

Efektivitas Layanan Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri

Is Zuhrotunnisa' Ibandiyah¹, Muhimmatul Hasanah²

¹Institut Pesantren Sunan Drajat, Lamongan, Jawa Timur, Indonesia

²Institut Pesantren Sunan Drajat, Lamongan, Jawa Timur, Indonesia

Email: nisazahra989@gmail.com¹, himmahasanah@insud.ac.id²

Abstrak: Penyesuaian diri merupakan suatu piranti yang penting dalam menjalin hubungan dalam lingkungan baru. Penyesuaian diri yang baik diperlukan supaya komunikasi dengan orang lain berjalan dengan lancar serta memudahkan seseorang dalam melakukan segala aktivitas dengan nyaman. Hal tersebut terjadi khususnya pada pesantren yang secara langsung mengimplementasikan aktivitas sehari-harinya bersama teman sebaya. adanya konseling sebaya sebagai sarana untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh santri khususnya masalah penyesuaian diri yang dilakukan oleh teman sebayanya. Teman sebaya bertugas sebagai konselor, mentor, serta mediator dalam pelaksanaan konseling tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri santri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen menggunakan bentuk *Quasi Eksperimental Design*. Hasil penelitian ini yaitu Hasil rata-rata skor penyesuaian diri pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan layanan konseling sebaya dibandingkan nilai rerata kelompok kontrol. Hasil *posttest* kelompok eksperimen mencapai nilai 67,86 sedangkan kelompok kontrol hanya sebesar 51,28. Kemudian melihat hasil Uji *Mann-Whitney U Test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan hasil *pretest* nilai $U = 36,000$; Asymp. Sig = 0,684. Pada hasil *posttest* diperoleh nilai $U = ,000$; Asymp. Sig = ,000. Berdasarkan hasil *posttest* tersebut diketahui nilai Sig ,000 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling sebaya (*Peer Counseling*) efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri pada santri asrama Ummu Hanny Pondok Pesantren Sunan Drajat Paciran Lamongan tahun 2021.

Kata Kunci: *Konseling Sebaya, Penyesuaian Diri, Santri.*

Abstract: Adjustment is an important tool in establishing relationships in a new environment. Good adjustment is needed so that communication with other people runs smoothly and easier for someone to carry out all activities comfortably. This is especially true for Islamic boarding schools that directly implement their daily activities with their peers. the existence of peer counseling as a means to help solve problems faced by students, especially problems of adjustment made by their peers. Peers serve as counselors, mentors, and mediators in the implementation of the counseling. The purpose of this study was to determine the effectiveness of peer counseling services in improving students' self-adjustment. This study uses a quantitative approach with experimental research design using the form of *Quasi Experimental Design*. The results of this study are the results of the average self-adjustment score in the experimental group experienced a significant increase after being provided with peer counseling services compared to the average value of the control group. The *posttest* results of the experimental group reached a value of 67.86 while the control group was only 51.28. Then look at the results of the *Mann-Whitney U Test* in the experimental group and the control group showing the results of the *pretest* $U = 36,000$; asymp. Sig = 0.684. In the *posttest* results obtained the value of $U = ,000$; asymp. Sig = ,000. Based on the results of the *posttest*, it is known that the value of Sig .000 < 0.05, so it can be concluded that peer counseling services are effective in increasing self-adjustment in the students of the Ummu Hanny boarding school Sunan Drajat Paciran Lamongan Islamic Boarding School in 2021.

Keywords: *Peer Counseling, Self-Adjustment, Students.*

A. Pendahuluan

Manusia terlahir sebagai makhluk sosial dimana kehidupan sehari-harinya tidak dapat lepas dari orang lain. setiap hari manusia membutuhkan manusia lain untuk berkomunikasi dan berinteraksi guna saling membantu satu dengan yang lain. Setiap kali kita melakukan komunikasi, kita bukan sekedar menyampaikan isi pesan; kita juga menentukan kadar hubungan interpersonal-tidak hanya menentukan “*content*”, tetapi juga “*relationship*”.¹ Dari situlah perlu adanya adaptasi dan penyesuaian diri yang baik supaya komunikasi dengan orang lain berjalan dengan lancar.

Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang meliputi respon mental dan perilaku, dalam hal ini individu akan berusaha mengatasi ketegangan, frustrasi, kebutuhan, dan konflik yang berasal dari dalam dirinya. Tujuan daripada penyesuaian diri sendiri adalah supaya mengatasi kesulitan dan hambatan sesuai dengan usaha atau perilaku yang dilakukan. Penyesuaian diri memiliki beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyesuaian diri adalah kepribadian yang merupakan faktor utama penentu tinggi rendahnya tingkat penyesuaian diri yang dapat mempengaruhi dan menimbulkan dampak terhadap proses penyesuaian. Sedangkan faktor internal penyesuaian diri di pesantren adalah pengaruh asrama dan teman, hubungan pengurus/ustad/ustadzah dan santri, dan lingkungan sekitar.

Hal-hal yang berhubungan dengan teman sebaya dan lingkungan yang mengharuskan individu untuk dapat berinteraksi dan beradaptasi dengan baik seperti yang dijelaskan di atas tidak hanya terjadi di lingkungan rumah atau sekolah, bahkan hal tersebut sangat mungkin terjadi di lingkungan pesantren. Di pesantren semua aktivitas dilakukan bersama-sama dengan teman sebaya. Interaksi yang terjadi di pesantren jauh lebih intens bila dibandingkan dengan interaksi dengan keluarga di rumah. Tidak heran apabila banyak masalah yang timbul di dalam pesantren baik yang berhubungan dengan individu maupun dengan orang lain.

Tidak jauh halnya dengan yang dialami oleh beberapa santri yang berada di Pondok Pesantren Putri Sunan Drajat, khususnya santri yang masih belajar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di asrama masing-masing. Masalah penyesuaian diri yang banyak terjadi salah satunya adalah di asrama Ummu Hanny. Asrama Ummu Hanny termasuk salah satu asrama program khusus bahasa Inggris di Pondok Pesantren Sunan Drajat Lamongan. Berdasarkan data yang dipaparkan oleh ketua asrama Ummu Hanny menyatakan bahwa banyak santri yang belum bisa akrab dengan temannya, belum nyaman dengan asrama baru, dan banyak yang mengeluh dengan kegiatan dan peraturan yang berlangsung.

Beberapa pondok pesantren sudah memiliki konselor dalam membantu menyelesaikan masalah-masalah santri. Selama ini kita mengasumsikan bahwa yang bertugas membantu menyelesaikan permasalahan remaja di sekolah adalah guru BK (konselor), padahal teman sebaya juga dapat dijadikan sebagai konselor sebaya sehingga dapat membantu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi temannya, akan tetapi konselor sebaya harus terlebih dahulu dibekali dengan berbagai keterampilan melakukan empati, keterampilan memecahkan masalah.² Hal tersebut juga dapat diaplikasikan dalam pondok pesantren dimana teman sebaya sebagai calon konselor sebaya dan konselor ahli sebagai mentor calon konselor sebaya.

Konseling sebaya (*Peer Counseling*) adalah suatu program bimbingan dan bantuan yang dilakukan oleh tenaga non-professional dalam membantu menyelesaikan permasalahan konseli. Tenaga non-professional dalam hal ini dilakukan oleh santri terhadap santri lainnya. Santri yang menjadi konselor sebaya akan diberikan latihan dan pembinaan sebelumnya dari konselor ahli. Dalam proses konseling, santri yang menjadi konselor sebaya ini akan menjadi mentor dalam

¹ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2018).

² Mary Rebecca 'Rivkha' E Rogacion, *Tumbuh Bersama Sahabat I Konseling Sebaya Sebuah Gaya Hidup*, terj, A. Supratiknya (Yogyakarta: Kanisius, 1996).

memecahkan masalah yang dihadapi santri lainnya. Selain itu konselor sebaya dapat menjadi informan yang akan memberikan informasi kepada konselor ahli mengenai santri yang memerlukan layanan bantuan bimbingan dan konseling.

