

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Sekolah

Madrasah Aliyah (MA) An-Najah I merupakan salah satu jenjang dalam pendidikan menengah yang diselenggarakan guna mengembangkan sikap, kemampuan, pengetahuan dan ketrampilan yang dipersiapkan untuk hidup dalam masyarakat dan menyiapkan siswa dalam memasuki tingkat tinggi.

Untuk mengokohkan aspek ideal pengembangan Madrasah Aliyah (MA) An-Najah I Karduluk oleh sebab itu pimpinan, tenaga pendidikan, staf-staf, siswa, dan komite sekolah melakukan pengembangan visi dan misi secara jelas dan bisa dipahami oleh komponen-komponen yang terkait dalam pengembangan Madrasah Aliyah (MA) yaitu:

a. Visi MA An-Najah I

Dalam sebuah sekolah untuk mengembangkan pendidikan Islam diperlukan visi yang jelas. Sebab visi ini berfungsi sebagai arah dan motivasi yang memberikan daya gerak bagi seluruh unsur yang ada dalam madrasah tersebut, disamping itu visi sangat penting dalam mempersatukan pandangan, keinginan serta impian agar menjadi sebuah kenyataan yang dinikmati.

Visi Madrasah Aliyah (MA) An-Najah I Karduluk adalah “Beriman, Berilmu, Beramal dan Berakhlaqul Karimah”.

b. Misi Madrasah Aliyah An-Najah I

Misi Madrasah Aliyah (MA) An-Najah I Karduluk adalah:

1. Menjalankan pembelajaran, pembiasaan dan bimbingan 1 berbasis pada nilai-nilai keimanan dan keislaman.
2. Memberikan fasilitas pembelajaran yang akomodatif untuk meningkatkan prestasi akademik peserta didik.
3. Membentuk lulusan yang beramal ilmiah dalam kehidupan beragama dan bermasyarakat.
4. Membiasakan peserta didik istiqamah dalam ibadah, santun dalam perkataan dan sopan dalam perilaku.

d. Pendidik dan Tenaga Kependidikan di MA An-Najah I

Tabel 4.1 Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan MA An-Najah I Karduluk Sumenep Tahun Pelajaran 2020/2021

Nomor	Keterangan	Jumlah
Tenaga Pendidik		
1	Guru PNS yang diperbantukan Tetap	-
2	Guru Tetap	22
3	Guru Honorer	-
4	Guru Tidak Tetap Yayasan	-
Tenaga Kependidikan		
1	Ka. Tata Usaha	1
2	Tata Usaha	2
3	Penjaga Sekolah	2

No	Nama Guru	Gelar Akademik	Tempat	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
1	Sahuri, M.Pd.I	M.Pd.I	Sumenep	L	S-2
2	Moh. Shobri	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1
3	Subairi	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1

4	Khatibul Umam	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1
5	Mohammad Afifi	M.Pd.	Jember	L	S-2
6	Saiful Rijal	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1
7	Ahmad Qurthubi	S.Pd. EK.	Sumenep	L	S-1
8	Supriyatin	S.Pd.	Sumenep	P	S-1
9	Fahmy Juneid	S.Fil.I	Sumenep	L	S-1
10	Dalilah	M.Pd.	Sumenep	P	S-2
11	Mas'ud	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1
12	Erfaniyah	S.Pd.	Sumenep	P	S-1
13	K. Moh. Sholehuddin		Sumenep	L	Pesantren
14	KH. Ahmad Madzkur	S.Pd	Sumenep	L	S-1
15	K. Ulul Arham	S.Ag.	Pamekasan	L	S-1
16	Nashiri	S.Ag.	Sumenep	L	S-1
17	A. Nofal	S.Ag.	Sumenep	L	S-1
18	Masbahah	S.Pd.I	Gresik	P	S-1
19	Farhah	S.Sos.I	Sumenep	P	S-1
20	Albaburrahim	M.Pd.	Sumenep	L	S-2
21	Mohammad Hasbi	S.Pd.I	Sumenep	L	S-1
22	Sofi Rozana	S.Pd.I	Sumenep	P	S-1

