

**PENANGANAN KONSELOR TERHADAP MASALAH PENYESUAIAN DIRI SISWA SMA NEGERI 3  
TUBAN**

**HANDLING SELF ADJUSTMENT PROBLEMS OF COUNSELORS TO SENIOR HIGH SCHOOL 3 TUBAN  
STUDENT**

**Lutvia Nika Novia R**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email : [lutvianika@gmail.com](mailto:lutvianika@gmail.com)

**Elisabeth Christiana, S. Pd., M. Pd**

Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email Prodi\_bk\_unesa@yahoo.com

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk- bentuk masalah penyesuaian diri siswa, faktor- faktor penyebab masalah penyesuaian diri siswa, penanganan Konselor terhadap masalah penyesuaian diri siswa, dan hambatan yang dialami konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa. Metode pengumpulan data yaitu pedoman wawancara, dan dokumentasi. Subyek dalam penelitian ini adalah 3 (tiga) konselor dan 9 (sembilan) siswa yang memiliki masalah penyesuaian diri di sekolah. Adapun teknik yang digunakan untuk menganalisis data yaitu mengikuti konsep yang diberikan oleh Miles dan Huberman yang terdiri dari reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Sedangkan teknik keabsahan data menggunakan triangulasi, baik triangulasi teknik pengumpulan data maupun subyek penelitian. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk- bentuk masalah penyesuaian diri yaitu terdapat siswa yang membolos, datang terlambat ke sekolah, meninggalkan kelas pada saat jam pelajaran berlangsung dan tidak menggunakan atribut sesuai dengan ketentuan sekolah, siswa yang jarang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sekolah bahkan ada yang sama sekali tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sekolah, siswa yang memiliki permasalahan internal dengan guru mata pelajaran tertentu, terdapat siswa yang merasa tidak nyaman karena mendapat ancaman dari teman di sekolah, dan terdapat pula siswa yang antisosial, siswa yang tidak mengumpulkan tugas pada mata pelajaran tertentu, siswa yang tidak nyaman dengan jurusan yang telah dipilih dan ingin pindah ke sekolah lain. Faktor- faktor penyebab masalah penyesuaian diri yang dialami siswa yaitu karena faktor perkembangan dan kematangan, faktor psikologis dan faktor keadaan keluarga. Penanganan yang diberikan konselor yaitu konseling individu dan pada proses konseling individu telah menggunakan beberapa teknik penanganan penyesuaian diri menurut konseling Gestalt yaitu “saya memikul tanggung jawab” dan “saya memiliki suatu rahasia”. Hambatan yang dihadapi konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa yaitu kekurangan waktu dan ketidakpedulian orang tua siswa yang memiliki masalah penyesuaian diri.

*Kata Kunci: Masalah penyesuaian diri, penanganan konselor*

**ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the forms of adjustment problems of students, the factors that cause adjustment problems of student, counselor to the handling of student adjustment problems, and barriers experienced counselors in dealing with student adjustment. Methods of data collection that interview, and documentation. The subjects in this study were three (3) counselors and nine (9) students who have problems in school adjustment. The technique used to analyze the data that follows the concept given by Miles and Huberman comprising data reduction, data presentation, inference, and verification. While the validity of the data using triangulation techniques, good triangulation of data collection techniques and research subjects. The results showed that the forms of adjustment problems that students are truuant, arriving late to school, leave the classroom during the lesson hours and do not use attributes in accordance with the provisions of the school, students who rarely participated in school extracurricular even not at all following the extracurricular activities of the school, students who have an internal problem with a particular subject teachers, there are students who feel uncomfortable because of threats from a friend at school, and there are also students who are antisocial, students who do not collect the duty on certain subjects, students who do not comfortable with the direction you have been to school and want to move another. Factors that cause*

*adjustment problems experienced by students is due to the development and maturity, psychological factors and factors of family circumstances. Handling counselors are given individual counseling and individual counseling process has used some of the techniques of handling the adjustment according to Gestalt counseling is "my responsibility" and "I have a secret". Barriers faced by counselors in dealing with students' adjustment problems as lack of time and indifference of parents who have adjustment problems*

*Keywords: Problems of adjustment, handling counselor*

## PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting bagi setiap manusia, bahkan dapat dikatakan sebagai suatu kebutuhan. Setiap keluarga berharap untuk mendapatkan pendidikan yang terbaik bagi anak-anak mereka. Sekolah mempunyai tugas yang tidak hanya terbatas pada pengetahuan dan informasi saja, mencakup tanggung jawab pendidikan yang sangat luas. Tidak hanya mengajar, tetapi berperan sebagai pendidik yang menjadi pembentuk masa depan yang merupakan langkah awal dalam pembentukan kehidupan seorang siswa untuk melakukan penyesuaian diri di sekolah. Apabila penyesuaian diri siswa di sekolah kurang lancar, maka akan sulit untuk bergaul di lingkungan sekolah, kelancaran penyesuaian diri di sekolah menunjang perkembangan mereka secara optimal dari segi akademis maupun non akademis.

Aspek-aspek penyesuaian diri di lingkungan sekolah menurut Schneiders (dalam Kusdiyati dkk, 2011) yaitu (1) mau menerima dan menghormati otoritas sekolah, (2) berminat dan berpartisipasi pada aktifitas sekolah, (3) membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah, (4) mau menerima tanggung jawab, (5) membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan. Permasalahan penyesuaian diri dapat menyebabkan dampak negatif bagi siswa, diantaranya mengalami penurunan prestasi akademik, hubungan sosial yang rendah dengan lingkungannya, serta menghambat pencapaian tugas perkembangannya. Sebagai contoh hasil studi pendahuluan yang dilakukan dari rentang bulan Januari sampai Maret 2014 di SMA N 3 Tuban terdapat siswa yang berinisial FS dan VBP (XI IPS 3) meninggalkan jam pelajaran B. Inggris, Matematika dan Akuntansi karena mereka merasa malas mengikuti jam pelajaran B. Inggris, untuk jam pelajaran Matematika mereka tidak suka dengan cara guru menerangkan dan untuk mata pelajaran akuntansi mereka merasa terbebani dan malas mengerjakan tugas yang begitu banyak karena merasa kesulitan mengikuti pelajaran tersebut. Alasan tersebut diperoleh dari wawancara guru BK yang dibenarkan oleh siswa yang bersangkutan dan mereka menambahkan bahwa saat mereka sulit untuk memahami ketiga mata pelajaran tersebut, teman-temannya pun enggan untuk dimintai tolong untuk menjelaskan kembali bagian materi yang kurang dimengerti, mereka merasa diabaikan oleh teman-temannya yang memiliki kemampuan menguasai mata pelajaran tersebut. Hal tersebut menjadikan mereka semakin tidak peduli dengan kegiatan belajar di kelas dan memilih untuk meninggalkan kelas untuk pergi ke kantin. Siswa yang bersangkutan mengalami penurunan nilai akademik pada mata pelajaran tersebut.

