

**Gambaran Program Bimbingan Pribadi dan Sosial untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa**

**Ade Chita Putri Harahap<sup>1</sup>, Dewi Kumala Kholisa Siregar<sup>2</sup>, Natasya Husna<sup>3</sup>, Maulida Amelia Putri<sup>4</sup>, Muhammad Alwi batubara<sup>5</sup>, Rizki Rahmayani Ritonga<sup>6</sup>, Supriyadi<sup>7</sup>, Zahrani Ramadhita<sup>8</sup>**

<sup>12345678</sup>Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sumatera Utara  
adechitaharahap@uinsu.ac.id<sup>1</sup>, dewisiregarr22@gmail.com<sup>2</sup>,  
natasyahusna0304@gmail.com<sup>3</sup>, maulidaap07@gmail.com<sup>4</sup>,  
mhdalwibatubara02@gmail.com<sup>5</sup>, rizkirahmayani622@gmail.com<sup>6</sup>,  
bkpispriyadi@gmail.com<sup>7</sup>, zahraniramadhita354@gmail.com<sup>8</sup>

**ABSTRACT**

*The purpose of this study is to get an overview of the personal and social guidance program in improving students' social adjustment in the school environment. The researcher used a qualitative method to understand the overview of the guidance program. The data collection technique used was interviews. The interview subject was the Guidance Counselor from MA Mualimin UNIVA, Medan City. The results show that the methods used in personal and social guidance to improve students' social adjustment are group and individual guidance. The materials used in the guidance program include effective communication skills, emotional management abilities, building self-confidence, coping with stress, and understanding the importance of maintaining mental and physical health. However, the researcher also found obstacles in the implementation of the personal and social guidance program, such as lack of support from students' parents, time constraints, and resources. Therefore, research on efforts to improve students' social adjustment is very important. Some previous studies have shown that group guidance programs can help students improve their social adjustment. Through effective personal and social guidance programs, students can learn to recognize and address personal or social problems that affect their ability to adapt to their environment.*

**Keywords:** *guidance and counseling, personal and social guidance, students' social adjustment*

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang program bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah. Peneliti menggunakan metode kualitatif untuk mengetahui gambaran dari program bimbingan tersebut. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara. Subjek wawancara adalah Guru BK dari MA Mualimin UNIVA, Kota Medan. Hasilnya menunjukkan bahwa metode yang digunakan dalam bimbingan pribadi dan sosial untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa adalah bimbingan kelompok dan individu. Materi yang digunakan dalam program bimbingan meliputi keterampilan berkomunikasi yang efektif, kemampuan mengelola emosi, membangun rasa percaya diri, mengatasi stres, serta memahami pentingnya menjaga kesehatan mental dan fisik. Namun, peneliti juga menemukan kendala dalam pelaksanaan program bimbingan pribadi dan sosial, seperti kurangnya dukungan dari orang tua siswa, keterbatasan waktu, dan sumber daya. Oleh karena itu, penelitian tentang upaya untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa sangat penting. Beberapa studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa program bimbingan kelompok dapat membantu siswa untuk

meningkatkan penyesuaian sosial mereka. Melalui program bimbingan pribadi dan sosial yang efektif, siswa dapat belajar mengenali dan mengatasi masalah pribadi atau sosial yang memengaruhi kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