Hal serupa juga diasumsikan oleh Sugeng Hadi Purnoto, Hariberthus, dan Siti Napisah dalam penelitiannya tentang penyesuaian diri menggunakan konseling sebaya yang ternyata efektif dapat meningkatkan penyesuaian diri dengan menggunakan analisis *paired simple t-test* dan *independent sampel t-test*. Pada penelitian tersebut terbukti bahwa konseling sebaya mempunyai banyak manfaat salah satunya dalam menyelesaikan berbagai permasalahan salah satunya adalah untuk meningkatkan penyesuaian diri.

Berdasarkan uraian-uraian di atas maka penelitian ini fokus pada peningkatan penyesuaian diri pada santri yang memiliki skor penyesuaian diri rendah menggunakan konseling sebaya (Peer Counseling) sebagai media dalam meningkatkan penyesuaian diri.

B. Metode

Rancangan penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen diolah dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimental Design*, yakni dengan menggunakan bentuk *Nonequivalent Control Group Design*. Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Sunan Drajat Paciran Lamongan, adapun populasi dalam penelitian ini yang diambil peneliti adalah santri asrama Ummu Hanny Pondok Pesantren Putri Sunan Drajat Paciran Lamongan Tahun 2020/2021 yang berjumlah 101 santri.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* dengan mengambil sampel santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri lebih rendah dari santri lain yang terdapat dalam populasi. Konseling sebaya (*Peer Counseling*) dalam penelitian ini menggunakan sistem konseling kelompok. Maka diperoleh sampel 18 santri dan dibagi menjadi 2 kelompok yakni 9 anak sebagai kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan 9 anak lainnya masuk dalam kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding yang mana masing-masing kelompok diberikan pengukuran berupa *pretest* dan *posttest*.

Pengumpulan data yang digunakan adalah skala penyesuaian diri adopsi dari Norma Ni'matul Husna, sosiometri, Modul dari Dr. Suwarjo, M. Si, dan lembar evaluasi pelaksanaan. Kemudian pada penelitian ini data yang dianalisis menggunakan pengolahan secara kuantitatif. Menurut Sugiyono Metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan terutama apabila peneliti ingin melakukan percobaan untuk mencari pengaruh variabel independen/*treatment*/perlakuan terhadap variabel dependen/ hasil/output dalam kondisi yang terkontrol.³ Pengolahan data menggunakan metode *Mann-Whitney U Test* kemudian dihitung melalui program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) Versi 16.0 for Windows.

C. Temuan data & Diskusi

1. Tahapan Pelaksanaan Konseling Sebaya (Peer Counseling) untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri

Pelaksanaan konseling sebaya (*Peer Counseling*) pada penelitian ini dilakukan dalam enam tahap. Pada tahap pertama Sebelum memberikan layanan konseling sebaya (*Peer Counseling*) pada santri asrama Ummu Hanny Pondok Pesantren Putri Sunan Drajat, peneliti menjangkau sampel terlebih dahulu dengan membagikan skala penyesuaian diri kepada populasi untuk mengetahui siapa saja yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah. Penjangkauan sampel ini dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2021. Dari penyebaran skala penyesuaian diri tersebut, terdapat 19 santri yang nilainya termasuk dalam kriteria rendah dengan interval $36\% < \text{skor}$

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Alfabeta, 2018).

$\leq 52\%$. Dari 19 santri tersebut peneliti pisahkan menjadi 2 kelompok yaitu 9 santri dari kamar 2 yang nantinya akan menjadi kelompok eksperimen dan 10 santri dari kamar 3 akan peneliti ambil 9 anak sebagai kelompok kontrol sesuai dengan urutan nilai terendah. Berikut data santri yang menjadi sampel yang peneliti peroleh.

