

UPAYA MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA “F” TERHADAP PERUBAHAN KONDISI KELUARGA MELALUI KONSELING REALITAS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 INDRALAYA UTARA

Devita Sary, Harlina, Imron A. Hakim
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sriwijaya
prodibk@fkip.unsri.ac.id

Abstract : *The objective of this study was to improve self adaptation of student “F” toward the changes in family condition through reality counseling in SMA N 1 Indralaya Utara. Guidance and counseling action research method was used in this study. The data were analyzed in a descriptive qualitative way. Observation and interview were done for collecting the data. The result showed that counseling reality which emphasizes on the desire exploration and action planning by the counselee could improve the self adaptation of student “F” toward the changes of family condition. This result was supported by the score improvement of the interview before and after the treatment in the second cycle. In the first cycle, the reality counseling focused on the expressing desire exploration of the counselee toward the family. In the second cycle, the counseling reality process emphasized on the step of action planning especially giving the positive encouragement and motivating the counselee to do the action which has been well planned. Thus, the counseling reality could be used to improve the self adaptation of student “F” toward the changes of family condition.*

Key words: *Self Adaptation, Family Condition, Reality counseling*

Abstrak : *Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga melalui konseling realitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara. Metode penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan konseling realitas yang menekankan pada eksplorasi keinginan dan perencanaan tindakan oleh konseli dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga. Hasil penelitian ini didukung dengan adanya peningkatan skor hasil wawancara sebelum dilakukan tindakan konseling realitas sampai setelah tindakan pada siklus kedua. Pada siklus pertama proses konseling realitas menekankan pada eksplorasi atau pengungkapan keinginan-keinginan konseli terhadap keluarga. Pada siklus kedua proses konseling realitas menekankan pada tahap perencanaan tindakan khususnya pemberian dorongan positif dan memotivasi konseli untuk melaksanakan tindakan yang direncanakan dengan baik. Dengan demikian, tindakan konseling realitas dapat digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga.*

Kata Kunci : *Penyesuaian Diri, Kondisi Keluarga, Konseling Realitas*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan sebagai

faktor utama dalam pembentukan pribadi manusia. Salah satu komponen dalam sistem pendidikan adalah peserta

didik. Peserta didik merupakan pribadi-pribadi yang sedang berada dalam proses perkembangan. Dalam tahap perkembangannya siswa SMA digolongkan sebagai masa remaja. Hurlock (1999:206) memberi batasan masa remaja berdasarkan usia kronologis, yaitu antara tiga belas tahun hingga enam belas atau tujuh belas tahun. Masa remaja ditinjau dari rentang kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Setiap individu mempunyai tugas-tugas perkembangan yang berbeda dalam fase kehidupannya. Menurut Hurlock (1999:213) salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Penyesuaian sosial pada masa remaja dipengaruhi kemampuan menyesuaikan diri individu masing-masing.

Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, dan emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis

(Kartono, 2002:56). Fatimah (2008:198) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, (Schneiders dalam Desmita, 2009:192)

Dari pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk memiliki hubungan yang harmonis dengan lingkungan, dapat mengatasi kebutuhan dirinya, konflik-konflik dan frustrasi yang terjadi dalam hidupnya, serta memiliki perilaku sesuai dengan kondisi lingkungannya.

Menurut Willis (2012:55) salah satu dari jenis penyesuaian diri adalah penyesuaian diri di dalam keluarga. Fatimah (2006:210) menjelaskan bahwa perkembangan penyesuaian diri remaja sangat bergantung pada sikap penolakan orangtua, suasana psikologi dan sosial dalam kehidupan keluarga.

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan yang pertama dan utama bagi anak-anak dan remaja. Pendidikan keluarga lebih menekankan pada aspek moral atau pembentukan kepribadian daripada pendidikan untuk menguasai kepribadian (Hartinah, 2010:164). Sebuah keluarga dikatakan harmonis apabila struktur keluarga itu utuh dan interaksi diantara anggota keluarga berjalan dengan baik, artinya hubungan psikologis diantara mereka cukup memuaskan dirasakan oleh setiap anggota keluarga. Apabila struktur keluarga tidak utuh lagi atau tergantikan dengan orang lain misalnya kematian atau perceraian dan pernikahan kedua, maka kehidupan keluarga bisa jadi tidak harmonis lagi (Willis, 2012:105). Keluarga yang utuh tidak sekedar berkumpulnya ayah, ibu, dan anak, tetapi juga dalam kondisi fisik dan juga psikis. Antara keluarga yang utuh dan yang pecah mempunyai pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan anak (Ahmadi, 2007:229)