Selain itu terdapat pula siswa yang berinisial DA (X IPS 2) yang 5 kali tidak masuk tanpa keterangan dengan alasan bangun kesiang, sering begadang dan nongkrong di warung kopi hingga larut pagi. Dan keterangan dari waka kesiswaan bahwa DA pernah loncat pagar karena datang terlambat ke sekolah. Senada dengan siswa yang berinisial MAF (XI IPS2) yang sering membolos lebih dari 5 kali tanpa keterangan, menurut guru BK MAF membolos dengan alasan mementingkan pekerjaan sampingan dan bahkan sering pulang hingga larut malam. Berdasarkan wawancara dengan MAF hal tersebut ia lakukan karena untuk membantu orang tua, sehingga ia terkadang lupa bahwa dia memiliki tanggung jawab sebagai seorang siswa dan akhirnya mengundurkan diri untuk pindah ke sekolah lain. Terdapat juga siswa yang berinisial ITP (X IPS 3) yang 3 hari tidak masuk tanpa keterangan dan sering membolos tanpa alasan yang jelas seperti malas berangkat sekolah. Berdasarkan keterangan dari ITP alasan dia tidak masuk sekolah karena merasa takut diancam oleh teman sekolah yang bernama GEP (X IPS 1). GEP merupakan siswa yang tercatat sering membolos sekolah tanpa keterangan yang jelas. Menurut guru BK hal tersebut dikarenakan keadaan orang tua yang broken home.

Fenomena permasalahan yang terjadi lainnya yaitu siswa yang berinisial TA (X IPS 2) memiliki permasalahan dengan guru BK (Ibu NDK) yakni sewaktu berkedara di jalan raya dengan tidak sengaja menyerempet guru BK tersebut, namun TA membuat kesaksian kepada guru BK (Bapak AS) bahwa dia telah meminta maaf pada guru BK yang disempet, pada kenyataannya dia berbohong karena merasa takut dan berdosa TA tidak berani meminta maaf kepada guru BK tersebut. Siswa lain yang berinisial FADB (XI IPS 1) adalah siswa yang sering tidak masuk 8 kali tanpa keterangan yang jelas, FADB menginginkan pindah sekolah ke SMA Jatirogo karena kekasihnya berada di SMA tersebut namun karena perbedaan kurikulum menjadikan FADB tidak bisa pindah ke SMA yang ia inginkan. Menurut informasi dari guru Bimbingan dan Konseling FADB tinggal terpisah dengan kedua orang tua yang menjadikan FADB merasa kurang diperhatikan. Di Tuban FADB tinggal bersama tantenya hal tersebut semakin membuat FADB merasa semakin tidak nyaman karena sering di kekang dan akhirnya FADB memutuskan untuk pindah sekolah. Selain itu siswa yang berinisial KMJ (XII IPS 3) yang merupakan siswa pindahan merespon lingkungan barunya dengan menyendiri ketika berada di kelas, dan tidak berusaha menjalin hubungan sosial dengan teman-teman di sekolah. Menurut keterangan dari guru BK KMJ

memiliki banyak teman di dunia maya (jejaring social media) berbanding terbalik dengan keadaan di sekolah dan akhirnya memutuskan untuk pindah ke sekolah lain.

Dari berbagai fenomena yang terjadi di SMA Negeri 3 Tuban diatas dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang muncul antara lain seringnya siswa membolos atau tidak masuk sekolah dengan berbagai faktor diatas, permasalahan dengan guru mata pelajaran, tidak peduli dengan menjalin hubungan sosial dengan teman-teman disekolah, terlambat masuk sekolah dengan berbagai alasan sampai loncat pagar, meninggalkan jam pelajaran tertentu dan memilih untuk pergi kekantin serta ingin pindah dari sekolah. Dari berbagai permasalahan diatas merupakan hal yang tidak sesuai dengan aspek- aspek penyesuaian diri di lingkungan sekolah menurut Schneiders

Dalam pandangan Gestalt tentang hakikat manusia bahwa manusia memiliki kesanggupan untuk memikul tanggung jawab yang hidup sebagai pribadi yang terpadu, selaras, dan tidak terpecah belah secara keseluruhan. Maksud dari pribadi yang terpadu, selaras dan tidak terpecah belah yaitu siswa mampu untuk menangani masalah- masalah yang sedang dihadapi, dalam konteks tersebut siswa harus menomorsatukan sekolah. Dia memiliki tanggung jawab sehingga masalah- masalah yang lain itu tidak membuat dia menjadi tidak fokus atau terpecah belah sebagai siswa yang memiliki kewajiban untuk bertanggung jawab menomorsatukan sekolah (Corey,2010:118).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Konselor SMA Negeri 3 Tuban pada tanggal 6 Februari 2014 menyebutkan bahwa beberapa upaya telah dilakukan untuk mengelola penyesuaian diri siswa, misalnya pada setiap tahun ajaran baru pihak sekolah telah melaksanakan MOS (Masa Orientasi Siswa) untuk siswa kelas X yang bertujuan untuk memudahkan siswa dalam proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah dan siswa- siswi yang lain. Tidak hanya hal tersebut upaya pencegahan dan penanganan juga menjadi alternatif bantuan yang diberikan oleh Konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa.