Tabel 1: hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

NO	R	Jumlah	Skor Maks	%	Kriteria
1	KE	130	250	52	rendah
2	KE	127	250	50,8	rendah
3	KE	129	250	51,6	rendah
4	KE	130	250	52	rendah
5	KE	126	250	50,4	rendah
6	KE	129	250	51,6	rendah
7	KE	124	250	49,6	rendah
8	KE	129	250	51,5	rendah
9	KE	128	250	51,2	rendah
10	KK	130	250	52	rendah
11	KK	128	250	51,2	rendah
12	KK	129	250	51,6	rendah
13	KK	127	250	50,8	rendah
14	KK	128	250	51,2	rendah
15	KK	124	250	49,6	rendah
16	KK	128	250	51,2	rendah
17	KK	129	250	51,6	rendah
18	KK	128	250	51,2	rendah

Memasuki tahap kedua peneliti membagikan sosiometri kepada sampel sekaligus melakukan rekrutmen dan seleksi calon konselor sebaya pada tanggal 15 Juni 2021. Adapun hasil sosiometri sebagai berikut.

Tabel 2: Hasil Sosiometri

NO	Dipilih Memilih	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Total memilih
1	Ida	■	√			√					2
2	Aisah		■			√				√	2
3	Galuh	√	√	■							2
4	A'yun				■	√	√				2
5	Vina					■		√		√	2
6	Yanti	√		√			■				2
7	Ayu					√		■	√		2
8	Naily				√			√	■		2
9	Adibah				√				√	■	2
Jumlah		2	2	1	2	4	1	2	2	2	18

berdasarkan hasil sosiometri di atas, menunjukkan bahwa responden yang bernama Vina yang memiliki skor tertinggi dengan berbagai alasan dibandingkan dengan responden lainnya. Pada rekrutmen kali ini peneliti juga berkonsultasi pada ketua asrama mengenai responden yang terpilih sebagai konselor sebaya tetapi ketua asrama merekom nama lain di luar sampel di atas yaitu Desita dengan alasan karena Desita adalah pengurus tingkatan siswa yang bisa menjadi contoh yang baik, kreatif, aktif, dan disenangi banyak anak. Sehingga peneliti menyeleksi antara Vina dan Desita sebagai calon konselor sebaya. Sangat disayangkan karena Vina tidak bersedia menjadi konselor sebaya dia lebih memilih menjadi anggota kelompok eksperimen saja maka yang menjadi konselor sebaya akhirnya adalah Desita sesuai dengan rekom ketua asrama.

Tahap ketiga peneliti melaksanakan pelatihan konselor sebaya yang *briefing* langsung oleh ibu Nurientan Pramesthie, S. Psi. selaku konselor di Pondok Pesantren Sunan Drajat Lamongan. Pelatihan konselor sebaya ini dilakukan selama 3 x 45 menit pada tanggal 18 - 20 Juni 2021.

Tahap keempat yakni melaksanakan bimbingan klasikal pada tanggal 21 Juni 2021 dengan memberikan layanan informasi dan pemahaman serta menjelaskan materi-materi tentang penyesuaian diri pada kelompok eksperimen. Tahap ini dilaksanakan dengan estimasi waktu 45 menit dengan tujuan agar santri yang memiliki penyesuaian diri rendah dapat memahami berbagai persoalan yang menyebabkan mereka sulit menyesuaikan diri dengan baik.

Tahap kelima adalah tahap inti dari semua proses penelitian yang dilakukan. Pada tahap ini peneliti mengamati jalannya kegiatan konseling sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri santri asrama Ummu Hanny yang termasuk dalam kelompok eksperimen yang dipimpin langsung oleh konselor sebaya. Konseling sebaya dilaksanakan pada tanggal 22-24 Juni 2021 selama 3 kali pertemuan dengan masing-masing durasi 45 menit. Pelaksanaan konseling sebaya ini menggunakan layanan kelompok dengan membahas masalah-masalah yang berhubungan dengan topik yang telah ditentukan yaitu kiat berteman yang baik, pentingnya bersosial dalam kelompok, dan tips beradaptasi dengan baik di lingkungan baru. Kemudian pada tanggal 25 Juni 2021 peneliti membagikan lembar evaluasi

kepada responden yang mengikuti konseling sebaya untuk mengetahui seberapa kebermanfaatan konseling sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri santri asrama Ummu Hanny.