**Tabel 4.2 Jumlah peserta didik di MA An-Najah I Karduluk
Sumenep Tahun Pelajaran 2020-2021**

Nomor	Kelas	Jumlah Siswa
1.	X A	25
2.	X B	30
3.	XI A	23
4.	XI B	29
5.	XII A	24
6.	XII B	27
JUMLAH		158

2. Profil BK di Sekolah

a. Visi dan Misi BK MA An-Najah I Karduluk

Visi BK :

Mampu mewujudkan sekolah dengan layanan bimbingan dan konseling yang professional untuk memfasilitasi perkembangan siswa/konseli menuju pribadi yang beriman, berilmu, beramal, dan berakhlakul karimah.

Misi BK :

- 1) Terselenggarakannya layanan BK yang bisa memandirikan siswa/konseli berdasarkan pendekatan yang humanis dan multikultur.

- 2) Menciptakan kolaborasi dengan guru, wali kelas, orang tua, dunia usaha dan instansi lain, serta pihak lain dalam rangka menyelenggarakan layanan BK.
- 3) Membantu menambah mutu guru BK atau konselor melalui kegiatan pengembangan keprofesian yang berkelanjutan.

b. Tugas Konselor

- 1) Melaksanakan bimbingan dan konseling secara luring/daring.
- 2) Merencanakan melaksanakan program satlan dan satkung bimbingan dan konseling secara luring/daring.
- 3) Menilai analisis kegiatan bimbingan dan konseling.
- 4) Mengadministrasikan semua layanan dan kegiatan pendukung yang dilakukan.
- 5) Mempertanggungjawabkan kegiatan dan layanan kepada koordinator dan kepala sekolah.
- 6) Mempersiapkan diri dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kepengurusan bidan BK.
- 7) Membantu siswa mencari alternatif solusi permasalahannya.
- 8) Menjaga situasi yang sudah baik agar lebih baik.
- 9) Pengadaan konseling pada siswa yang mengalami kesulitan dan tidak dapat diselesaikan sendiri, serta membutuhkan pertolongan pihak lain.

3. Data Hasil Uji Prasyarat Analisis

a. Hasil Uji Normalitas

Tabel 4.3 Hasil Output Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,99095364
Most Extreme Differences	Absolute	,171
	Positive	,136
	Negative	-,171
Test Statistic		,766
Asymp. Sig. (2-tailed)		,600 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		

Dari uji normalitas menggunakan kolmogorov- smirnov test baik data digabung atau dipisah diperoleh hasil Asymp. Sig (2-tailed) yang sama yaitu sebesar 0,600, yang berarti hasil pengujian uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi > dari 0,05 yang mana artinya menunjukkan variabel yang diteliti terdistribusi normal.

4. Data Kuantitatif

a. Data Pengukuran Awal (*Pre-Test*)

Berdasarkan penentuan sampel yang dilakukan dengan *sampling purposive* yaitu penentuan sample dengan alasan tertentu maka terpilihlah kelas X dan XI siswa MA An-Najah I

dimana dari kedua kelas tersebut terpilihlah masing-masing 10 siswa sebagai subjek penelitian dalam penelitian ini kemudian dilakukan perlakuan/ *treatment* dengan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok. Pada saat belum dilakukannya pemberian *treatment*, peneliti memberikan skala *psychological well-being* terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi awal. Setelah peneliti memberikan skala *psychological well-being* didapatkan hasil yaitu:

Tabel 4.4 Hasil Data Pre-Test

No	Siswa/ Subjek Penelitian	Skor <i>Psychological Well-Being</i>
1	NFA	86
2	DHZ	74
3	SF	81
4	RK	90
5	SSY	76
6	NIY	78
7	AMR	75
8	DUS	76
9	RBK	71