**Kata kunci:** bimbingan dan konseling, bimbingan pribadi dan sosial, penyesuaian sosial siswa

## **PENDAHULUAN**

Penyesuaian sosial merupakan aspek penting dalam kehidupan sosial seseorang. Penyesuaian sosial yang buruk dapat membawa dampak negatif terhadap kesehatan mental, kinerja akademik, dan hubungan interpersonal seseorang (Mahmudi & Suroso, 2014)). Oleh karena itu, penelitian tentang upaya untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa sangatlah penting. Beberapa studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa program bimbingan kelompok dapat membantu siswa untuk meningkatkan penyesuaian sosial mereka (Leksana, D. M., 2019). Namun, masih terdapat kekosongan dalam penelitian mengenai gambaran program bimbingan pribadi dan sosial yang digunakan untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Dalam menghadapi kesulitan penyesuaian sosial, siswa membutuhkan bantuan dari pihak sekolah dalam bentuk program bimbingan pribadi dan sosial (Tohir, 2016). Program ini bertujuan untuk membantu siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosial yang beragam di sekolah, termasuk dengan guru, teman sebaya, dan lingkungan belajar. Melalui program bimbingan pribadi dan sosial yang efektif, siswa dapat belajar mengenali dan mengatasi masalah pribadi atau sosial yang memengaruhi kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Program ini juga dapat membantu siswa memperoleh keterampilan sosial yang penting untuk mengembangkan hubungan yang sehat dan positif dengan orang lain, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam kehidupan sosial, siswa memerlukan keterampilan untuk dapat berinteraksi dengan baik dengan lingkungan sekitar. Namun, tidak semua siswa memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang memadai, terutama jika mereka mengalami masalah pribadi atau sosial (Susilowati, 2013). Masalah penyesuaian sosial ini dapat berdampak negatif pada perkembangan akademik dan emosional siswa (Maslihah, S., 2011). Oleh karena itu, diperlukan program bimbingan pribadi dan sosial yang dapat membantu siswa meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial mereka di lingkungan sekolah. Penelitian ini akan memberikan gambaran tentang efektivitas program tersebut dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Dalam rangka meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial siswa di sekolah, program bimbingan pribadi dan sosial menjadi hal yang sangat penting. Program ini dapat membantu siswa mengatasi masalah sosial dan pribadi yang mereka hadapi, sehingga mereka dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitar dengan lebih baik. Program bimbingan pribadi dan sosial yang efektif akan memberikan siswa pemahaman tentang pentingnya keterampilan sosial dalam berinteraksi dengan orang lain, mengenali dan mengatasi masalah yang mereka hadapi, serta memperoleh dukungan yang diperlukan dari guru dan konselor. Dengan

demikian, program ini dapat memberikan dampak yang positif pada penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai program bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah. Penelitian ini akan melihat bagaimana program tersebut dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah pribadi atau sosial yang memengaruhi kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, serta memperoleh keterampilan sosial yang diperlukan dalam berinteraksi dengan orang lain.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis penelitian deskriptif karena fokus pada deskripsi detail tentang program bimbingan pribadi dan sosial serta penyesuaian sosial siswa. Jenis penelitian deskriptif memberikan gambaran akurat tentang suatu fenomena secara detail dan holistik. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pandangan, persepsi, dan pengalaman subjek penelitian secara mendalam. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif jenis penelitian deskriptif menjadi pilihan yang tepat untuk memperoleh gambaran lengkap dan mendalam tentang program bimbingan pribadi dan sosial serta penyesuaian sosial siswa.

Subjek penelitian adalah guru BK di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan. Pemilihan subjek penelitian yang tepat sangat penting untuk mendapatkan informasi yang akurat dan relevan dalam penelitian.

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan guru bimbingan dan konseling dan studi dokumen untuk memperoleh informasi tentang program bimbingan pribadi dan sosial yang telah ada. Teknik analisis data dilakukan dengan cara memberi label atau kode pada data, pengelompokan data ke dalam kategori-kategori tertentu, dan interpretasi data dengan menggunakan teori-teori yang relevan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Guru BK menjelaskan bahwa tujuan dari program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan adalah untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa. Program ini bertujuan untuk membantu siswa memahami diri mereka sendiri, mengembangkan kemampuan sosial, dan belajar cara berinteraksi dengan orang lain secara positif. Dalam konteks ini, penyesuaian sosial siswa dianggap penting karena akan mempengaruhi kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka dan menghadapi masalah pribadi dan sosial yang mungkin mereka alami di dalam maupun di luar lingkungan sekolah.