Berdasarkan uraian masalah diatas peneliti ingin memperoleh gambaran secara jelas fenomena-fenomena dari masalah penyesuaian diri siswa di sekolah yang dihadapi siswa SMA Negeri 3 Tuban serta penanganan Konselor untuk menyelesaikan masalah tersebut. Salah satu cara yaitu dengan melakukan penelitian yang berjudul "Penanganan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri Siswa SMA Negeri 3 Tuban Menurut Konseling Gestalt".

## KAJIAN PUSTAKA

### A. Penyesuaian Diri

#### 1. Definisi Penyesuaian Diri

Setiap individu pasti menginginkan dirinya dapat diterima dengan baik, tapi terkadang apa yang diinginkan tidak sesuai dengan kenyataan, seringkali individu mengalami kendala dalam melakukan penyesuaian diri, agar dapat diterima olehnya maka harus mampu mengadakan penyesuaian diri

Menurut Schneiders (dalam Kusdiyati dkk,2011) penyesuaian diri (*adjustment*) adalah suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan di dalam dirinya. Keharmonisan tersebut dicapai dengan cara individu memiliki kesanggupan memikul tanggung jawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai pribadi yang terpadu. Disebabkan oleh masalah-masalah tertentu dalam perkembangannya, individu dalam perkembangannya memiliki masalah- dalam penyesuaian diri di sekolah yaitu menyesuaikan diri antara peraturan dengan kondisi lingkungannya atau kondisi psikologisnya (Corey, 2010: 118).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan interaksi yang terjadi secara terus – menerus terhadap diri sendiri, orang lain, dan seseorang tersebut mampu untuk menyeimbangkan tuntutan dari dalam dirinya dan tempat seseorang tersebut berinteraksi, sehingga terjadi kesesuaian antara dirinya dan sekitarnya.

#### 2. Faktor Penghambat Penyesuaian Diri Siswa

Menurut Schneiders (dalam Kusdiyati dkk,2011) faktor-faktor yang menghambat penyesuaian diri adalah:

##### a. Keadaan fisik

Kondisi fisik individu merupakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan sistem-sistem tubuh yang baik merupakan syarat bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik.

##### b. Perkembangan dan kematangan

Bentuk-bentuk penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Sejalan dengan perkembangannya, individu meninggalkan tingkah laku infantil dalam merespon.

##### c. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustrasi, kecemasan dan cacat mental akan dapat melatarbelakangi adanya hambatan dalam penyesuaian diri.

##### d. Keadaan

Keadaan keluarga memegang peranan penting pada individu dalam melakukan penyesuaian diri. Susunan individu dalam keluarga, banyaknya anggota keluarga, peran sosial individu serta pola hubungan orang tua dan anak dapat mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri.

##### e. Tingkat religiusitas dan kebudayaan

Religiusitas merupakan faktor yang memberikan suasana psikologis yang dapat digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lain. Kebudayaan pada suatu masyarakat merupakan suatu faktor yang membentuk watak dan tingkah laku individu untuk menyesuaikan diri dengan baik atau justru membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri

Sedangkan menurut (Hariyadi dkk, 2003) menjelaskan bahwa pada dasarnya proses penyesuaian

diri siswa dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun penjelasan dari kedua faktor tersebut adalah sebagai berikut :

a).Faktor – faktor internal

Faktor internal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri individu adalah :

- 1). Faktor Motif.
- 2). Faktor Konsep Diri Siswa
- 3). Faktor Persepsi Siswa
- 4). Faktor Sikap Siswa
- 5). Faktor Intelegensi dan Minat
- 6). Faktor Kepribadian

b). Faktor Eksternal

Faktor–faktor eksternal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri siswa adalah:

- 1). Faktor Keluarga
- 2). Kondisi Sekolah
- 3). Faktor Kelompok Sebaya
- 4). Prasangka sosial
- 5). Faktor Hukum dan Norma Sosial

Peneliti setuju dengan pendapat dari Schneiders bahwa faktor- faktor penyebab masalah penyesuaian diri di sekolah yang dialami oleh siswa yaitu diantaranya adalah keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan dan tingkat religiusitas dan kebudayaan.

### 3. Bentuk – Bentuk Penyesuaian Diri

Menurut *Schneiders* (dalam Kusdiyati dkk,2011), bentuk- bentuk penyesuaian diri terdiri dari :**(A) penyesuaian diri personal, (B) penyesuaian diri sosial, (C) penyesuaian diri marital atau perkawinanan (D) penyesuaian diri vokasional**

#### A. *Penyesuaian diri personal.*

Yang dimaksud penyesuaian diri personal yaitu menyeimbangkan tuntutan dari dalam diri sendiri dari segi kebutuhan fisik, psikis dan afeksi. Ketiga aspek tersebut saling berhubungan secara integral.

Dalam penyesuaian diri personal ini meliputi:

- 1) *Penyesuaian diri fisik dan emosi.*
- 2) *Penyesuaian diri seksual.*
- 3) *Penyesuaian diri moral dan religius.*

#### B. *Penyesuaian diri sosial.*

Yang dimaksud penyesuaian diri sosial termasuk di dalamnya, rumah, sekolah dan masyarakat merupakan aspek khusus dari kelompok sosial. Ketiga aspek tersebut saling berhubungan secara integral.

Dalam penyesuaian diri sosial ini meliputi:

- 1) *Penyesuaian diri terhadap rumah dan keluarga.*
- 2) *Penyesuaian diri terhadap sekolah.*

Adapun 5 aspek penyesuaian diri di sekolah menurut Schneiders (dalam Kusdiyati dkk,2011) diantaranya yaitu:

#### 1. *Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah.*

Ditunjukkan dengan siswa patuh dan disiplin untuk bersedia menerima dan menghormati kebijakan dan tata tertib yang berlaku di sekolah. Hal tersebut dapat ditunjukkan oleh siswa dengan mematuhi

peraturan tertulis yang harus dipatuhi oleh siswa yaitu:

- 1.Hadir di sekolah sebelum bel berbunyi yaitu pukul 07.00 pagi
- 2.Harus ada di sekolah selama waktu sekolah berlangsung.
  - a). Pada hari Senin dan Selasa yaitu antara pukul 07.00 –13.35.
  - b). Pada hari Rabu, Kamis dan Sabtu yaitu antara pukul 07.00- 12.45.
  - c). Pada hari Jum'at yaitu antara pukul 07.00- 11.00.
- 3.Siswa yang keluar di waktu sekolah, harus seizin guru piket
- 4.Kehadiran kurang dari 90% akan dikenai skorsing, tidak naik kelas, atau dikembalikan kepada orang tua
- 5.Pakaian harus dimasukkan ke dalam (kecuali pakaian pramuka putri dan baju koko), lengan baju tidak boleh dilipat, tidak boleh terlalu besar atau sempit,model standar, panjang rok semata kaki, menggunakan sepatu hitam, dan kaoskaki putih.
- 6.Bila sakit boleh menggunakan *sweater* atau jaket di lingkungan sekolah.
- 7.Seragam olah raga hanya digunakan pada saat olah raga.
- 8.Sejumlah larangan misal: merusak, menulis atau mencoret-coret meja, dinding,kursi, dan pintu.

#### 2. *Berminat dan berpartisipasi pada aktifitas sekolah.*

Ditunjukkan dengan siswa mampu berpartisipasi dalam kegiatan non akademik untuk mengembangkan potensi dirinya.Dalam hal ini siswa diwajibkan memilih kegiatan ekstrakurikuler untuk menunjang kemampuan atau potensi yang dimiliki oleh masing- masing siswa berdasarkan minat mereka masing- masing. Kegiatan ekstrakurikuler diantaranya yaitu:

1. Ekstra Bola Volly
2. Ekstra Seni Musik/Band
3. Ekstra Teater
4. Ekstra Basket
5. Ekstra Sepak Bola
6. Ekstra Pecinta Alam
7. Ekstra Dance & Fashion
8. Ekstra Karate
9. Olimpiade Matematika (IMO)
10. Olimpiade Kimia (ICHO)
11. Olimpiade Fisika (IPHO)
12. Olimpiade Biologi (IBHO)
13. Tenis Meja ( Pingpong )
14. Olimpiade Bahasa Inggris
15. Astronomi
16. Olimpiade Ekonomi/Akuntansi
17. Ekstra Renang
18. Ekstra KIR (Karya Ilmiah Remaja)
19. Ekstra Tari
20. Ekstra Jurnalistik/Mading
21. Olimpiade PMR/UKS

22. Ekstra BARA
23. Ekstra Peningkatan Imtaq
24. Ekstra Seni Hadrah
25. Ekstra Teknologi Informasi & Komputer
26. Pecinta Lingkungan Hidup
27. Kebumian
28. Geografi

3. *Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur- unsur sekolah.*

Ditunjukkan dengan siswa mampu menjalin hubungan sosial yang baik dengan kepala sekolah , guru, staf tata usaha, teman sebaya maupun warga sekolah lainnya. Siswa dapat menghormati dan menghargai semua warga sekolah serta berperilaku baik agar terciptanya hidup harmonis dalam lingkungan sekolah.

4. *Mau menerima tanggung jawab.*

Ditunjukkan dengan siswa mampu mengikuti kegiatan akademik secara aktif, tidak meninggalkan sekolah pada saat kegiatan jam belajar mengajar berlangsung (kecuali dengan alasan tertentu atau kepentingan mendesak), tidak pernah membolos, melaksanakan jadwal piket kebersihan kelas yang telah disetujui masing-masing siswa perkelas, dan mengumpulkan tugas- tugas dengan tepat waktu untuk pencapaian belajarnya .

5. *Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan.*

Ditunjukkan dengan siswa mampu mengembangkan bakat, minat dan kemampuan dibidang akademik maupun non akademik untuk ketercapaian visi dan misi sekolah. Yaitu siswa bersedia mengikuti perlombaan di bidang akademik maupun non akademik untuk mewakili sekolah agar dapat membawa harum nama sekolah.

Dari ke 5 aspek penyesuaian diri diatas menunjukkan tentang tanggung jawab siswa , bagaimana siswa menyesuaikan diri terhadap peraturan di sekolah. Hal ini menjadi tujuan terapi Gestalt yaitu membantu klien agar menemukan pusat dirinya maksudnya jika siswa memiliki kesadaran pada tanggung jawab dirinya maka dia harus menyesuaikan dengan tuntutan yang ada di sekolah untuk mencapai kesadaran (Corey,2010:124).

3) *Penyesuaian diri terhadap masyarakat*

C. *Penyesuaian diri marital atau perkawinan.*

Penyesuaian diri ini pada dasarnya adalah seni kehidupan yang efektif, bermanfaat, bertanggung jawab. Hubungan dan harapan yang terdapat dalam perkawinan membutuhkan penyesuaian diri dari setiap individu yang menjalankan perkawinan.

D. *Penyesuaian diri vokasional.*

Penyesuaian diri ini berhubungan erat dengan penyesuaian diri dengan akademis atau pendidikan.

Sedangkan menurut *Sofyan Willis (2005)* bahwa penyesuaian diri dibedakan menjadi:

A. *Penyesuaian diri dalam keluarga*

Dalam penyesuaian diri di dalam keluarga yang terpenting adalah penyesuaian diri terhadap orang tua sehubungan dengan sikap orang tua dari ketiga sikap orang tua , yaitu otoriter, liberal, dan demokratis. Sikap demokratislah yang memungkinkan terjadinya penyesuaian diri yang baik dan wajar pada setiap anak.