10	INS	82
11	IPS	70
12	NAS	67
13	DAL	76
14	WHS	67
15	DMD	83
16	AUH	78
17	ASR	81
18	FAN	70
19	HKT	81
20	HDY	80

b. Data Hasil *Treatment*

Treatment penelitian ini berupa pengaplikasian bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi dan diberikan untuk siswa yang tingkat *psychological well-being*nya rendah. Dalam penelitian ini bimbingan kelompok akan diberikan pada siswa kelas X dan XI dimana dari dua kelas tersebut masing-masing ada 10 orang, jadi jumlah dari siswa dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa. Pemberian *treatment* ini diberikan selama 3

X pertemuan di Masjid At-Taqwa Karduluk Sumenep dan di ruang kelas XI MA An-Najah I Karduluk Sumenep. Pada saat melakukan penelitian, peneliti melakukan di masjid sebab pada saat itu ruang kelas untuk kelas X dan XI sementara waktu dipindah ke masjid dikarenakan siswa kelas XII sedang melaksanakan Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK). Pemberian *treatment* dilakukan peneliti untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa yang masih rendah. Adapun uraian dalam pemberian *treatment* yaitu:

1) Pertemuan pertama

Hari/ Tanggal : 29 Maret 2021

Pokok bahasan : Pembinaan hubungan, memberikan soal-soal *pretest*, menjelaskan tentang *psychological well-being*, menjelaskan perbedaan antara sikap *psychological well-being* dan sikap tidak percaya diri, membentuk kelompok kecil, memberikan gambaran kepada siswa terkait *treatment* yang akan diberikan.

Tempat : Masjid At-Taqwa Karduluk

Tujuan : Untuk mengetahui skor awal tingkat *psychological well-being* siswa. Agar siswa termotivasi dan lebih berani untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki.

Kegiatan : Konselor membentuk kelompok-kelompok kecil yang pada kelompok-kelompok tersebut

harus terdiri dari ketua kelompok yang bertugas memimpin pada saat akan dilaksanakan bimbingan kelompok, juga terdiri dari sekretaris yang bertugas mencatat pada saat bimbingan kelompok tersebut berjalan, seperti mencatat nama-nama kelompok, mencatat pertanyaan yang diajukan dalam kelompok, dan lain sebagainya.

2) Pertemuan kedua

Hari/ Tanggal : 1 April 2021

Pokok bahasan : Melaksanakan diskusi kelompok tentang sikap *psychological well-being* dan menjelaskan pula tentang pentingnya *psychological well-being*.

Tempat : Masjid At-Taqwa Karduluk

Tujuan : Agar siswa lebih bisa menunjukkan potensi yang sebenarnya ada di dalam dirinya, agar siswa bisa saling menghargai argumen anggota kelompok yang lain, dan melatih individu untuk bisa lebih optimis menerima kritik dan masukan dari orang lain, serta adanya dinamika dalam kelompok.

Kegiatan : Konselor meminta pada masing-masing kelompok yang telah dibentuk untuk berdiskusi tentang topik yang telah disebutkan yaitu tentang sikap *psychological well-being* dan pentingnya seseorang memiliki sikap tersebut. Lalu menekankan kembali tentang tugas ketua kelompok dan sekretaris pada saat bimbingan

kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok tersebut berjalan. Kemudian konselor meminta kepada perwakilan dari tiap kelompok untuk mempresentasikan tentang apa yang sudah dibahas bersama kelompok, juga setiap kelompok menyampaikan kesimpulan dari hasil diskusi yang dilakukan sedangkan kelompok yang lain diberikan kesempatan untuk menanggapi atau menambahkan dari apa yang telah dipresentasikan oleh kelompok sebelumnya.

3) Pertemuan ketiga

Hari/ Tanggal : 4 April 2021

Pokok bahasan : Menanyakan dan meminta siswa untuk mengungkapkan perasaannya tentang suasana yang dirasakan pada saat melakukan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok, siswa diberi dorongan agar terus mengeksplorasi potensi yang dimiliki dan mengaktualisasikannya dan menyampaikan bahwa tiap individu tentu memiliki kekurangan dan kelebihan pada dirinya. Serta memberikan soal *post-test*.