Jawaban dari guru BK tentang tujuan program Bimbingan Pribadi dan Sosial dapat dilihat di bawah ini:

Guru BK: "Tujuan program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan adalah untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Kami membantu siswa untuk memahami diri mereka sendiri, mengembangkan kemampuan sosial, dan belajar cara berinteraksi dengan orang lain secara positif. Kami harap bimbingan ini dapat membuat siswa menjadi individu yang lebih mandiri dan tangguh, mampu menangani masalah pribadi dan sosial dengan lebih baik."

Dari jawaban guru BK bisa dijelaskan bahwa tujuan dari program ini adalah untuk membuat siswa lebih mandiri dan tangguh, sehingga mereka dapat mengatasi masalah pribadi dan sosial dengan lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan tidak hanya fokus pada pemecahan masalah siswa, tetapi juga bertujuan untuk memberikan keterampilan dan dukungan kepada siswa agar dapat menjadi individu yang lebih kuat dan lebih siap menghadapi tantangan di masa depan.

Secara keseluruhan, jawaban wawancara tersebut menggambarkan bahwa program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan memiliki tujuan yang jelas dan konkret untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian sosial mereka, mengembangkan kemampuan sosial, dan menjadi individu yang lebih mandiri dan tangguh.

Berdasarkan jawaban dari guru BK, metode pelaksanaan program bimbingan dilaksanakan dengan menggunakan beberapa metode, yakni bimbingan kelompok, dan konseling individual.

#### 1) Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dilaksanakan kepada siswa untuk untuk melatih kemampuan sosial siswa. Berikut ini adalah data tentang metode pelaksanaan program bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Guru BK: "Kami menawarkan bimbingan kelompok yang difokuskan pada topik tertentu, seperti mengatasi stres atau meningkatkan percaya diri. Bimbingan kelompok biasa diadakan setelah jam sekolah dan diikuti oleh siswa yang membutuhkan bimbingan tambahan dalam aspek tertentu pada diri mereka."

Dalam jawaban tersebut, guru BK menyatakan bahwa metode pelaksanaan program bimbingan pribadi dan sosial dilakukan dengan menggunakan bimbingan kelompok yang difokuskan pada topik tertentu. Hal ini dimaksudkan untuk membantu siswa mengatasi masalah-masalah yang spesifik seperti stres atau kekurangan percaya diri. Bimbingan kelompok diadakan di luar jam sekolah dan diikuti oleh siswa yang membutuhkan bimbingan tambahan dalam aspek tertentu pada diri mereka. Metode bimbingan kelompok ini dapat membantu siswa untuk belajar dari pengalaman dan pemikiran yang berbeda-beda, sehingga dapat meningkatkan kemampuan sosial dan interpersonal siswa. Metode ini juga memungkinkan guru BK untuk memberikan perhatian dan bimbingan yang lebih individu kepada siswa dalam kelompok tersebut.

2) **Konseling Individu**

Konseling individu yang biasa dilakukan oleh guru BK MA Mualimin UNIVA, Kota Medan adalah untuk menindaklanjuti masalah yang dialami oleh siswa. Berikut adalah jawaban dari guru BK tentang konseling individu dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Guru BK: “Kami juga menyediakan konseling individual untuk siswa yang memerlukan bimbingan lebih lanjut dalam mengatasi masalah pribadi atau sosial.”

Data tersebut mengindikasikan bahwa program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan tersebut juga mencakup konseling individual untuk siswa yang membutuhkan bimbingan tambahan dalam mengatasi masalah pribadi atau sosial. Konseling individual dapat membantu siswa untuk lebih memahami masalah yang mereka hadapi, mencari solusi yang tepat, dan mengembangkan strategi yang efektif dalam menghadapi masalah tersebut. Konseling individual juga memberikan kesempatan bagi guru BK untuk memberikan perhatian dan bimbingan yang lebih spesifik kepada siswa, dengan memperhatikan kebutuhan dan masalah yang spesifik pada setiap siswa. Dengan demikian, konseling individual menjadi metode yang efektif dalam membantu siswa mengatasi masalah pribadi atau sosial yang mereka hadapi.

