sosial.* Jilid 2, Edisi ke 10. Jakarta: Erlangga

Chaplin,J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.

Corey, G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*(alih bahasa oleh Koswarah*).*Bandung: PT Radika Aditama.

. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*(alih bahasa oleh Koswarah*)*. Bandung: PT Radika Aditama.

Dafidoff. 1989. *Personal Adjutsment*(<http://www>. Carleton. Cortpychy/internet). Htm (tinjauan ilmiah) diakses 28 Maret 2011

Daradjat, Z. 2001.*Remaja Harapan dan Tantangan*. Yogyakarta: Penerbit Kanisi

Eddy, M. 1998. *Konseling Kelompok Perkembangan.* Semarang: UNNES PRES

Fauzan, L. 2004. *Pendekatan-pendekatan Konseling Individual*. Malang: Elang Mas

Hadi, S. 2004. *Statistik Jilid 1.* Yogyakarta: And Offset

Hurlock, E. 1999. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga

James C., Stevic, R & Warngij, R*.*1982. *Counseling:Theory and Process Third Edition.* Boston: Allyn and Bacoon, INC*.*

Ifdil. 2010. *Analisi Transaksional*. (Online) http:/www.meganslaw.ca.gov. diakses pada tanggal 25 Januari 2011

Kartono, K. 1989. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju.

Komalasari Gantina & Wahyuni Eka. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks

Mappiare, A. T. 2006. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi.* Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.

Mappiare, A. 1992. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional

Mulyana. 2010. *Analisis Transakional*. (Online). Diakses pada tanggal 17 Februari 2011

Nana & Ibrahim. 2004. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Anggota IKAPI.

Prawitasari, J. 2002. *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Prayitno & Amti, E. 2004*. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakata: Rineka Cipta

Romlah, T. 1989. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Proyek pengembangan Lembaga Tenaga Pendidikan

Santoso, Slamet. 2010. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama

Santrock, J. 2002. *Life Span Of Development. Perkembangan Masa Hidup* (alih bahasa oleh ) Jakarta: Erlangga

Sugiyono. 2004. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

\_\_\_\_\_\_\_\_\_.2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sujianto, A. E. 2009. *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16,0.* Jakarta: PT Prestasi Pustakaraya

Surya, M. 1985. *Kesehatan Mental*. Bandung: Penerbit Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bandung.

Tiro, M.A. 2004. *Dasar-Dasar Statistik*. Makassar: Badan Penerbit UNM.

Winkel,W.S. 2006*. Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Media Abadi

Yusuf, S. 2001. *Perkembangan Psikologoi Anak Dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya