



EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING DALAM MENGATASI MASALAH ADAPTASI SISWA BARU DI SD NEGERI 0508 TANGGA BOSI

**Rizki Hamdan Saputra¹, Resty Habibah Hasibuan², Fatimah³,
Nur Delima Lubis⁴, Rizky Sudrajat⁵**

Email: rhamdan315@gmail.com¹, restihabibah03@gmail.com², fatimah2909900@gmail.com³,
nurdelimalubis4@gmail.com⁴, rzkisaya49@gmail.com⁵

Institut Agama Islam Padang Lawas

Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling dalam mengatasi masalah adaptasi siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *one group pretest-posttest*, melibatkan 30 siswa baru yang mengalami kesulitan adaptasi. Data dikumpulkan melalui angket adaptasi siswa dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan skor adaptasi siswa dari rata-rata 58,47 pada pretest menjadi 74,83 pada posttest, dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Layanan konseling terbukti efektif dalam meningkatkan aspek emosional, sosial, dan perilaku belajar siswa, termasuk kepercayaan diri, keterampilan sosial, dan partisipasi aktif dalam pembelajaran. Temuan ini menegaskan pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang terstruktur dan sistematis untuk mendukung keberhasilan adaptasi siswa baru di sekolah dasar.

Kata kunci: layanan konseling, adaptasi siswa, sekolah dasar, efektivitas

Abstract This study aims to examine the effectiveness of counseling services in addressing the adaptation problems of new students at SD Negeri 0508 Tangga Bosi. The research employed a quantitative approach with a one-group pretest–posttest design, involving 30 new students who experienced adaptation difficulties. Data were collected using a student adaptation questionnaire and analyzed using descriptive statistics and paired-sample t-test. The results showed a significant increase in students' adaptation scores from an average of 58.47 in the pretest to 74.83 in the posttest, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). Counseling services proved effective in improving students' emotional, social, and learning behavior aspects, including self-confidence, social skills, and active participation in learning. These findings emphasize the importance of structured and systematic counseling services to support the successful adaptation of new students in elementary schools.

Keywords: counseling services, student adaptation, elementary school, effectiveness

PENDAHULUAN

Adaptasi siswa baru di sekolah dasar merupakan proses penting yang memengaruhi kesiapan akademik, sosial, dan emosional anak dalam menghadapi lingkungan sekolah. Siswa yang mengalami kesulitan adaptasi cenderung menunjukkan perilaku cemas, menarik diri, kurang percaya diri, serta mengalami hambatan dalam membangun hubungan sosial dengan teman sebaya dan guru, sehingga berdampak pada kesejahteraan psikologis dan proses belajarnya. Adaptasi yang efektif mencakup kemampuan siswa menyesuaikan diri dengan rutinitas sekolah, aturan, interaksi sosial, dan tuntutan pembelajaran yang baru (Sari & Nurhayati, 2021).

Pada masa awal masuk sekolah, khususnya bagi siswa kelas awal atau siswa pindahan, perubahan lingkungan belajar sering kali menimbulkan tekanan psikologis. Perbedaan suasana belajar, metode pembelajaran, serta pola interaksi di sekolah dapat memicu munculnya rasa takut, cemas, dan ketidaknyamanan pada siswa baru. Kondisi ini jika tidak ditangani dengan baik dapat menghambat proses pembelajaran dan perkembangan sosial anak secara berkelanjutan (Putra & Lestari, 2022).

Masalah adaptasi siswa baru tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga berpengaruh terhadap motivasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Siswa yang belum mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolah cenderung pasif, kurang berpartisipasi dalam pembelajaran, serta menunjukkan penurunan minat belajar. Penelitian Wahyuni dan Arifin (2020) menunjukkan bahwa kegagalan adaptasi di awal masa sekolah berkontribusi terhadap rendahnya keaktifan dan pencapaian belajar siswa sekolah dasar.

Dalam konteks tersebut, layanan bimbingan dan konseling di sekolah dasar memiliki peran strategis dalam membantu siswa baru mengatasi masalah adaptasi. Layanan konseling tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemecahan masalah, tetapi juga sebagai upaya preventif dan pengembangan yang bertujuan membantu siswa mengenali potensi diri, mengelola emosi, serta membangun keterampilan sosial yang diperlukan dalam lingkungan sekolah. Fitriani dan Hakim (2023) menyatakan bahwa layanan konseling yang dilaksanakan secara terencana mampu meningkatkan penyesuaian diri dan rasa aman siswa di sekolah dasar.

Beberapa penelitian empiris menunjukkan bahwa layanan konseling efektif dalam membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan penyesuaian diri. Penelitian Rahman dan Setianingsih (2024) menemukan bahwa layanan bimbingan klasikal berkontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan adaptasi sosial dan emosional peserta didik. Temuan serupa juga disampaikan oleh Mubarok et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa layanan bimbingan dan konseling mampu membantu siswa sekolah dasar menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar yang baru.

Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas layanan konseling dalam mengatasi masalah adaptasi siswa baru di sekolah dasar, khususnya di wilayah Kabupaten Padang Lawas, masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik lingkungan sekolah dan latar belakang sosial budaya siswa dapat memengaruhi tingkat keberhasilan layanan konseling yang diberikan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih kontekstual dan berbasis kondisi lokal untuk memperoleh gambaran empiris yang akurat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji efektivitas layanan konseling dalam mengatasi masalah adaptasi siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian bimbingan dan konseling di sekolah dasar, serta memberikan rekomendasi praktis bagi sekolah dan guru dalam merancang layanan konseling yang efektif guna mendukung keberhasilan adaptasi siswa baru.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimental, yaitu desain one group pretest-posttest. Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling dalam mengatasi masalah adaptasi siswa baru dengan membandingkan kondisi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk mengukur perubahan perilaku atau kondisi psikologis siswa sebagai akibat dari suatu perlakuan tertentu secara terukur dan sistematis (Sugiyono, 2021).

Subjek penelitian adalah siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi, Kecamatan Lubuk Barumun, Kabupaten Padang Lawas, yang mengalami kesulitan adaptasi pada awal masuk sekolah. Data penelitian dikumpulkan menggunakan angket adaptasi siswa yang disusun berdasarkan skala Likert lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Angket diberikan dua kali, yaitu sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pelaksanaan layanan konseling. Selain angket, data pendukung diperoleh melalui dokumentasi sekolah guna memperkuat deskripsi kondisi awal siswa (Prayitno & Amti, 2020).

Analisis data dilakukan dengan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat adaptasi siswa sebelum dan sesudah layanan konseling, sedangkan statistik inferensial digunakan untuk menguji perbedaan skor pretest dan posttest. Uji yang digunakan adalah uji t berpasangan (paired sample t-test) karena data berasal dari satu kelompok yang sama dengan dua kali pengukuran. Teknik analisis ini dinilai tepat untuk menilai efektivitas layanan konseling dalam meningkatkan kemampuan adaptasi siswa baru secara signifikan (Ghozali, 2021).

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi, Kecamatan Lubuk Barumun, Kabupaten Padang Lawas, yang pada awal masuk sekolah menunjukkan indikasi kesulitan adaptasi terhadap lingkungan belajar. Penentuan responden dilakukan berdasarkan hasil observasi awal guru dan konselor sekolah, serta rekomendasi wali kelas yang menilai adanya hambatan dalam penyesuaian diri siswa, baik dari aspek emosional, sosial, maupun perilaku belajar. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh 30 siswa yang dijadikan subjek penelitian.

Ditinjau dari jenis kelamin, responden terdiri atas 14 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Komposisi ini menunjukkan bahwa permasalahan adaptasi pada siswa baru tidak hanya dialami oleh satu jenis kelamin tertentu, melainkan terjadi secara relatif merata pada siswa laki-laki maupun perempuan. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan adaptasi siswa lebih dipengaruhi oleh kesiapan psikologis dan pengalaman awal sekolah dibandingkan faktor gender semata.

Berdasarkan usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia 6–7 tahun, yang merupakan usia transisi dari lingkungan keluarga atau pendidikan pra-sekolah

menuju pendidikan dasar. Pada fase perkembangan ini, anak masih berada pada tahap penyesuaian diri terhadap tuntutan baru seperti kedisiplinan sekolah, kemandirian belajar, serta kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya dan guru. Kondisi perkembangan tersebut menjadikan siswa pada usia ini rentan mengalami kecemasan, ketergantungan, dan kebingungan dalam menghadapi lingkungan sekolah yang baru.

Dari hasil pengamatan awal dan pengisian angket pretest, sebagian besar siswa menunjukkan karakteristik kesulitan adaptasi seperti rasa takut berada di kelas, kurang percaya diri saat berinteraksi dengan teman sebaya, enggan mengikuti aturan sekolah, serta kecenderungan menarik diri atau bergantung pada guru. Beberapa siswa juga menunjukkan perilaku pasif dalam kegiatan pembelajaran, seperti enggan bertanya, kurang fokus, dan kesulitan mengikuti rutinitas belajar harian.

Secara umum, kondisi responden menggambarkan bahwa siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi masih membutuhkan pendampingan yang sistematis dalam proses adaptasi sekolah. Karakteristik responden yang berada pada usia awal sekolah dasar, memiliki pengalaman sekolah yang beragam, serta menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang belum optimal menjadi dasar yang kuat untuk dilaksanakannya layanan konseling sebagai upaya membantu siswa beradaptasi secara lebih efektif dengan lingkungan sekolah.

Uji Validitas Angket

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana butir pernyataan dalam angket mampu mengukur konstruk yang hendak diteliti, yaitu adaptasi siswa baru di sekolah dasar. Angket adaptasi siswa terdiri atas 20 item pernyataan yang diberikan kepada 30 responden. Teknik uji validitas yang digunakan adalah korelasi Product Moment Pearson, dengan cara mengorelasikan skor setiap item dengan skor total angket. Pengolahan data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS.

Berdasarkan jumlah responden sebanyak 30 siswa dan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai r tabel sebesar 0,361. Suatu item dinyatakan valid apabila nilai r hitung $> r$ tabel. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai r hitung yang lebih besar daripada r tabel, sehingga semua item dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 1. Uji Validitas Angket Adaptasi Siswa

No. Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0,521	0,361	Valid
2	0,486	0,361	Valid
3	0,604	0,361	Valid
4	0,557	0,361	Valid
5	0,472	0,361	Valid
6	0,618	0,361	Valid
7	0,495	0,361	Valid
8	0,541	0,361	Valid
9	0,583	0,361	Valid
10	0,467	0,361	Valid
11	0,629	0,361	Valid

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING DALAM MENGATASI MASALAH
ADAPTASI SISWA BARU DI SD NEGERI 0508 TANGGA BOSI**

12	0,514	0,361	Valid
13	0,552	0,361	Valid
14	0,489	0,361	Valid
15	0,601	0,361	Valid
16	0,533	0,361	Valid
17	0,575	0,361	Valid
18	0,462	0,361	Valid
19	0,587	0,361	Valid
20	0,548	0,361	Valid

Tabel 1, hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memenuhi kriteria validitas, karena nilai r hitung masing-masing item lebih besar dibandingkan nilai r tabel. Hal ini menandakan bahwa setiap item dalam angket mampu merepresentasikan aspek-aspek adaptasi siswa baru, baik dalam dimensi emosional, sosial, maupun perilaku belajar. Dengan demikian, instrumen angket yang digunakan memiliki tingkat ketepatan yang baik dalam mengukur variabel adaptasi siswa.

Uji Reliabilitas Angket

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen angket adaptasi siswa yang digunakan dalam penelitian. Instrumen yang reliabel menunjukkan bahwa angket mampu memberikan hasil pengukuran yang stabil dan konsisten apabila digunakan pada subjek yang sama dalam kondisi yang relatif serupa. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik Cronbach's Alpha, dengan bantuan program SPSS, terhadap 20 item pernyataan yang telah dinyatakan valid.

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,873. Menurut kriteria reliabilitas, suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60, dan dikategorikan sangat reliabel apabila nilainya di atas 0,70. Dengan demikian, angket adaptasi siswa dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sangat reliabel, sehingga layak digunakan untuk pengumpulan data penelitian lebih lanjut.

Tabel 2 Hasil Uji Reliabilitas Angket

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Keterangan
Adaptasi Siswa	20	0,873	Sangat Reliabel

Tabel 2, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen angket adaptasi siswa memiliki tingkat konsistensi internal yang tinggi. Nilai Cronbach's Alpha yang berada di atas batas minimal reliabilitas mengindikasikan bahwa setiap item pernyataan saling berkorelasi secara positif dalam mengukur konstruk adaptasi siswa baru. Hal ini menegaskan bahwa data yang diperoleh dari angket tersebut dapat dipercaya dan mencerminkan kondisi adaptasi siswa secara akurat.

Deskripsi Data Pretest dan Posttest

Deskripsi data pretest dan posttest digunakan untuk menggambarkan kondisi tingkat adaptasi siswa baru sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling. Data

pretest diperoleh melalui pengisian angket adaptasi siswa sebelum pelaksanaan layanan konseling, sedangkan data posttest diperoleh setelah siswa mengikuti rangkaian layanan konseling yang telah dirancang sesuai dengan kebutuhan adaptasi siswa baru. Hasil pengukuran ini bertujuan untuk melihat adanya perubahan skor adaptasi siswa secara deskriptif.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diketahui bahwa rata-rata skor adaptasi siswa pada tahap pretest sebesar 58,47, dengan skor terendah 45 dan skor tertinggi 72. Nilai standar deviasi sebesar 6,28 menunjukkan bahwa tingkat adaptasi siswa sebelum diberikan layanan konseling masih bervariasi dan cenderung berada pada kategori sedang hingga rendah. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru.

Setelah diberikan layanan konseling, hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan skor adaptasi siswa. Rata-rata skor adaptasi siswa pada tahap posttest meningkat menjadi 74,83, dengan skor terendah 65 dan skor tertinggi 88. Standar deviasi sebesar 5,74 menunjukkan bahwa variasi skor adaptasi siswa setelah layanan konseling relatif lebih homogen dibandingkan sebelum perlakuan. Peningkatan rata-rata skor ini mengindikasikan bahwa layanan konseling memberikan dampak positif terhadap kemampuan adaptasi siswa baru di sekolah dasar.

Tabel 3 Statistik Deskriptif Pretest dan Posttest

Tahap Tes	N	Skor Minimum	Skor Maksimum	Rata-rata	Standar Deviasi
Pretest	30	45	72	58,47	6,28
Posttest	30	65	88	74,83	5,74

Tabel 3, hasil statistik deskriptif menunjukkan adanya perbedaan nilai rata-rata antara pretest dan posttest, di mana skor adaptasi siswa mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling. Perbedaan ini secara deskriptif menunjukkan bahwa layanan konseling berpotensi efektif dalam membantu siswa baru menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Namun, untuk memastikan apakah peningkatan tersebut signifikan secara statistik, diperlukan pengujian lebih lanjut menggunakan uji inferensial, yaitu uji t berpasangan.

Uji Normalitas Data (Shapiro–Wilk)

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pretest dan posttest berdistribusi normal sebagai prasyarat penggunaan uji statistik parametrik, yaitu uji t berpasangan. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan uji Shapiro–Wilk, karena jumlah responden kurang dari 50 orang. Pengujian dilakukan terhadap data skor pretest dan posttest adaptasi siswa dengan bantuan program SPSS.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) untuk data pretest sebesar 0,162 dan untuk data posttest sebesar 0,094. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji Shapiro–Wilk adalah jika nilai Sig. lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa

baik data pretest maupun posttest dalam penelitian ini berdistribusi normal, sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan uji statistik parametrik.

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

Data	Statistik Shapiro-Wilk	Sig.	Keterangan
Pretest	0,956	0,162	Normal
Posttest	0,948	0,094	Normal

Tabel 4, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data pretest dan posttest memenuhi asumsi normalitas. Dengan terpenuhinya asumsi tersebut, analisis data dapat dilanjutkan menggunakan uji t berpasangan untuk menguji perbedaan rata-rata skor adaptasi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling. Penyajian uji normalitas dalam artikel jurnal berfungsi sebagai bukti bahwa prosedur analisis data telah dilakukan secara sistematis dan sesuai dengan kaidah statistik yang berlaku.