Tahap keenam adalah tahap terakhir pada penelitian ini. Tepatnya pada tanggal 30 Juni 2021 pada pertemuan akhir ini peneliti membagikan *posttest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang nantinya akan dibandingkan hasilnya dengan nilai *pretest*.

Tabel 3: hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

NO	R	Jumlah	Skor Maks	%	Kriteria
1	KE	182	250	72,8	Tinggi
2	KE	154	250	61,6	Sedang
3	KE	184	250	73,6	Tinggi
4	KE	170	250	68	Sedang
5	KE	169	250	67,6	Sedang
6	KE	184	250	73,6	Tinggi
7	KE	154	250	61,6	Sedang
8	KE	168	250	67,2	Sedang
9	KE	162	250	64,8	Sedang
10	KK	131	250	52,4	Sedang
11	KK	127	250	50,8	Rendah
12	KK	129	250	51,6	Rendah
13	KK	126	250	50,4	Rendah
14	KK	128	250	51,2	Rendah
15	KK	124	250	49,6	Rendah
16	KK	131	250	52,4	Sedang
17	KK	130	250	52	Rendah
18	KK	128	250	51,2	Rendah

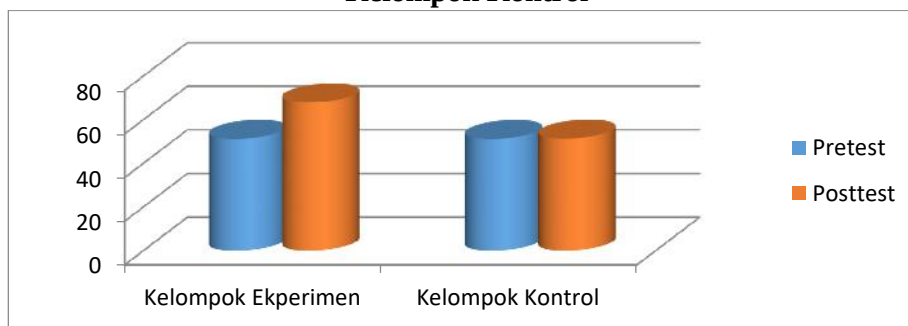
2. Tingkat Penyesuaian Diri santri asrama Ummu Hanny

Sampel dalam penelitian ini menggunakan dua kelompok yang tidak saling berhubungan. Kelompok tersebut adalah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berikut ini skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 4: skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (keseluruhan Sampel)

Rerata Skor	Kelompok eksperimen	Kelompok kontrol
<i>Pretest</i>	51,18 (Rendah)	51,15 (Rendah)
<i>Posttest</i>	67,86 (Sedang)	51,28 (Rendah)
<i>N Gain Score</i>	34,23	0,27

Berdasarkan hasil skor *pretest* dan *posttest* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan jumlah skor rata-rata pada kedua kelompok tersebut. Hasil perhitungan rerata skor kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* sama sekali, hal tersebut dibuktikan dengan nilai *posttest* yang telah dibandingkan dengan nilai *pretest* sebelumnya. Rerata skor yang diperoleh kelompok eksperimen pada saat *pretest* menunjukkan angka 51,18 sedangkan pada saat *posttest* sebesar 67,86. Dari kedua skor tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang sangat tinggi. Peningkatan rata-rata skor tersebut sebanyak 16,68. Kemudian rerata skor yang diperoleh kelompok kontrol pada saat *pretest* adalah 51,15 sedangkan pada saat *posttest* menunjukkan angka 51,28. Dari kedua skor *posttest* kelompok kontrol tersebut nilai rerata skor memang mengalami peningkatan tetapi hanya sebesar 0,13. Meskipun pada kelompok kontrol mengalami peningkatan tetapi angka tersebut masih tergolong dalam klasifikasi nilai dan interval rendah karena untuk mencapai interval sedang skor harus ≥ 52 . Dengan demikian dapat disimpulkan dari kedua kelompok tersebut bahwa rata-rata skor kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang sangat signifikan setelah diberikan layanan konseling sebaya dari pada nilai rata-rata skor kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan sama sekali. Dari tabel 4 dapat dibuat histogram rerata nilai penyesuaian diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Histogram tersebut disajikan pada gambar di bawah ini.