Tempat : Ruang kelas XI MA An-Najah I

Tujuan : Agar siswa lebih berani dan tidak mudah menyerah dalam mengembangkan potensi dalam dirinya. Serta secara optimis menerima kritik dan masukan dari orang lain.

Kegiatan : Konselor meminta siswa untuk berdiri satu persatu dan menyampaikan perasaannya sedangkan siswa yang lain diberikan kesempatan untuk memberikan motivasi yang mendukung.

c. Hasil *Post-Test*

Tabel 4.5 Hasil *Post-Test*

No	Subjek Penelitian	Skor <i>Psychological Well-Being</i>
1	NFA	89
2	DNZ	76
3	SF	88
4	RK	91
5	SSY	79
6	NIY	71
7	AMR	78
8	DUS	79
9	RBK	75
10	INS	86
11	IPS	71

12	NAS	72
13	DAL	84
14	WHS	73
15	DMD	85
16	AUH	82
17	ASR	82
18	FAN	71
19	HKT	83
20	HDY	82

B. Pembuktian Hipotesis

Dalam pembuktian hipotesis disini untuk mengetahui hasil hipotesisnya maka harus dianalisis terlebih dahulu dengan uji *paired sample T-test*. Uji *paired sample T-test* adalah komponen dalam uji hipotesis komparatif atau uji perbandingan. Penelitian ini peneliti menggunakan uji *paired sample T-test* sebab ingin membuktikan perbedaan rata-rata dari dua sampel yang saling berhubungan. Hasil pengujian hipotesis diperoleh rincian yaitu:

Tabel 4.6 Paired Sample T-Test

Paired Differences

				95% Confidence Interval of the Difference				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	T	Df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 pre-test post-test	-2,750	3,041	680	-4,173	-1,327	-4,044	19	,001

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre test	77,10	20	6,155	1,376
	Post test	79,85	20	6,352	1,420

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	20	,882	,000

1. Uji Paired Sample T Test

Menurut Singgih Santoso mengemukakan bahwa dalam pengambilan keputusan uji *paired sample t-test* berdasarkan nilai signifikansi (*Sig.*) hasil output SPSS adalah sebagai berikut:

- a) Jika signifikansi (2-tailed) < (kurang dari) 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
- b) Jika signifikansi (2-tailed) > (lebih dari) 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil uji *paired sample t-test* ditemukan bahwa mean atau nilai hasil rata-rata sebesar -2,750 nilai ini merupakan nilai selisih antara nilai rata-rata *pretest* dan *posttest*. Dan diketahui pula bahwa Signifikansi (2-tailed) adalah sebesar 0,001.

Berdasarkan pada tabel hasil output nilai signifikansi adalah sebesar 0,001 dan itu menunjukkan < 0,05 yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya yaitu ada perbedaan yang bermakna dari nilai rata-rata *pretest* dan nilai rata-rata *posttest*.

2. Uji T

Uji t adalah uji yang bertujuan mengetahui bagaimana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Uji t ini didapat dari hasil perbandingan antara nilai t hitung dan nilai t tabel atau juga bisa diketahui dengan melihat kolom-kolom signifikansi pada masing-masing t hitung.

Berdasarkan hasil uji paired sample t test dapat dilihat hasil dari t hitung adalah sebesar -4,044. T hitung bernilai / memiliki nilai negatif sebab nilai rata-rata *pretest* itu lebih rendah dari pada nilai rata-rata *posttest*. Maka t hitung menjadi 4,044.

3. Uji Paired Sample Correlations

Setelah melakukan pengujian *paired sample correlations* dapat diketahui nilai korelasi adalah 0,882 dan hampir mendekati angka 1 dimana artinya nilai tersebut bermakna dan membuktikan adanya korelasi yang kuat antara *treatment* yang diberikan untuk meningkatkan *psychological well-being*.

Serta juga diketahui hasil signifikansi 0,000 yang dihasilkan $< 0,05$ sehingga diartikan ada perbedaan bermakna pada skor *psychological well-being* yang dilihat dari nilai *pretest* dan *posttest*.