**a. Materi Program Bimbingan Pribadi dan Sosial**

Dalam melaksanakan proses bimbingan pribadi dan sosial untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa, guru BK SMP menyiapkan materi yang disampaikan pada proses bimbingan. Itu bisa dilihat dari jawaban wawancara di bawah ini:

Guru BK: “Di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan, materi yang diajarkan dalam program bimbingan pribadi dan sosial meliputi berbagai aspek penting dalam kehidupan siswa. Kami mengajarkan keterampilan berkomunikasi yang efektif, kemampuan mengelola emosi, membangun rasa percaya diri, mengatasi stres, serta memahami pentingnya menjaga kesehatan mental dan fisik.”

Data tersebut menjelaskan materi yang diajarkan dalam program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan. Guru BK mengajarkan siswa untuk memahami dan mengembangkan berbagai aspek penting dalam kehidupan, seperti keterampilan berkomunikasi yang efektif, kemampuan mengelola emosi, membangun rasa percaya diri, mengatasi stres, serta menjaga kesehatan mental dan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan berfokus pada pengembangan siswa secara holistik, tidak hanya dalam aspek akademik tetapi juga aspek sosial dan emosional. Dengan memperkenalkan keterampilan dan pengetahuan ini kepada siswa, diharapkan mereka dapat menjadi individu yang lebih siap menghadapi kehidupan dan sukses dalam berbagai aspek kehidupan.

**b. Kendala dalam Pelaksanaan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial**

Dalam pelaksanaan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa terdapat beberapa kendala. Kendala-kendala tersebut dijelaskan oleh guru BK dalam wawancara sebagai berikut:

1) Kurangnya Dukungan dari Orang Tua Siswa

Kendala pertama yang ditemukan dalam penelitian ini adalah kurangnya dukungan dari orang tua siswa. Penjelasan oleh guru BK dapat dilihat di bawah ini:

Guru BK: “Beberapa orang tua masih meremehkan pentingnya program bimbingan pribadi dan sosial, sehingga tidak mendukung anak mereka untuk mengikuti program ini.”

Data tersebut mengindikasikan bahwa masih ada beberapa orang tua yang meremehkan pentingnya program bimbingan pribadi dan sosial di sekolah. Mereka mungkin tidak menyadari bahwa bimbingan pribadi dan sosial dapat membantu anak-anak mereka dalam mengatasi masalah pribadi dan sosial, serta meningkatkan kemampuan sosial mereka. Karena orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung anak-anak mereka, sikap mereka yang meremehkan program bimbingan pribadi dan sosial dapat menjadi kendala dalam pelaksanaan program ini. Sebagai guru BK, kita perlu berupaya untuk memberikan pemahaman dan sosialisasi kepada orang tua tentang manfaat dari program bimbingan pribadi dan sosial bagi perkembangan dan kesejahteraan anak-anak mereka.

2) Keterbatasan waktu

Kendala selanjutnya adalah keterbatasan waktu yang mana guru tidak hanya disibukkan oleh satu tugas melainkan banyak tugas karena guru memang memiliki banyak tanggung jawab seperti yang bisa dilihat di bawah ini:

Guru BK: “Dengan banyaknya tugas dan kurikulum yang harus diselesaikan, siswa dan kami sebagai guru kesulitan untuk menyisihkan waktu yang cukup untuk melaksanakan program bimbingan pribadi dan sosial secara teratur.”