Gambar 1: Grafik Rerata Skor Penyesuaian Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Mengamati histrogram skor penyesuaian diri di atas, dapat disimpulkan bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang sangat tinggi setelah diberikan *treatment* yang dibuktikan dengan hasil nilai *posttest* dibandingkan dengan

kelompok kontrol yang hanya mengalami sedikit peningkatan. Kemudian ntuk mengetahui tingkat penyesuaian diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol perindividu dapat dilihat lebih detail pada tabel berikut ini.

Tabel 5: skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Perindividu)

Subjek	Kelompok	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>N Gain Score</i>
R-1	Eksperimen	52	72,8	43,33
R-2	Eksperimen	50,8	61,6	21,95
R-3	Eksperimen	51,6	73,6	45,45
R-4	Eksperimen	52	68	33,33
R-5	Eksperimen	50,4	67,6	34,68
R-6	Eksperimen	51,6	73,6	45,45
R-7	Eksperimen	49,6	61,6	23,81
R-8	Eksperimen	51,5	67,2	32,23
R-9	Eksperimen	51,2	64,8	27,87
R-1	Kontrol	52	52,4	0,83
R-2	Kontrol	51,2	50,8	-0,82
R-3	Kontrol	51,6	51,6	0,00
R-4	Kontrol	50,8	50,4	-0,81
R-5	Kontrol	51,2	51,2	0,00
R-6	Kontrol	49,6	49,6	0,00
R-7	Kontrol	51,2	52,4	2,46
R-8	Kontrol	51,6	52	0,83
R-9	Kontrol	51,2	51,2	0,00

Dari hasil *pretest* dan *posttest* di atas dapat dilihat bahwa perolehan skor antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tiap subjek mengalami perubahan yang berbeda-beda. Semua subjek pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan nilai, tetapi tidak semua nilainya sama. Beberapa subjek kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang tinggi beberapa lainnya mengalami peningkatan sedang yang sudah termasuk cukup dalam klasifikasi interval sedang. Sedangkan pada kelompok kontrol beberapa subjek mengalami peningkatan tetapi masih dalam jumlah yang sedikit dan masih dalam klasifikasi rendah, beberapa lainnya nilainya masih sama bahkan antara *pretest* dan *posttest* ada yang menurun.

3. Efektivitas Layanan Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri

Layanan konseling sebaya adalah suatu bantuan yang diberikan oleh tenaga nonprofessional dalam membantu konseli untuk menyelesaikan masalahnya. Untuk mengetahui hasil analisis kuantitatif yang menunjukkan apakah ada perbedaan yang signifikan atau tidak antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk meningkatkan penyesuaian diri maka diperlukan suatu pengujian.

Uji hipotesis yang dipakai pada penelitian ini menggunakan *Mann-Whitney U Test* sebagai teknik analisis data statistik non parametrik. *Mann-Whitney U Test* digunakan untuk membandingkan dua kelompok pada sampel penelitian yang tidak saling berhubungan pada saat sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Uji ini dilakukan untuk membandingkan mean antara dua kelompok pada setiap pengukuran. Dalam uji ini peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS versi 16.0 *for Windows*. Berikut ini hasil *Mann-Whitney U Test* yang disajikan dalam tabel 6 dan 7.