Uji t Berpasangan (Paired Sample t-test)

Uji t berpasangan dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor adaptasi siswa sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan layanan konseling. Uji ini digunakan karena data berasal dari satu kelompok yang sama dan telah memenuhi asumsi normalitas. Pengujian dilakukan menggunakan bantuan program SPSS dengan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

Hasil uji t berpasangan menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor adaptasi siswa pada tahap posttest lebih tinggi dibandingkan dengan pretest. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai t hitung sebesar $-9,214$ dengan derajat kebebasan (df) sebesar 29, serta nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest adaptasi siswa.

Tabel 5 Hasil Uji t Berpasangan

Variabel	Mean Pretest	Mean Posttest	t	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Adaptasi Siswa	58,47	74,83	-9,214	29	0,000	Signifikan

Tabel 5, hasil uji t berpasangan menunjukkan bahwa layanan konseling yang diberikan kepada siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi secara statistik berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan adaptasi siswa. Perbedaan skor yang signifikan antara pretest dan posttest mengindikasikan bahwa layanan konseling mampu membantu siswa mengurangi kesulitan penyesuaian diri dan meningkatkan kesiapan mereka dalam menghadapi lingkungan sekolah yang baru.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling yang diberikan kepada siswa baru di SD Negeri 0508 Tangga Bosi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan adaptasi siswa, baik dari aspek emosional, sosial, maupun perilaku belajar. Berdasarkan statistik deskriptif, terjadi peningkatan skor rata-rata dari 58,47 pada pretest menjadi 74,83 pada posttest, dan uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi

0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa perbedaan skor tersebut bukan terjadi secara kebetulan, tetapi karena intervensi layanan konseling yang diberikan.

Temuan ini konsisten dengan hasil kajian literatur yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan sosial-emosional dan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Sebagai contoh, kunjungan kajian literatur oleh Sakalieng et al. (2024) menjelaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling secara terstruktur mampu membantu siswa mengenali emosi, meningkatkan kepercayaan diri, serta membangun hubungan sosial yang sehat di sekolah dasar. Layanan ini, ketika diberikan melalui teknik individu maupun kelompok, memberikan dukungan psikososial yang diperlukan siswa dalam menghadapi tuntutan adaptasi sekolah yang baru.

Selain itu, studi empiris mengenai layanan bimbingan dan konseling di sekolah dasar menunjukkan bahwa konseling bukan hanya sarana untuk menyelesaikan masalah yang muncul, tetapi juga mempunyai peran preventif dan pengembangan. Kondisi siswa yang kesulitan mengelola emosi dan interaksi sosial dapat diantisipasi serta ditangani melalui pendekatan konseling yang tepat, sehingga siswa menjadi lebih siap untuk menghadapi rutinitas sekolah, aturan, maupun tuntutan pembelajaran yang berubah dari lingkungan keluarga sebelumnya. Pendekatan ini sejalan dengan strategi konseling yang dibahas dalam penelitian Sabrina, Amaliah, dan Aliyyah (2024) yang menekankan pentingnya peran guru BK dalam mengidentifikasi masalah siswa dan menerapkan teknik layanan yang sesuai kebutuhan siswa sekolah dasar.

Selain efektivitas secara umum, layanan konseling juga mendukung kemampuan siswa dalam mengelola tantangan emosional positif maupun negatif. Penelitian oleh Berliana, D. K., & Hayati, L. M. (2024) yang menganalisis peran layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi gangguan emosi dan konsentrasi pada siswa sekolah dasar menunjukkan bahwa konseling dapat membantu siswa mengontrol kondisi emosional mereka sehingga konsentrasi dalam pembelajaran meningkat. Hal ini penting karena kecemasan emosional dan kurangnya kontrol diri merupakan salah satu gangguan internal yang paling sering dihadapi siswa baru dalam masa adaptasi awal sekolah.

Lebih lanjut, pendekatan konseling yang terencana dan berkesinambungan memungkinkan siswa untuk mengenali kekuatan serta keterbatasan dirinya sehingga mereka dapat berpartisipasi lebih aktif dalam konteks sosial dan belajar. Hal ini berarti layanan konseling tidak hanya menyelesaikan masalah yang sudah muncul tetapi juga memfasilitasi perkembangan kompetensi adaptif siswa dalam jangka panjang. Hal tersebut sesuai dengan prinsip layanan bimbingan dan konseling sebagai praktik yang terus berkembang dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis siswa secara menyeluruh (Sarbaini, dkk, 2025).