Data tersebut menjelaskan kendala dalam pelaksanaan program bimbingan pribadi dan sosial di MA Muallimin UNIVA, Kota Medan tersebut. Sebagai seorang guru BK, ia mengakui bahwa dengan tugas dan kurikulum yang banyak, waktu yang tersedia untuk melaksanakan program ini menjadi sangat terbatas. Hal ini dapat membuat program bimbingan pribadi dan sosial tidak dapat dilakukan secara teratur. Selain itu, siswa juga mungkin kesulitan untuk menyelesaikan tugas mereka dan mengikuti program bimbingan pribadi dan sosial secara bersamaan. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk mengatasi kendala tersebut, seperti mengoptimalkan waktu yang tersedia, meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya program ini, dan memastikan siswa mendapatkan manfaat maksimal dari program bimbingan pribadi dan sosial.

3) Keterbatasan Sumber Daya

Kendala selanjutnya adalah keterbatasan sumber daya. Keterbatasan sumber daya merupakan kendala yang bisa menghambat proses bimbingan, seperti yang dijelaskan oleh data di bawah ini:

Guru BK: “jumlah guru BK yang terbatas dan kurangnya dukungan anggaran untuk mengembangkan program bimbingan pribadi dan sosial.”

Data ini menunjukkan bahwa ada kendala dalam pelaksanaan program bimbingan pribadi dan sosial di MA Mualimin UNIVA, Kota Medan yang disebabkan oleh dua faktor utama. Pertama, jumlah guru BK yang terbatas. Keterbatasan jumlah guru BK dapat menyebabkan kesulitan dalam memberikan bimbingan dan konseling kepada semua siswa yang membutuhkan, karena jumlah siswa yang membutuhkan bimbingan mungkin lebih banyak daripada jumlah guru BK yang tersedia. Kedua, kurangnya dukungan anggaran untuk mengembangkan program bimbingan pribadi dan sosial. Tanpa dukungan anggaran yang cukup, sulit untuk mengembangkan program yang efektif dan memenuhi kebutuhan siswa secara optimal. Dukungan anggaran diperlukan untuk menyediakan sumber daya yang cukup, termasuk peralatan, buku panduan, dan fasilitas yang diperlukan untuk menyelenggarakan program bimbingan pribadi dan sosial secara efektif.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai program bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah. Penelitian telah melakukan pengumpulan data dan menganalisis data tersebut sehingga temuan pada penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Tujuan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial, 2) Metode Pelaksanaan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial, 3) Materi Program Bimbingan Pribadi dan Sosial, 4) Kendala dalam Pelaksanaan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial. Keempat temuan tersebut dapat memberikan gambaran dari bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa.

Pertama adalah tujuan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial. Tujuan dari program ini adalah untuk membuat siswa lebih mandiri dan tangguh, sehingga mereka dapat mengatasi masalah pribadi dan sosial dengan lebih baik. Temuan ini sejalan dengan Prameswari (2022), yang mana dalam penelitiannya bimbingan pribadi yang dilakukan oleh sekolah yang ia teliti dapat meningkatkan *Self-Compassion* atau mencintai diri sendiri sehingga para siswa dapat lebih mandiri dan tidak sering cemas dan depresi. Maka, bisa disimpulkan tujuan tersebut dapat menggambarkan bimbingan pribadi dan sosial sekolah tersebut, yakni bimbingan pribadi dan sosial pada SMP tersebut bertujuan untuk membuat kemampuan sosial siswa menjadi lebih baik dan siswa dapat mengatasi masalah pribadinya sendiri.

Kedua adalah metode pelaksanaan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial. Dalam melaksanakan Program Bimbingan Pribadi dan Sosial untuk Meningkatkan

Penyesuaian Sosial Siswa, guru BK pada MA Mualimin UNIVA, Kota Medan menggunakan bimbingan kelompok dan individu. Bimbingan kelompok dilakukan dengan cara mengumpulkan beberapa siswa dengan masalah yang sama lalu bimbingan difokuskan pada peningkatan percaya diri siswa agar kemampuan sosial siswa semakin meningkat. Hal tersebut sejalan dengan Nurhidayati (2016), yang mana dalam penelitiannya ia menemukan guru BK menggunakan bimbingan kelompok dalam memecahkan masalah siswa dengan masalah yang serupa. Selanjutnya, bimbingan individu dilakukan apabila bimbingan kelompok dirasa masih kurang cukup untuk meningkatkan kemampuan sosial siswa.