Tabel 6: Analisis Pretest dan Posttest Uji Mann-Whitney

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest	Eksperimen	9	10,00	90,00
	Kontrol	9	9,00	81,00
	N Gain Score	0	1,00	9,00
Posttest	Eksperimen	9	14,00	126,00
	Kontrol	9	5,00	45,00
	N Gain Score	0	9,00	81,00

Sumber: IBM SPSS Versi 16.0 *For Windows*

Tabel 7: Statistic Mann-Whitney (Pretest dan Posttest)

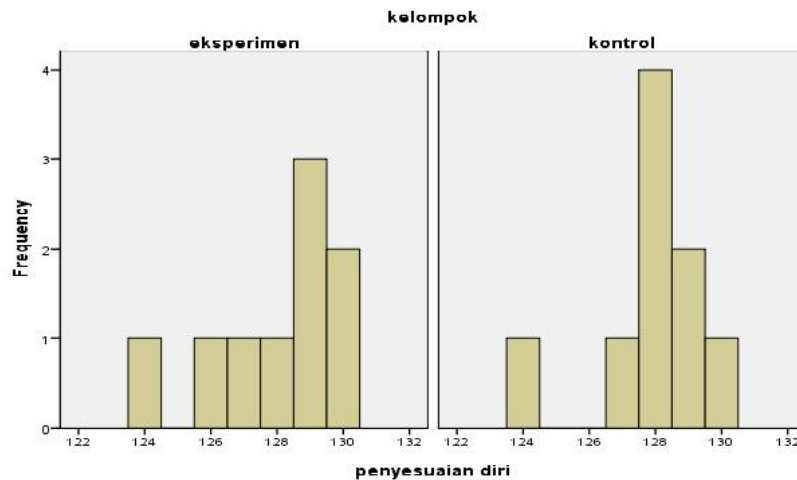
Analisis Penyesuaian Diri	Pretest	Posttest	N Gain Score
Mann-Whitney U	36,000	,000	-36
Wilcoxon W	81,000	45,000	-36
Z	-,407	-3,584	-3,177
Asymp. Sig. (2-tailed)	,684	,000	-,684
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.730 ^a	.000 ^a	-.730

Sumber: IBM SPSS Versi 16.0 *For Windows*

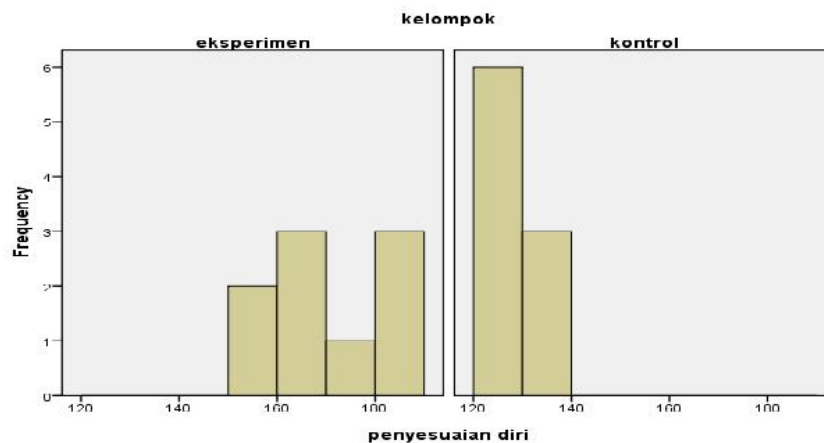
Berdasarkan tabel 6 dan 7 di atas menunjukkan bahwa Mean Rank saat *pretest* pada kelompok eksperimen sebesar 10,00 sedangkan kelompok kontrol 9,00. Dalam hal ini selisih keduanya adalah 1,00. Kemudian pada hasil *statistic pretest* nilai U = 36,000