B. *Penyesuaian diri di sekolah.*

Dalam penyesuaian diri di sekolah yang terpenting adalah penyesuaian diri terhadap teman sebaya, terhadap guru, mata pelajaran, sekolah dan masyarakat.

1. *Penyesuaian diri terhadap teman sebaya*

2. *Penyesuaian diri terhadap guru*

3. *Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran.*

4. *Penyesuaian diri terhadap personil sekolah lainnya.*

5. *Penyesuaian diri dimasyarakat.*

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli diatas peneliti setuju dengan pendapat **Schneiders** Dengan adanya kemampuan penyesuaian diri yang baik pada diri siswa dilingkungan sekolah maka siswa mampu mencapai tugas perkembangannya secara optimal.

## B. KONSELING GESTALT

Salah satu penanganan kounselor terhadap masalah penyesuaian diri siswa yaitu dengan menggunakan konseling Gestalt. Dalam pandangan Gestalt tentang hakikat manusia bahwa manusia memiliki kesanggupan untuk memikul tanggung jawab yang hidup sebagai pribadi yang terpadu, selaras, dan tidak terpecah belah secara keseluruhan.

1. **Tujuan konseling Gestalt menurut Seligman (dalam Darminto, 2007), adalah sebagai berikut:**

- a) Mencapai kesadaran diri
- b) Menghayati hidup pada tataran di sini dan sekarang
- c) Mengungkapkan masalah- masalah pribadi yang terselesaikan
- d) Mencapai dan memanfaatkan sumber-sumber potensi pribadinya.
- e) Meningkatkan *sense of wholeness*, integrasi dan keseimbangan

2. **Teknik Konseling Gestalt**

Pendekatan Gestalt memiliki banyak teknik. Berikut adalah beberapa model teknik konseling Gestalt berdasarkan Levitsky dan Persl (dalam Corey,2010) :

a). Teknik Permainan Dialog

b). Membuat lingkaran (Berkeliling)

- c). Saya memikul tanggung jawab
- d). Saya memiliki suatu rahasia
- e). Bermain proyeksi
- f). Teknik Pembalikan
- g). Permainan Ulangan.
- h). Permainan Melebih- lebihkan.
- i). Bisakah anda tetap dengan perasaan ini.

#### D. Penanganan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri Siswa

Menurut Corey ( 2010:121), dalam terapi Gestalt konflik tentang urusan- urusan yang tidak terselesaikan mencakup perasaan- perasaan yang tidak terungkapkan seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan, kedudukan, rasa berdosa, rasa diabaikan dan sebagainya, termasuk masalah afektif. Siswa yang berinisial FS dan VBP (XI IPS 3) meninggalkan jam pelajaran B.Inggris ,Matematika dan Akuntansi karena mereka merasa malas mengikuti jam pelajaran B.Inggris, untuk jam pelajaran Matematika mereka tidak suka dengan cara guru menerangkan dan untuk mata pelajaran akuntansi mereka merasa terbebani dan malas mengerjakan tugas yang begitu banyak. Dan saat mereka sulit untuk memahami ke tiga mata pelajaran tersebut , teman- temannya pun enggan untuk dimintai tolong untk menjelaskan kembali bagian materi yang kurang dimengerti, mereka merasa diabaikan oleh teman- temannya yang memiliki kemampuan menguasai mata pelajaran tersebut. Hal tersebut menjadikan mereka semakin tidak peduli dengan kegiatan belajar dikelas dan dan memilih untuk meninggalkan kelas untuk pergi kekantin. Hal tersebut menjadikan mereka merasa di tolak, tidak bisa berbuat apa-apa , putus asa,pasrah,tidak mau berusaha untuk mengerjakan tugas,sehingga tidak bias menyesuaikan diri di sekolah. Padahal tuntutan disekolah siswa mampu beradaptasi di lingkungan sekolah baik di kelas pada saat jam pelajaran atau peraturan- peraturan sekolah secara umum (Corey,2010 : 126).

#### METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan metode surve. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif yaitu: penelitian surve (*survey studies*), studi kasus (*case studies*), penelitian perkembangan (*developmental studis*). (*follow-up studies*), analisis dokumen (*documentary analysis*), dan penelitian korelasional (*correlation studies*). Arikunto

(2007:236).Survei merupakan suatu jenis penelitian dalam bidang: sosial, bisnis, politik, pemerintahan, dan pendidikan. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula hanya sebagian dari populasi. Sedangkan jika pengumpulan data hanya dilakukan pada sebagian dari populasi disebut sebagai *survei sampel*. Arikunto (2009:236). Teknik pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive* yaitu berdasarkan rekomendasi dari guru BK yang mengidentifikasi sebagai siswa yang memiliki permasalahan penyesuaian diri, teknik pengumpulan data dengan triangulasi sumber yaitu mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama. Dari data yang sudah ada yaitu dari konselor dan siswa, kemudian dideskripsikan, dikategorikan, mana pandangan yang sama, yang berbeda, dan mana spesifik dari sumber data tersebut.

Dalam menentukan sumber data ini dilakukan secara *purposive* karena didasarkan pada pertimbangan- pertimbangan khusus baik pada pemilihan lokasi dan subyek penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah (1) wawancara untuk menggali informasi kepada subyek penelitian mengenai bentuk- bentuk masalah penyesuaian diri yang dihadapi oleh siswa, faktor- faktor masalah penyesuaian diri siswa, penanganan yang diberikan konselor untuk mmbantu mengatasi masalah penyesuaian diri siswa serta hambatan yang hadapi konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa dan (2) dokumentasi berupa data- data yang mendukung dalam penelitian.