4. Uji Paired Sample Statistics

Berdasarkan pada hasil uji *paired sample statistics* diketahui bahwa rata-rata dari *pretest* adalah sebesar 77,10 dan rata-rata dari *posttest* adalah 79,85. Dari hal tersebut diketahui nilai rata-rata *posttest* lebih besar dari pada nilai rata-rata *pretest*. Hal ini mengartikan ada perubahan skor yang bermakna dari hasil *treatment* yang berarti bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* pada siswa.

5. Hasil Wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling

Rumusan Masalah 1

- a. Menurut bapak/ ibu apakah *psychological well-being* begitu sangat penting agar dimiliki siswa?

‘*Psychological well-being* itu sangatlah penting bagi siswa sebab sikap tersebut bisa mengukur sejauh mana siswa mampu menonjolkan atau menunjukkan kemampuan mereka. Namun juga perlu diperhatikan bahwa dengan sikap *psychological well-being* juga harus diimbangi dengan sikap rendah diri, sebab terkadang ada siswa yang dirinya lebih waw dari teman-temannya yang lain, tidak menutup kemungkinan siswa itu juga congkak ataupun sombong dengan kemampuannya terhadap siswa yang lain’.¹

- b. Bagaimana gambaran bapak/ ibu terhadap *psychological well-being* yang dimiliki oleh siswa di MA An-Najah I Karduluk?

‘Beragam tergantung dengan keadaan keluarga dan lingkungan. Tergantung dengan keadaan keluarga disebabkan siswa yang di dalam keluarganya kurang memiliki perhatian dia akan sulit termotivasi untuk mengembangkan segala potensi dan pengetahuannya karena siswa tersebut merasa kurang respect dan kurang nyaman. Tergantung dengan keadaan lingkungan yaitu terkadang lingkungan hanya bisa mengkritik tanpa bisa memberikan saran-saran yang mendukung kepada siswa tersebut untuk terus berusaha mengembangkan segala pengetahuannya. Dan bahkan dulu di MA An-Najah I ini ada siswa yang mendapatkan bullyan dari teman-temannya.’²

- c. Apakah menurut bapak/ ibu siswa MA An-Najah I Karduluk sudah memiliki tingkat *psychological well-being* yang baik?

‘Cukup baik. Dari segi kognitif siswa di MA An-Najah I ini kurang karena ada siswa disini yang kadang kurang mampu menguasai dan meyakini dirinya sendiri terhadap kemampuannya. Kalau dilihat dari segi keterampilan, siswa di MA An-Najah I ini bisa dibilang sudah oke dan diacungi jempol walaupun terkadang pula nalar mereka memiliki konsep yang sangat bagus tetapi mereka tidak bisa mengungkapkan. Untuk itu sekarang ada beberapa

¹ Khatibul Umam, Guru BK, wawancara langsung, (tanggal 5 April 2021)

² Ibid.

kegiatan ekstrakurikuler yang ditawarkan untuk siswa seperti membuat konten-konten youtube dimana ada guru yang memang cukup paham dengan peryoutubepan sehingga bisa membantu untuk memfasilitasi siswa disini'.³

d. Bagaimana cara yang dilakukan bapak/ ibu agar mengetahui kesejahteraan psikologis siswa?

'Dalam mengetahui kesejahteraan psikologis disini menurut saya agak sulit sebab hal itu menyangkut karakter dari siswa itu sendiri. Tetapi kesulitan tersebut bukan kesulitan yang sangat berat, artinya sulit disini dalam artian masih bisa dimaklumi. Ada beberapa cara yang dilakukan di MA An-Najah I disini untuk mengetahui sikap *psychological well-being* yaitu seperti diadakannya pembinaan-pembinaan, rutinitas/ kegiatan yang mengarah pada bagaimana mengetahui *psychological well-being*. Seperti halnya diadakan kegiatan mingguan berupa belajar berdiskusi'.⁴

e. Apa saja upaya yang diberikan bapak/ ibu dalam meningkatkan *psychological well-being* siswa?