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkuat asumsi bahwa pendampingan psikososial yang intensif, melalui layanan konseling yang sistematis, dapat mempercepat proses penyesuaian diri siswa baru di sekolah. Tidak hanya mengurangi gejala maladaptasi seperti kecemasan dan perilaku menarik diri, tetapi juga meningkatkan keterampilan sosial, rasa percaya diri, serta keterlibatan aktif dalam lingkungan sekolah. Penelitian ini memperluas bukti empiris yang menunjukkan bahwa intervensi konseling

memiliki kontribusi yang jelas terhadap keberhasilan adaptasi siswa, terutama di tingkat sekolah dasar yang merupakan masa transisi penting dalam perkembangan anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling yang diberikan di SD Negeri 0508 Tangga Bosi terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan adaptasi siswa baru. Efektivitas ini terlihat dari peningkatan skor rata-rata adaptasi siswa dari 58,47 pada pretest menjadi 74,83 pada posttest, dengan uji t berpasangan menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Selain peningkatan skor angket, layanan konseling juga berdampak positif terhadap perilaku sosial siswa, partisipasi dalam kegiatan pembelajaran, serta kemampuan mengelola emosi dan rasa percaya diri. Keberhasilan layanan konseling ini dipengaruhi oleh penerapannya yang terstruktur, sistematis, dan disesuaikan dengan kebutuhan individu siswa. Temuan ini memberikan bukti empiris bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan adaptasi siswa baru di sekolah dasar dan menekankan perlunya pendampingan psikososial yang berkesinambungan untuk menunjang kesiapan akademik, sosial, dan emosional anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, A. R. A. (2024). *Bimbingan dan Konseling sebagai Sarana Mengatasi Masalah Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Ilmiah Research Student*, 1(3), 750. DOI:10.61722/jirs.v1i3.750.
- Arikunto, S. (2020). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Berliana, D. K., & Hayati, L. M. (2024). *Penerapan Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Gangguan Emosi dan Konsentrasi Belajar pada Siswa SD*. *Jurnal Pendidikan Widyaswara Indonesia*, 1(1), 94.
- Fitriani, R., & Hakim, L. (2023). Peran layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 13(2), 145–154.
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 26. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Mubarok, A. J., Hidayat, A. N., & Nuraeni, I. N. (2024). Bimbingan dan konseling dalam membantu adaptasi siswa sekolah dasar terhadap lingkungan belajar. *Jurnal Tahsinia*, 6(4), 211–220.
- Prayitno, & Amti, E. (2020). Dasar-dasar bimbingan dan konseling. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putra, A., & Lestari, I. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi adaptasi siswa sekolah dasar pada masa awal sekolah. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(1), 67–75.

- Rahman, A. K., & Setianingsih, E. (2024). Efektivitas layanan bimbingan klasikal terhadap penyesuaian diri peserta didik. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(2), 228–236.
- Sabrina, S. N., Amaliah, Z. V., & Aliyyah, R. R. (2024). *Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar. Karimah Tauhid*, 3(9), 9905–9919.
- Sakalieng, F., Christania, C., & Lahinda, D. (2024). *Kajian Literatur tentang Peran Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mendukung Perkembangan Sosial-Emosional Siswa Sekolah Dasar. MATHESI: Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling*.
- Sarbaini, S., Kenedi, G., Afnibar, A., & Ulfatmi, U. (2025). *Pelaksanaan Konseling Bagi Anak Usia Sekolah SD/MI. Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 6(4)
- Sari, M., & Nurhayati, E. (2021). Adaptasi sosial-emosional siswa sekolah dasar dalam lingkungan sekolah. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1682–1689.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, S., & Arifin, Z. (2020). Penyesuaian diri siswa dan implikasinya terhadap proses pembelajaran di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(2), 101–110.
- Widodo. (2022). Analisis statistik untuk penelitian pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 29(1), 45–54.