Teknik analisis data pada penelitian kualitatif dilakukan sebelum penelitian, selama penelitian, dan setelah penelitian. Analisis data dilakukan secara berkelanjutan dan meliputi tiga alur, diantaranya adalah (1) reduksi data, proses pemilihan pemusatan perhatian kepada penyederhanaan, pengabsahan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Dalam reduksi data aktivitas berbentuk penyeleksian, pemfokusan, penyederhanaan, dan pentransformasian data kasar menjadi data bermakna, (2) penyajian data, dalam penyajian data peneliti menggelar data dalam bentuk sekumpulan informasi yang berupa teks naratif maupun bagan. Dalam penyajian data, aktivitas analisis berbentuk pengorganisasian data, sehingga dapat terlihat apa yang menjadi dan menggambarkan kesimpulan sementara, (3) penarikan kesimpulan, dalam hal ini diambil dari data yang terkumpul dan diverifikasi terus-menerus selama penelitian berlangsung agar data yang didapat terjamin keabsahan dan objektivitasnya, sehingga kesimpulan terakhir dapat dipertanggungjawabkan.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### 1. Sajian Hasil Wawancara

A. Berdasarkan sajian data hasil wawancara dapat disimpulkan sebagai berikut :

No.	Pernyataan	Informan	
		Konselor (3 orang)	Siswa (9 orang)
1.	Bentuk-bentuk masalah penyesuaian diri	Masalah penyesuaian diri yang dialami oleh siswa antara lain yaitu -seringnya siswa datang terlambat ke sekolah hal tersebut terjadi karena bebrapa faktor diantaranya yaitu bangun kesiangan, ban bocor, kehabisan bensin, kesiangan di antar kesekolah oleh orang tua mereka	Masalah penyesuaian diri yang pernah saya alami disekolah yaitu -Terlambat datang ke sekolah dengan alasan bangun kesiangan karena sering tidur larut pagi,kehabisan bensin, ban bocor dan orang tua kesiangan mengantar berangkat ke sekolah.
		-meninggalkan kelas pada saat jam pelajaran berlangsung dengan berbagai alasan diantaranya bosan dengan metode mengajar guru, tidak mengerjakan tugas, terlambat masuk ke kelas karena keasyikan dikantin dan lebih memilih tidak masuk kelas daripada kena hukuman atau dimarahi guru	- Malas mengikuti kegiatan belajar dikelas dan memutuskan untuk meninggalkan kelas pada saat jam pelajaran berlangsung, hal tersebut karena metode mengajar guru yang tidak menyenangkan contohnya pada mata pelajaran kimia, matematika,B.Ingggris dan Akuntansi, terkadang tidak sengaja kelamaan di kantin ingin masuk kelas namun daripada dimarahi guru maka lebih memilih untuk tidak mengikuti mata pelajaran dikelas.
		- membolos, siswa melakukan hal tersebut dengan alasan tidak mengerjakan tugas pada mata	- Membolos (tidak masuk sekolah tanpa alasan) hal tersebut karena bangun
		pelajaran tertentu, bangun kesiangan dan malas berangkat kesekolah, nongkrong di warung kopi/ tempat bermain Play Stasion dan merasa diancam teman	kesiangan dari pada disuruh pulang dan boleh masuk sekolah dengan membawa orang tua ,maka lebih memilih untuk bolos sekolah dan pergi nongkrong diwarung kopi atau bermain play station.
		-memiliki permasalahan internal dengan guru mata pelajaran tertentu (hal tersebut menjadi kode etik rahasia konselor), serta siswa merasa memiliki hubungan yang kurang baik terhadap siswa alin dengan alasan sering mendapatkan ancaman ketika berada disekolah	- Merasa tidak nyaman disekolah apabila bertemu dengan guru mata pelajaran tertentu -Merasa tidak nyaman di sekolah karena mendapat ancaman dari teman disekol
		- Antisosial, siswa yang memilih menolak untuk menjalin hubungan sosial dengan siswa lain di lingkungan sekolah namun aktif di social media.	- memilih untuk tidak memperdulikan teman yang ada disekolah dan lebih nyaman untuk menyendiri.
2.	Faktor penyebab masalah penyesuaian diri	faktor perkembangan dan kematangan - Siswa cenderung kurang dapat mengendalikan emosi dan berfikir secara jernih dalam menghadapi masalah sesuai dengan tahapan perkembangan sesuai dengan umur. Mereka	Faktor perkembangan dan kematangan -terkadang kurang bisa mengontrol emosi jika memiliki permasalahan dan tidak bisa menyelesaikan masalah lebih memilih tidak peduli dan melampiaskannya dengan cara

		<p>memilih melampiaskan penyelesaian masalah dalam hal yang kurang positif.</p> <p>Keadaan Psikologis</p> <p>- Merasa frustrasi jika menghadapi permasalahan yang sulit dan merasa tidak focus jika berada di sekolah dan memilih untuk bolos sekolah.</p>	<p>membolos dan bermain bersama teman tanpa memperdulikan akibatnya.</p> <p>Keadaan Psikologis</p> <p>- Merasa frustrasi jika menghadapi permasalahan yang sulit dan merasa tidak focus jika berada di sekolah dan memilih untuk bolos sekolah.</p>		<p>individu dan pada proses konseling individu telah menggunakan beberapa teknik penanganan penyesuaian diri menurut konseling Gestalt yaitu “ teknik memikul tanggung jawab” dan “teknik saya memiliki suatu rahasia”, kunjungan rumah, panggilan orang tua ke sekolah dan konferensi kasus.</p>	<p>pernyataan maupun surat pengakuan, kunjungan rumah dan panggilan orang tua ke sekolah.</p>
		<p>Keadaan Psikologis</p> <p>- Siswa cenderung merasa bahwa permasalahan yang dihadapi selalu sulit dan memilih melampiaskan permasalahan yang dihadapi dengan cara yang salah atau tidak tepat yaitu seperti contohnya membolos.</p>	<p>Keadaan Psikologis</p> <p>- Merasa frustrasi jika menghadapi permasalahan yang sulit dan merasa tidak focus jika berada di sekolah dan memilih untuk bolos sekolah.</p>	4.	<p>Hambatan yang dihadapi Konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri.</p> <p>-Terkendala oleh minimnya waktu penanganan yang diberikan di jam sekolah sehingga mengharuskan untuk memberikan penanganan diluar jam sekolah</p> <p>- Ketidakperdulian orang tua siswa yang bermasalah contohnya susah nya memberikan pengertian dan pemahaman yang lebih terhadap orang tua siswa karena mereka hanya mengetahui jika anak mereka baik- baik saja tanpa masalah.</p>	<p>Karena minimnya waktu penanganan yang diberikan oleh konselor maka tidak jarang konselor meminta untuk berkunjung kerumah konselor, orang tua yang terlalu sibuk dan jarang bisa menghadiri panggilan ke sekolah.</p>
		<p>Keadaan Keluarga</p> <p>- Hal yang paling utama dan pertama yang menjadikan faktor siswa memiliki masalah penyesuaian diri yaitu kasih sayang dan pengertian dari keluarga serta perhatian dari orang tua.</p>	<p>Keadaan keluarga</p> <p>- Jauh dari orang tua, kurang perhatian dan kasih sayang dari keluarga, tidak ada yang peduli menjadikan apa saja permasalahan yang dihadapi adalah suatu cara untuk mendapatkan perhatian baik dari teman, maupun bapak/ Ibu guru.</p>			
3.	<p>Penanganan Konselor terhadap masalah penyesuaian diri</p>	<p>Penanganan yang dilakukan konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri yaitu menggunakan konseling</p>	<p>Dalam setiap permasalahan yang dihadapi konselor memberikan bantuan berupa konseling individu, membuat surat</p>			