Keluarga utuh memiliki perhatian yang penuh atas tugas-tugasnya sebagai orang tua. Sebaliknya keluarga yang pecah atau broken home perhatian terhadap anaknya kurang (Ahmadi 2007:230). Kurangnya perhatian dan

kasih sayang dari orang tua dapat berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti selama Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara serta hasil dari kegiatan konseling individual dapat diketahui bahwa seorang siswa "F" kelas X.4 di SMA Negeri 1 Indralaya Utara memiliki daya penyesuaian diri yang kurang terhadap kondisi keluarga khususnya perubahan kondisi keluarga. Keluarga "F" mengalami perubahan sejak ibu "F" meninggal. Ibu "F" meninggal saat ia duduk di kelas VIII SMP dan saat ini ayahnya menikah dengan wanita yang memiliki tiga orang anak. Siswa tersebut dikategorikan siswa yang memiliki penyesuaian diri yang kurang terhadap perubahan kondisi keluarga dapat dilihat dari cara "F" yang tak acuh dengan keluarga barunya, "F" tidak menyukai ibu tirinya dan merasa diperlakukan tidak adil oleh ayahnya, nilai pelajaran yang menurun sejak ibunya meninggal, "F" sering merasa kesepian, merasa tidak ada yang menyayangi dan memperhatikan, juga sering merasa iri kepada teman-temannya yang memiliki keluarga utuh

dan merasa tidak nyaman di rumah. "F" lebih senang berada di asrama daripada di rumah, ia jarang pulang ke rumah saat akhir pekan.

Jika hal ini diabaikan maka akan membuat siswa tersebut memiliki hambatan-hambatan di masa yang akan datang serta dapat menimbulkan sikap dan perilaku negatif yang merugikan dirinya maupun lingkungan.

Dari permasalahan di atas peneliti merasa perlu memahami lebih dalam masalah yang dialami "F" dan membantu "F" untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam hal ini siswa "F" memiliki penyesuaian diri yang kurang terhadap perubahan kondisi keluarga. Bantuan yang diberikan berupa layanan konseling individual melalui konseling realitas. Konseling Individual menurut Prayitno dan Amti (2004:105) adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.

Konseling realitas diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat bertanggung jawab atas semua tindakan yang dilakukan. Dalam hal ini peneliti

menggunakan sistem intervensi konseling realitas dalam pemberian layanan konseling individual. Ada empat sistem intervensi, yaitu *want* (eksplorasi keinginan), *Doing Direction* (Tindakan), *evaluation* (evaluasi), dan *plan* (rencana). Glesser (dalam Corey, 2005:263) mengemukakan bahwa konseling realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang, terapi ini berfungsi untuk membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Pemberian layanan konseling realitas diharapkan dapat membantu siswa meningkatkan penyesuaian diri khususnya terhadap perubahan kondisi keluarga. Dengan demikian nantinya siswa akan mampu menerima atas pengalaman hidup yang dilaluinya khususnya di dalam keluarga, mampu menyesuaikan diri dengan kondisi keluarga, dan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan keluarga.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah melalui konseling realitas dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara ?. Selanjutnya

tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga melalui konseling realitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara.

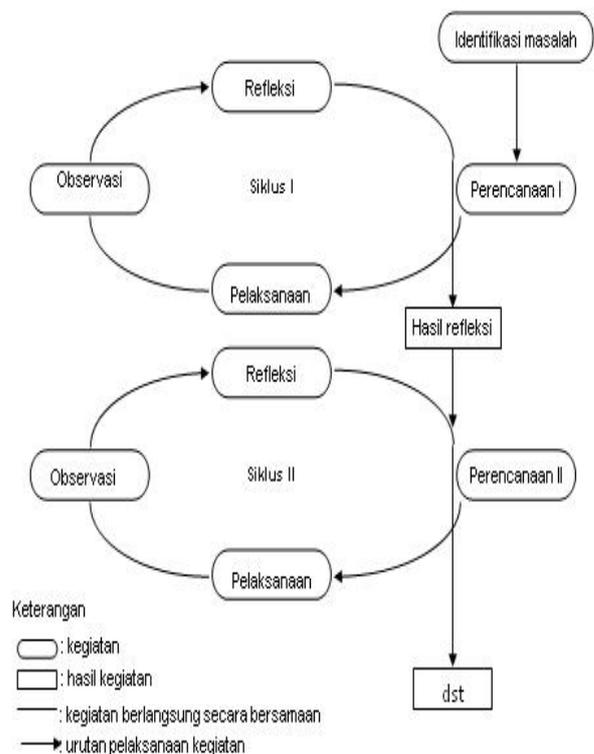
Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, yaitu dapat menambah pengetahuan dan sumbangan yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang bimbingan dan konseling dengan ditemukannya hasil penelitian baru tentang upaya meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap perubahan kondisi keluarga.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Fokus penelitian ini adalah upaya memberikan layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga. Subjek penelitian yaitu "F" siswa kelas X.4 SMA Negeri 1 Indralaya Utara. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara.