'Dalam meningkatkan sikap *psychological well-being* tersebut menurut saya perlu adanya trik khusus seperti juga yang disampaikan Anda sebelumnya tentang dilakukannya bimbingan kelompok. Trik khusus yang dimaksud disini adalah misalkan ketika saya mengajar, untuk memancing siswa saya menggunakan system skor nilai. Contoh, siswa yang bertanya ataupun memberikan pendapat di kelas saya dia akan menambahkan tambahan nilai. Nah dari situ biasanya siswa sudah banyak yang mempersiapkan pertanyaan dan kalimat sanggahan untuk kemudian nanti disampaikan'.⁵

Rumusan Masalah 2

a. Menurut pandangan bapak/ ibu *psychological well-being* itu apa?

'Singkatnya menurut saya sikap tersebut adalah sikap siswa yang dia memiliki potensi dan mereka mau untuk terus menggali dan menunjukkan potensi mereka dengan selalu memperhatikan

³ Ibid.

⁴ Ibid.

⁵ Ibid.

komentar dan masukan dari individu lain sehingga mereka terdorong untuk terus belajar ke arah yang lebih baik dari sebelumnya'.⁶

- b. Bagaimana komentar bapak/ ibu terkait apakah *psychological well-being* pada siswa meningkat setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok?

'Menurut saya pribadi, itu akan meningkat kalau dilakukan secara rutin. Jika dilakukan dengan 1 atau 2 kali itu juga meningkat mungkin peningkatannya lebih baik dari sebelumnya. Nah jika dilakukan dengan rutin itu kemungkinan besar akan terus meningkat dan mengalami kemajuan. Dan sekarang Alhamdulillah siswa sudah lebih baik dari sebelumnya'.⁷

- c. Apakah menurut bapak/ ibu bimbingan kelompok ini sangat efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa?

'Terkait bimbingan kelompok yang sudah Anda lakukan dan jelaskan, saya rasa efektif. Dan sangat efektif lagi jika sangat rutin dilakukan di sekolah hal itu bisa membantu meningkatkan *psychological well-being* siswa di MA An-Najah I'.

- d. Bagaimana tanggapan bapak/ ibu terkait *psychological well-being* siswa setelah diberikan *treatment*?

'Tanggapan saya kalau dilihat sangat membantu dan saya rasa siswa di MA An-Najah I memiliki pengetahuan baru'.⁸

6. Hasil Wawancara dengan Kepala Sekolah sekaligus Guru Mata Pelajaran

Rumusan Masalah 1

- a. Menurut bapak/ ibu apakah *psychological well-being* sangatlah penting bagi siswa?

⁶ Ibid.

⁷ Ibid.

⁸ Ibid.

‘Penting. Sebab sejalan dengan apa yang dijelaskan dalam kurikulum K-13 itu ada salah satunya terkait dengan kesadaran diri siswa dimana siswa harus sadar dengan potensinya, sadar terhadap kekurangan dan kelebihan dalam dirinya. Sehingga adanya sikap *psychological well-being* tersebut bisa membantu juga dalam penerapan kurikulum K-13’.⁹

b. Bagaimana gambaran bapak/ ibu terhadap *psychological well-being* yang dimiliki oleh siswa MA An-Najah I?

‘*Psychological well-being* kan juga bisa dikatakan penerapan kekurangan dan kelebihan siswa. Nah maka *psychological well-being* yang dimiliki siswa menurut saya juga bergantung pada desain pembelajarannya seperti apa. Apakah desain pembelajarannya susah atau justru sebaliknya desain pembelajarannya mudah. Kalau dari segi penerapan desain pembelajaran di MA An-Najah I ini jika di persenkan sudah sekitar 70%’.¹⁰

c. Menurut bapak/ ibu apakah siswa disini sudah memiliki tingkat *psychological well-being* yang baik?

‘Ya jawabannya juga hampir sama dengan yang sebelumnya dan tingkat *psychological well-being* di MA An-Najah I sudah bisa dikatakan baik dan cukup baik’.¹¹

d. Apa saja cara yang dilakukan bapak/ ibu untuk mengetahui *psychological well-being* siswa?