## 2. Hasil Dokumentasi

- i. Siswa yang memiliki permasalahan penyesuaian diri diminta konselor untuk membuat surat pernyataan dan siswa bertanggung jawab atas surat pernyataan yang telah di buat
- ii. Pemberian bantuan yang dilakukan konselor tidak hanya dilakukan di sekolah melainkan melalui kunjungan rumah dan surat pernyataan yang diketahui oleh orang tua.
- iii. Melakukan konferensi kasus bagi siswa yang melakukan pelanggaran yang dikategorikan berat sehingga membutuhkan penanganan dalam hal melibatkan berbagai komponen sekolah , seperti

Kepala Sekolah, Waka Kesiswaan, Wali Kelas, dll.

### **Pembahasan Hasil Penelitian**

Masalah penyesuaian diri yang dialami oleh siswa SMA Negeri 3 Tuban diantaranya yaitu seringnya siswa membolos yaitu dengan alasan cara mengajar guru yang tidak menyenangkan, bangun kesiangan dan lebih memilih membolos dari pada terlambat yang akhirnya diminta untuk pulang dan kembali ke sekolah bersama orang tua, siswa yang datang terlambat sekolah hal tersebut karena bangun kesiangan, kehabisan bensin, ban bocor, orang tua yang terlambat mengantar ke sekolah dan pemakaian atribut sekolah yang tidak sesuai dengan peraturan. Selain itu terdapat pula siswa yang memiliki permasalahan dengan guru mata pelajaran tertentu, hal tersebut dialami siswa akibat faktor kecelakaan atau hal yang tidak diinginkan. Meninggalkan kelas pada saat jam pelajaran tertentu, contohnya matematika, akuntansi, B. Inggris dan kimia, hal tersebut dilakukan karena metode mengajar guru yang tidak menyenangkan, belum mengerjakan tugas, terlambat masuk kelas karena keasyikan dikantin. Serta siswa yang memilih merespon lingkungan dengan cara menghindari hubungan sosial dengan siswa lain dan lebih menikmati dunianya sendiri (aktif di social media).

Dari permasalahan penyesuaian diri yang dihadapi oleh siswa SMA Negeri 3 Tuban ada beberapa faktor yang menjadikan siswa memiliki permasalahan tersebut diantaranya yaitu perkembangan dan kematangan siswa dalam menyikapi suatu permasalahan yang dihadapi sehingga siswa melampiaskan penyelesaian masalahnya alam hal yang negative dan berdampak pada penurunan nilai prestasi disekolah, faktor psikologis siswa yaitu siswa selalu merasa sulit dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi sehingga siswa merasa frustrasi menghadapi permasalahannya dan faktor keadaan keluarga yaitu kurangnya perhatian dan kasih sayang dari keluarga menjadikan siswa melampiaskan permasalahannya dengan cara yang kurang tepat.

Penanganan yang diberikan oleh konselor untuk menangani permasalahan penyesuaian diri yang dihadapi oleh siswa yaitu dengan memberikan konseling individu, membuat pernyataan, konferensi kasus bagi siswa yang melakukan pelanggaran berat yang membutuhkan beberapa komponen sekolah dalam menangani permasalahan tersebut, kunjungan rumah, dan undangan orang tua ke sekolah.

Hambatan yang dihadapi konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa yaitu minimnya waktu pemberian bantuan yang diberikan konselor pada jam sekolah, sehingga pemberian bantuan dapat dilakukan diluar jam sekolah sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat. Selain itu ketidakpedulian orang tua terhadap permasalahan yang dihadapi oleh siswa, orang tua cenderung mengetahui dan bersikap keras jika anak mereka baik-baik saja tidak memiliki permasalahan, hal tersebut menjadikan konselor harus memiliki kesabaran yang lebih dalam memberikan pengertian dan pemahaman akan permasalahan yang

dimiliki oleh siswa serta meminta orang tua untuk bekerja sama dalam membantu penanganan masalah yang dihadapi oleh siswa.