Penelitian ini terdiri dari dua siklus dan setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Setiap kali pertemuan dilakukan selama 1 x 45 menit. Siklus penelitian dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart (dalam Arikunto, 2010 : 137) yang terdiri dari empat fase yaitu perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi tindakan, dan refleksi. Tahap-tahap penelitian ini dapat dilihat dari gambar berikut :

Gambar 1
Alur pelaksanaan penelitian tindakan



Keterangan :

Gambar ini diadaptasi dari Kemmis dan Mc Taggart (dalam Arikunto, 2010 : 137)

Tindakan yang dilakukan adalah layanan konseling individual melalui konseling realitas dengan menggunakan prosedur WDEP (*want, doing direction, evaluation, plan*) dalam kegiatan inti. Data yang diperoleh dari penelitian ini dianalisis secara deskriptif kualitatif.

HASIL

Sebelum memberikan tindakan konseling realitas peneliti melakukan persiapan penelitian. Persiapan tersebut yaitu menentukan jadwal pertemuan dengan konseli, mempersiapkan instrumen penelitian, mempersiapkan alat dan perlengkapan seperti kamera dan perekam suara. Sebelum diberikan tindakan pada siklus pertama, peneliti melakukan pengamatan di sekolah khususnya ruangan yang akan digunakan untuk mengadakan konseling realitas. Ruangan yang digunakan adalah ruangan konseling individual di SMA Negeri 1 Indralaya Utara. Selain itu peneliti juga melaksanakan wawancara pendahuluan pada tanggal 31 Januari 2014 untuk mendapatkan data awal tentang penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga sebelum diberikan tindakan. Siklus pertama, tindakan konseling realitas

dilakukan pada tanggal 1 Februari 2014 di ruang konseling bersama guru BK sebagai kolaborator yang mengobservasi jalannya tindakan konseling realitas yang diberikan.

Pada siklus pertama, proses konseling realitas menekankan pada tahap eksplorasi keinginan. Hal ini disebabkan oleh konseli yang masih ragu untuk mengutarakan keinginannya. Setelah diberikan tindakan, peneliti kembali mewawancarai konseli dan teman konseli untuk mengetahui kondisi "F" setelah diberikan tindakan.

Pada siklus kedua, tindakan dilakukan pada tanggal 18 Februari 2014 di ruang konseling SMA Negeri 1 Indralaya Utara. Sebelum memberikan tindakan peneliti mengidentifikasi masalah yang muncul pada siklus pertama dan meninjau kembali hasil refleksi pada siklus pertama. Proses konseling pada siklus kedua terlaksana dengan lebih baik, peneliti dan konseli sudah memiliki hubungan yang lebih baik dibanding siklus pertama sehingga konseli lebih leluasa untuk mengutarakan permasalahannya kepada peneliti. Pada siklus kedua peneliti menekankan pada pemberian penguatan dan dorongan positif kepada konseli

untuk melaksanakan tindakan yang ia rencanakan dengan baik.

Selanjutnya data tentang hasil skor penyesuaian diri siswa "F" terhadap keluarga dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1
Skor Penyesuaian Diri Siswa "F" Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga

	Skor Sebelum Tindakan	Skor Setelah Sikus 1	Skor Setelah Sikus 2
Aspek 1	1	2	3
Aspek 2	0	1	4
Aspek 3	4	7	8
Total	5	10	15
Persentase (%)	25	50	75
Kategori	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi
Ket : Aspek 1 : Memiliki hubungan yang harmonis dengan keluarga Aspek 2 : Dapat mengatasi kebutuhan dirinya, konflik dan frustrasi yang terjadi dalam hidupnya (khususnya terhadap keluarga) Aspek 3 : Memiliki perilaku yang sesuai dengan kondisi keluarga			

Dari data tersebut dapat terlihat bahwa terjadi perubahan skor penyesuaian diri siswa "F" dari kategori sangat rendah dengan skor lima sebelum diberikan tindakan menjadi skor sepuluh yang dikategorikan rendah setelah

tindakan siklus pertama. Kemudian menjadi kategori tinggi pada siklus kedua.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa konseling realitas merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang perlu dilaksanakan di sekolah. Layanan konseling realitas merupakan bentuk layanan bantuan yang difokuskan pada masa sekarang. Pada penelitian ini peneliti membantu konseli untuk menyelesaikan masalahnya dengan cara menghadapi kenyataan dan berusaha agar konseli dapat memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain. Konseli diarahkan untuk dapat mempertanggungjawabkan dirinya sendiri dalam melakukan suatu tindakan.