‘Untuk mengetahui hal tersebut selain dilihat dari perilaku siswa di dalam kelas sehari-harinya, sekolah juga melihat dari diadakannya rapat bulanan untuk mengetahui perkembangan siswa, mulai laporan dari guru mata pelajaran ataupun guru BK terkait siswa sehari-harinya bagaimana hingga pada kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler terlebih sekarang pada masa pandemic covid-19 yang mana kegiatan-kegiatan di sekolah sangat dibatasi. Dari rapat bulanan ini kemudian di adakan evaluasi kira-kira apa yang perlu dievaluasi dan apa yang harus ditambahkan’.¹²

⁹ Sahuri, Kepala Sekolah, wawancara langsung, (tanggal 7 April 2021)

¹⁰ Ibid.

¹¹ Ibid.

¹² Ibid.

- e. Apa saja upaya yang dilakukan bapak/ ibu dalam meningkatkan *psychological well-being* pada siswa di MA An-Najah I?

‘Selain dari kegiatan sehari-hari di kelas dengan metode atau cara belajar yang mendorong siswa untuk memiliki sikap *psychological well-being* yang tinggi hal itu juga dibantu dan didorong dengan adanya kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler di sekolah’.¹³

Rumusan Masalah 2

- a. Menurut pandangan bapak/ ibu *psychological well-being* itu apa?

‘Pendapat saya tentang *psychological well-being* itu sendiri ada beberapa pengertian. Pertama, *Psychological well-being* adalah tujuan bagaimana minat bakat siswa itu teraktualisasikan, pembentukan karakter siswa, dan bagaimana cara siswa bersikap terhadap dirinya dan lingkungannya’.¹⁴

- b. Bagaimana komentar bapak/ ibu terkait apakah *psychological well-being* pada siswa meningkat setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok?

‘Kita juga sering mendengar istilah *social e-learning* yang mana manusia yang sedang belajar saling membutuhkan dengan manusia yang lainnya. Terkait *treatment* bimbingan kelompok yang diberikan tentunya memberikan pengaruh yang baik terhadap *psychological well-being* siswa di MA An-Najah I’.¹⁵

- c. Apakah menurut bapak/ ibu bimbingan kelompok ini sangat efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa?

‘Bagus. Hal itu lagi-lagi juga berbanding lurus dengan kurikulum K-13 tentang belajar kelompok. Siswa juga dianjurkan untuk belajar dalam bentuk kelompok sebab dalam sebuah kelompok siswa akan lebih bisa mengungkapkan pikirannya kepada sesama teman sebayanya’.¹⁶

¹³ Ibid.

¹⁴ Ibid.

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Ibid.

- d. Bagaimana tanggapan bapak/ ibu terkait *psychological well-being* siswa setelah diberikan *treatment*?

‘Tanggapan saya terkait *treatment* yang Anda lakukan itu sesuai dan sangat membantu selain karena manusia sebagai makhluk social juga *treatment* tersebut sesuai dengan amanat yang ada didalam kurikulum K13’¹⁷.

C. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan pada data yang dihasilkan dari penilitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan *psychological well-being* siswa di MA An-Najah 1 Karduluk Sumenep tahun pelajaran 2020-2021. Dapat dilihat dari hasil signifikansi yaitu sebesar 0,001 menunjukkan $< 0,05$ dan bisa dilihat pula dari nilai t hitung yang lebih besar dari pada t tabel.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada kepala sekolah sekaligus guru mata pelajaran bahwa di Madrasah Aliyah (MA) AN-Najah I Karduluk Sumenep dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan *psychological well-being* siswa di Madrasah Aliyah (MA) An-Najah I Karduluk Sumenep. Hal tersebut juga bisa dibuktikan melalui hasil wawancara dengan guru BK dan mengatakan siswa sudah lebih baik dari sebelumnya dan ketika diadakan diskusi kelompok siswa juga sudah mulai lebih berani mengacungkan pertanyaan-pertanyaan. Dan juga siswa sudah mulai mengembangkan

¹⁷ Ibid.

kritik dan saran dari orang lain dengan ramah tanpa ada rasa saling menjatuhkan.