Dalam penanganan yang diberikan oleh konselor kepada siswa yang memiliki masalah penyesuaian diri dapat disimpulkan bahwa konselor menggunakan konseling individu dan pada proses konseling individu tersebut konselor telah menggunakan beberapa teknik menurut Gestalt yaitu "saya memikul tanggung jawab" dan "saya memiliki suatu rahasia". Untuk teknik Gestalt "saya memikul tanggung jawab" ditunjukkan dengan siswa diminta konselor untuk membuat surat pernyataan atau surat pengakuan atas permasalahan yang dialaminya dan dalam surat pernyataan atau pengakuan tersebut siswa dituntut untuk bertanggung jawab atas pernyataan yang telah dibuatnya dan harus bisa memegang komitmen tersebut. Sedangkan untuk "saya memiliki suatu rahasia" hal ini dilakukan konselor dengan pendekatan dari hati kepada siswa yang enggan atau merasa sulit untuk mengungkapkan permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Jadi ke dua teknik tersebut digunakan konselor SMA Negeri 3 Tuban dalam menangani masalah penyesuaian diri siswa menurut konseling Gestalt. Dalam proses pemberian bantuan yang dilakukan Konselor untuk menangani masalah penyesuaian diri yang dialami oleh siswa penggunaan teknik "saya memikul tanggung jawab" dan "saya memiliki suatu rahasia" menurut gestalt telah berhasil untuk membuat masalah penyesuaian diri yang dihadapi siswa bisa lebih membaik dan siswa mulai dapat menyesuaikan diri disekolah berdasarkan tugas dan kewajiban disekolah yang harus menomori satuan sekolah. Contohnya dengan dibuatnya kesepakatan antara siswa dan konselor untuk membuat surat pernyataan maupun surat pengakuan, siswa yang sering tidak masuk sekolah tanpa keterangan menunjukkan perubahan tingkah laku yang lebih baik yaitu mulai rajin datang ke sekolah belajar untuk mematuhi kesepakatan tersebut.

### **PENUTUP**

#### **Simpulan**

Dari hasil analisis dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini secara umum yaitu:

1. Bentuk- bentuk masalah penyesuaian diri siswa SMA Negeri 3 Tuban yaitu: 1) Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah yaitu terdapat siswa yang membolos karena faktor, datang terlambat ke sekolah, meninggalkan kelas saat jam pelajaran berlangsung dan tidak menggunakan atribut sesuai dengan ketentuan sekolah. 2) Bermotivasi dan berpartisipasi pada aktifitas sekolah yaitu terdapat siswa yang jarang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sekolah bahkan ada yang sama sekali tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sekolah. 3) Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru dan unsur-unsur sekolah yaitu terdapat siswa yang memiliki permasalahan internal dengan guru mata pelajaran tertentu, terdapat siswa yang merasa tidak nyaman karena mendapat ancaman dari teman di sekolah, dan terdapat pula siswa yang antisosial. 4) Mau menerima

taggung jawab yaitu terdapat siswa yang tidak mengumpulkan tugas pada mata pelajaran tertentu. 5). Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, yaitu terdapat siswa yang tidak nyaman dengan jurusan yang telah dipilih dan ingin pindah ke sekolah lain.

2. Faktor- faktor penyebab masalah penyesuaian diri yang dialami siswa yaitu karena faktor perkembangan dan kematangan maksudnya siswa kurang mampu dalam mengendalikan emosi serta berfikir lebih matang sesuai dengan tahap perkembangan sesuai usianya, faktor psikologis maksudnya siswa sering merasa frustrasi terhadap masalah yang dihadapinya sehingga berdampak negatif pada prestasi akademis disekolah dan faktor keadaan keluarga maksudnya kurangnay perhatian dan kasih sayang dari orang tua serta kenyamanan yang didapat siswa dari keharmonisan sebuah keluarga bahkan terhadap keadaan keluarga yang "broken home".
3. Penanganan Konselor terhadap masalah penyesuaian diri siswa yaitu Penanganan yang dilakukan konselor dalam menangani masalah penyesuain diri yaitu menggunakan konseling individu dan pada proses konseling individu telah menggunakan beberapa teknik penanganan penyesuaian diri menurut konseling Gestalt yaitu " memikul tanggung jawab" dan "saya memiliki suatu rahasia".
4. Hambatan yang dihadapi oleh Konselor dalam menangani masalah penyesuaian diri adalah minimnya waktu yang dimiliki konselor dalam memberikan penanganan pada saat jam sekolah serta ketidakperdulian orang tua siswa yang bermasalah dan susahnya memberikan pengertian dan pemahaman kepada orang tua siswa yang memiliki permasalahan.

#### SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat di ajukan saran sebagai berikut:

##### a. Bagi Sekolah

1. Bagi guru Bimbingan dan Konseling / Konselor
  - Guru BK perlu melaksanakan penanganan secara kelompok seperti bimbingan kelompok maupun konseling kelompok untuk mengatasi siswa yang memiliki permasalahan penyesuaian diri yang sama contohnya seperti membolos dan datang terlambat ke sekolah agar hal tersebut tidak membawa pengaruh bagi siswa yang lain.

##### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya dengan masalah yang sama yaitu mengenai masalah penyesuaian diri siswa dan untuk mengakaji permasalahan penyesuaian diri siswa lebih mendalam lagi.

#### DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2007 *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Darminto, Eko. 2007. *Teori- teori Konseling: teori dan praktek konseling dari berbagai orientasi teoritik*. Surabaya : Unesa University Press

Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Pt. Refika Aditama : Bandung

Hariyadi, Sugeng., dkk. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Cetakan Pertama. Semarang: upt mkdk Universitas Negeri Semarang.

Hurlock, Elizabeth. Tanpa Tahun. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.

Kusdiyati, Sulisworo, dkk. 2011. *Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung*. (Online). (<https://www.google.com/search?q=jurnal+Penyesuaian+Diri+Di+Lingkungan+Sekolah+Pada+Siswa+Kelas+XI+SMA+Pasundan+2+Bandung&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a&channel=np&source=hp>). (diakses 30 Desember 2013)

Mu'tadin, Z. 2002. *Penyesuaian Diri Remaja*. (Online). (<http://www.e-psikologi.com>, diakses 20 Desember 2013)

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta

Purwoko, Budi dan Pratiwi, Titin Indah. 2007. *Pemahaman Individu Melalui Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.

Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum Dalam Lintas Sejarah*. Bandung. Pusaka Sugiyono. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.

Sudrajat, Akhmad. 2008. *Pendekatan Konseling Rasional Emotif*. (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/pendekatan-konseling-gestalt/>, diakses tanggal 3 January 2014)

Willis, Sofyan. 2005. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.