Ketiga adalah materi yang dibawa dalam Bimbingan Pribadi dan Sosial. Materi yang dibawa oleh guru untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial siswa adalah keterampilan berkomunikasi yang efektif, kemampuan mengelola emosi, membangun rasa percaya diri, mengatasi stres, serta memahami pentingnya menjaga kesehatan mental dan fisik. Temuan ini sejalan dengan Hanum (2021), yang mana dalam penelitiannya bimbingan pribadi sosial dapat menyelesaikan masalah siswa dengan *self-efficacy* rendah atau siswa yang tidak percaya pada dirinya sendiri. Sehingga bisa disimpulkan bahwa dalam melakukan bimbingan pribadi dan sosial, guru BK menyiapkan materi dalam bimbingan yang dilaksanakan.

Terakhir adalah kendala dalam bimbingan pribadi dan sosial. Kendala yang peneliti temukan adalah kendala umum yang tidak hanya ditemukan dalam bimbingan untuk meningkatkan penyesuaian sosial siswa. Kendala tersebut adalah kurangnya dukungan dari orang tua siswa, keterbatasan waktu, keterbatasan sumber daya. Temuan ini sejalan dengan Mufidah (2021) yang menemukan kendala serupa dalam bimbingan konseling di era pandemic Covid-19, yaitu terbatasnya waktu para konselor dan konselir serta orang tua yang tidak mendukung kegiatan konseling selama masa pandemi. Maka bisa disimpulkan bahwa gambaran bimbingan pribadi dan sosial adalah terdapat kendala di dalamnya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa program bimbingan pribadi dan sosial di sekolah memiliki tujuan yang jelas untuk meningkatkan kemampuan sosial siswa dalam mengatasi masalah pribadi dan sosial. Metode pelaksanaan program bimbingan dilakukan dengan menggunakan bimbingan kelompok dan individu. Materi yang diajarkan dalam program bimbingan pribadi dan sosial mencakup keterampilan berkomunikasi, mengelola emosi, membangun rasa percaya diri, mengatasi stres, dan menjaga kesehatan mental dan fisik. Namun, program bimbingan pribadi dan sosial juga menghadapi kendala dalam pelaksanaannya, seperti kurangnya dukungan dari orang tua siswa, keterbatasan waktu, dan keterbatasan sumber daya. Oleh karena itu, perlu adanya dukungan dan perhatian yang lebih dari berbagai pihak agar program bimbingan pribadi dan sosial dapat berjalan dengan optimal dan memberikan dampak positif bagi peningkatan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Hanum, A. (2021). Bimbingan pribadi-sosial untuk self-efficacy siswa dan implikasinya pada bimbingan dan konseling di SMK Diponegoro Sleman Yogyakarta. *EDUSOSHUM: Journal of Islamic Education and Social Humanities*, 1(2), 1-15.
- Leksana, D. M. (2019). Bimbingan kelompok dengan teknik permainan tradisional untuk meningkatkan penyesuaian sosial. *JCE (Journal of Childhood Education)*, 1(1).
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial, dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02).
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- Mufidah, E. F., & Widyastuti, A. (2021). Konselor sebaya dalam keterbatasan waktu konselor memberikan layanan bimbingan dan konseling di era pandemi Covid 19. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 27-32.
- Nurhidayati, D. D. (2016). Peningkatan pemahaman manajemen waktu melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving pada siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 24.
- Prameswari, N. K. (2022). *Bimbingan pribadi islami untuk meningkatkan self-Compassion remaja: Penelitian di SMPN 1 Ciparay* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Susilowati, E. (2013). Kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi*, 1(01), 101-113.
- Tohir, D. (2016). Program bimbingan pribadi sosial untuk peningkatan kepercayaan diri siswa. *Journal of Regional Public Administration (JRPA)*, 1(1), 80-93.