Dalam teori-teori yang sudah dijelaskan di bab 2, bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan pada kelompok-kelompok kecil kepada siswa atau konseli supaya mereka bisa melakukan pencegahan masalah dan mengembangkan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan. Selain itu pengertian dari *psychological well-being* adalah suatu sikap dimana siswa bisa menerima segala kekurangan dan kelebihan dari orang lain, mampu berhubungan baik dengan orang lain, mandiri serta bisa mengambil keputusan sendiri terhadap masalah-masalah atau hal lain yang dihadapi.

Adapun kendala atau hambatan yang dihadapi peneliti pada saat melakukan penelitian adalah pertama, situasi sekolah dimana pada saat peneliti melakukan penelitian sekolah sedang melakukan Ujian Akhir Nasional untuk siswa kelas XII sehingga pada awal-awal dilakukannya penelitian dilakukan di masjid dan harus mengeluarkan suara yang sangat ekstra.

Kendala kedua, pada saat melakukan penelitian adalah peneliti harus mencari jam kosong agar siswa yang dijadikan sampel dapat mengikuti dalam satu waktu secara bersamaan karena siswa yang dijadikan sampel adalah 10 orang siswa dari kelas X dan 10 orang siswa dari kelas XI hal tersebut sedikit mengulur waktu.

Kendala ketiga, pada saat penelitian adalah siswa masih malu, banyak diam dan enggan berbicara. Ada juga siswa yang dia tahu

tetapi siswa tersebut masih membicarakannya dengan suara kecil karena takut salah dan khawatir siswa yang lain menyalahkan pendapatnya. Siswa juga kurang kenal dengan istilah *psychological well-being* sehingga masih perlu diberikan pengetahuan tentang istilah tersebut.

Peningkatan skor *psychological well-being* pada siswa di MA An-Najah I Karduluk Sumenep merupakan hasil dari diberikannya *treatment*. Dimana perlakuan tersebut diberikan selama 3 x pertemuan.

Pada pertemuan pertama siswa masih sedikit malu untuk memulai kegiatan bimbingan kelompok. Siswa masih merasa takut untuk memulai dan masih saling menatap satu sama lain. Pada pertemuan ini siswa diminta untuk menceritakan pengalamannya di kelas ketika guru mata pelajaran mengadakan diskusi kelompok. Sehingga pada pertemuan kedua dilakukan diskusi kelompok dengan tujuan siswa lebih mau mengaktualisasikan kemampuannya dan saling menghargai kekurangan dari siswa yang lain. Pada pertemuan ini siswa diberi ruang untuk menyampaikan pendapat, mengkritik, memberi saran, dan bertahan dengan keputusan atau pendapat yang dimiliki oleh masing-masing siswa. Pada pertemuan ketiga peneliti sedikit membahas tentang pelaksanaan bimbingan kelompok yang sudah dilakukan pada pertemuan kedua. Siswa diminta untuk mengungkapkan kesan dan pesan yang diterima setelah dilakukan perlakuan tersebut.

Penelitian tentang diskusi kelompok dan *psychological well-being* memang banyak dijadikan topik penelitian. Namun terdapat perbedaan dalam hasil yang diperoleh. Berikut hasil penelitian yang dilakukan di MA An-Najah I Karduluk Sumenep skor *psychological well-being* yang didapat pada saat *post-test* lebih besar dari pada nilai rata-rata *pretest* yaitu nilai *pre-test* sebesar 77,10 sedangkan nilai dari hasil *post-test* adalah sebesar 79,85. Dari hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa nilai rata-rata *post-test* lebih tinggi dari pada nilai rata-rata *pre-test* yang berarti ada perubahan yang signifikan. Hal tersebut menunjukkan adanya keberhasilan perlakuan, peningkatannya bergantung pada kondisi serta permasalahan yang terjadi di lapangan.