dengan nilai Asymp. Sig 0,684. Dalam pengambilan kesimpulan dinyatakan bahwa jika nilai Asymp. Sig $< 0,05$ maka hipotesis diterima dan jika nilai Asymp. Sig $> 0,05$ = hipotesis ditolak. Pada hasil *pretest* dilihat hasil Asymp. Sig 0,684 $> 0,05$ maka hipotesis ditolak. Namun setelah dilakukannya *posttest* hasil Mean Rank, nilai U dan nilai Sig berubah. Mean Rank pada kelompok eksperimen sebesar 14,00 dan kelompok kontrol sebesar 5,00 selisih keduanya sebanyak 9,00, kemudian nilai U *posttest* = ,000 dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = ,000. Berdasarkan tes *statistic* di atas pada hasil *posttest* diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = ,000 $< 0,005$ maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”. Lebih lanjut hasil tersebut dapat grafikkan pada histogram di bawah ini.

Gambar 2: Hasil Pretest Mann-Whitney U Test



Gambar 3: Hasil Posttest Mann-Whitney U Test



D. Kesimpulan

Dari hasil analisis data yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa penyesuaian diri santri asrama Ummu Hanny Pondok Pesantren Putri Sunan Drajat Lamongan mengalami peningkatan. Rata-rata skor kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang sangat signifikan setelah diberikan layanan konseling sebaya (*Peer Counseling*) dari pada nilai rata-rata skor kelompok kontrol.

Kemudian untuk layanan konseling sebaya (*Peer Counseling*) terbukti berpengaruh dan efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri santri. Hasil uji *Mann-Whitney U Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat penyesuaian diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

E. Daftar Kepustakaan

- Amin, Moh, *Metodologi Penelitian bahasa Arab*, Malang: Bintang Sejahtera, 2017.
- Anwar, M. Badiul, “Pengaruh Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Tingkat SMP di Pondok Pesantren Annur 2 Al-Murtadlo Bululawang Malang”, Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2017.
- Azam, Ulul, *Bimbingan dan Konseling Perkembangan di Sekolah Teori dan Praktik*, Yogyakarta: CV Budi Utama, 2016.
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Erhamwilda, *Konseling Sebaya Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah*, Yogyakarta: Media Akademi, 2015.
- Ghofur, Wiratna Abdul, “Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011”, Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2010.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati S., *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017.
- Gunarsa, Singgih D., *Psikologi perkembangan anak dan remaja*, Jakarta: Gunung Mulia, 2008.
- Hamidah, Tsuroyyah, “Efektivitas Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas VII MTs. Tarbiyatut Tholabah Kranji Paciran Lamongan Tahun Pelajaran 2017/2018”, *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol 1, No 1, 2021.
- Hunainah, *Teori dan Implementasi Model Konseling Sebaya*, Bandung: Rizqi Press, 2011.
- Hurlock, Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 1980.
- Husna, Norma Ni'matul, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Terhadap Penyesuaian Diri Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas V SD Negeri Sumurrejo 01 Gunungpati Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016)”, Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2015.
- Maliki, *Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar Suatu Pendekatan Imajinatif*, Jakarta: Kencana, 2016.
- Masruroh, “Upaya Mengembangkan Sikap Sosial Santri di Pondok Pesantren Al-Ishlahiyah”, Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2017.
- Natael, Yonathan&Sufren, *Mahir Menggunakan SPSS Secara Otodidak*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2013.
- Nurihsan Achmad Juntika, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, Bandung: PT Refika Aditama, 2009.
- Pritaningrum, Meidiana dan Wiwin Hendriani, “Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama”, *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 3 Desember, 2013.
- Rakhmat, Jalaluddin, *Psikologi Komunikasi*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2018.
- Rogacion, Mary Rebecca ‘Rivkha’ E, *Tumbuh Bersama Sahabat I Konseling Sebaya Sebuah Gaya Hidup*, terj. A. Supratiknya, Yogyakarta: Kanisius, 1996.

Samsul, Munir Amin, *Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: AMZAH, 2015.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Alfabeta, 2018.

Sunaryo, *Psikologi untuk Keperawatan*, Jakarta : EGC, 2004.

Wahyudi, Muhammad, “Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Penyesuaian Diri Warga Binaan pada Kasus Narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Malang”, Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2018.