Sebelum diberikan tindakan, konseli mengalami penyesuaian diri rendah terhadap perubahan kondisi keluarga yang dilihat dari cara "F" yang tak acuh dengan keluarga barunya, "F" tidak menyukai ibu tirinya dan merasa diperlakukan tidak adil oleh ayahnya, nilai pelajaran yang menurun sejak ibunya meninggal, "F" sering merasa kesepian, merasa tidak ada yang

menyayangi dan memperhatikan, juga sering merasa iri kepada teman-temannya yang memiliki keluarga utuh dan merasa tidak nyaman di rumah. "F" lebih senang berada di asrama daripada di rumah, ia jarang pulang ke rumah saat akhir pekan. Kemudian konseli diberikan tindakan yang berupa konseling realitas. Tindakan konseling realitas pada penelitian ini menggunakan empat langkah intervensi yaitu mengeksplorasi keinginan konseli, meninjau kembali tindakan yang pernah dilakukan konseli untuk memenuhi kebutuhan atau keinginannya, mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan dan merencanakan kembali tindakan yang akan dilakukan konseli.

Kegagalan penyesuaian diri dapat ditandai oleh emosi dan rasa ketidakpuasan terhadap suatu hal (Fatimah, 2006:207), permasalahan yang dihadapi "F" diakibatkan karena emosi dan rasa ketidakpuasan atas sikap ibu tirinya yang tidak memberikan respon balik kepada "F" atas keinginan "F" untuk memiliki hubungan yang baik dengan ibu tirinya. Untuk membantu "F" dalam meningkatkan penyesuaian diri terhadap perubahan kondisi keluarga dilakukan tindakan konseling realitas yang menekankan pada eksplorasi

keinginan pada siklus pertama. Hal ini untuk meyakinkan "F" atas keinginan-keinginan "F" yang lama untuk dapat dicapai saat ini. Sedangkan pada siklus kedua "F" diberikan dorongan-dorongan dan motivasi agar "F" yakin atas kemampuan dirinya untuk dapat melaksanakan tindakan yang telah ia rencanakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga dapat dibantu dengan memberikan layanan konseling individual melalui konseling realitas

Setelah diberikan tindakan, dapat diketahui bahwa skor penyesuaian diri "F" mengalami peningkatan. Skor penyesuaian diri yang diperoleh sebelum tindakan "F" adalah lima yang dikategorikan sangat rendah, kemudian skor penyesuaian diri menjadi 10 yang dikategorikan rendah, dan kemudian setelah diberikan tindakan pada siklus kedua "F" memperoleh skor sebesar 15 yang dikategorikan tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa konseling realitas yang diberikan oleh peneliti dapat membantu siswa "F" dalam meningkatkan penyesuaian dirinya terhadap perubahan kondisi keluarga.

Penelitian yang relevan juga dilakukan oleh Heryadi (2013) dengan

permasalahan tentang penyesuaian penerimaan diri (self acceptance) melalui konseling realitas. Heryadi mengungkapkan bahwa kemampuan konselor untuk membangun hubungan interpersonal dalam proses konseling merupakan elemen terpenting yang sangat berpengaruh dengan keberhasilan proses konseling. Hal ini tidak jauh berbeda dengan penelitian ini yang menitik beratkan pada kemampuan peneliti dalam berkomunikasi untuk membantu konseli dalam meningkatkan penyesuaian diri.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Cholifatul dan Indah dengan judul Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah dengan teknik pengumpulan data hanya menggunakan angket sehingga peneliti tidak bisa mengamati langsung perubahan siswa. Begitu juga pada penelitian ini yang hanya melihat perubahan siswa dari hasil wawancara tanpa ada pengamatan kepada siswa untuk melihat secara langsung perubahan penyesuaian diri siswa.

Dari penelitian ini, selain terjadinya perubahan yang positif pada konseli tentang penyesuaian dirinya terhadap perubahan kondisi keluarga,

diketahui pula kekurangan atau kelemahan dari penelitian ini, baik dari proses pelaksanaan maupun dari instrumen yang digunakan. Kekurangan dari penelitian ini adalah saat memberikan pertanyaan kepada konseli seharusnya peneliti menggunakan bahasa yang lebih sederhana dan aktif dalam bertanya ketika konseli menjawab dengan singkat. Kemudian dari segi proses, konseli lebih leluasa saat berbicara hanya dengan peneliti. Hal ini dapat diperbaiki dengan menggunakan observer yang juga dipercayai konseli. Selain itu, keterbatasan waktu juga menjadi kelemahan pada penelitian ini.

Dalam sebuah penelitian, karakter konseli juga sangat mempengaruhi hasil konseling. Pada awal proses konseling, konseli memiliki konsep pemikiran bahwa penyesuaian diri terhadap keluarga kurang penting bagi dirinya karena konseli merasa tidak mengalami masalah dengan dirinya. Oleh sebab itu, peneliti harus membangun konsep pemikiran yang baru untuk konseli. Hal ini yang juga merupakan salah satu hambatan dalam proses konseling.

Kegiatan konseling realitas ini dapat dilaksanakan kapanpun sesuai dengan masalah siswa. Pengguna layanan konseling realitas harus

memperhatikan segala kendala yang dapat saja terjadi pada saat proses pelaksanaannya. Untuk itu memerlukan pendalaman lebih lanjut terhadap layanan konseling realitas bagi semua peneliti baik dari teknik maupun pelaksanaannya. Selain itu dalam penelitian ini ditemukan beberapa hal yang dapat ditindak lanjuti oleh konselor sekolah seperti permasalahan hubungan “F” dengan neneknya yang ditemukan bahwa saat ini kendala yang dihadapi “F” adalah hubungan antara “F” dan neneknya, serta terus memberikan dorongan positif kepada “F” untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling realitas dapat digunakan untuk membantu meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap keluarga. Penyesuaian diri siswa “F” terhadap keadaan keluarga dapat ditunjukkan dari peningkatan hasil perolehan skor penyesuaian diri. Pada sebelum tindakan siswa “F” mendapatkan skor lima yang dikategorikan sangat rendah. Setelah siklus pertama “F” mendapatkan skor sepuluh yang dikategorikan rendah, dan setelah siklus kedua “F” dapat

dikategorikan tinggi yaitu mengalami peningkatan sebanyak lima angka dengan perolehan skor 15. Setelah siklus kedua ini, “F” sudah memiliki enerima kondisi keluarganya dan mulai menyesuaikan diri dengan kondisi keluarganya saat ini. “F” sudah memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, menerima keberadaan keluarga barunya dan menerima secara positif peristiwa yang terjadi dalam dirinya mengenai orangtuanya.

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga dapat ditingkatkan melalui proses konseling realitas yang menekankan pada proses eksplorasi keinginan dan pemberian motivasi kepada konseli. Namun kekurangan dari penelitian ini adalah saat memberikan pertanyaan kepada konseli seharusnya peneliti menggunakan bahasa yang lebih sederhana dan aktif dalam bertanya ketika konseli menjawab dengan singkat. Kemudian dari segi proses, konseli lebih leluasa saat berbicara hanya dengan peneliti. Hal ini dapat diperbaiki dengan menggunakan observer penelitian yang juga dipercayai konseli. Selain itu, keterbatasan waktu

juga menjadi kelemahan pada penelitian ini.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa layanan konseling individual melalui konseling realitas mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara.

Saran

Dari hasil penelitian ini peneliti dapat memberikan saran untuk guru BK ataupun peneliti lain agar dapat menggunakan metode-metode yang sesuai dalam kegiatan layanan konseling individual untuk membantu meningkatkan penyesuaian diri siswa. Jika menggunakan layanan konseling individual melalui konseling realitas hendaknya dapat menciptakan hubungan yang baik dengan konseli sehingga tidak membuat konseli ragu dalam mengeksplorasi permasalahannya. Untuk membantu konseli melaksanakan tindakannya secara tepat, sebaiknya peneliti aktif dalam memberikan penguatan-penguatan positif. Selain itu dalam kegiatan ini atau pemberian tindakan, sebaiknya dilakukan dalam suasana yang benar-benar nyaman bagi

konseli agar ia tak mengalami hambatan pada saat pemberian tindakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Cetakan ketiga. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Desmita, R. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia
- Hartinah, Sitti. 2010. *Pengembangan Peserta Didik*. Cetakan kedua. Bandung: Refika Aditama
- Hurlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Cetakan kedua. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Cetakan keenam belas. Bandung: Alfabeta

Willis, Sofyan S. 2008. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta

Willis, Sofyan S. 2012. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta