

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Remaja sebagai seorang individu yang sedang dalam proses berada dalam proses berkembang yaitu berkembang kearah kematangan atau kemandirian mereka selalu melakukan interaksi sosial. Untuk mencapai kematangan tersebut, siswa memerlukan Bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungan sosial, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Disamping itu terdapat suatu keniscayaan bahwa proses perkembangan siswa tidak selalu berlangsung secara mulus, atau bebas dari masalah. Dengan kata lain, proses perkembangan itu tidak selalu berjalan dalam jalur linier, lurus, atau searah dengan potensi, harapan dan nilai-nilai yang dianut.

Perkembangan siswa tidak lepas dari pengaruh lingkungan, baik fisik, psikis maupun sosial. Sifat yang melekat pada lingkungan adalah perubahan. Perubahan yang terjadi dalam lingkungan dapat mempengaruhi gaya hidup (*life style*).

Remaja yang kurang sehat jasmani disebabkan oleh suatu penyakit akan merasa rendah diri, sedangkan keadaan demikian itu berlarut-larut akan mengakibatkan gangguan pula terhadap kesehatan mentalnya. Perasaan rendah diri dan ketidakpuasan akan terjadi pula disebabkan hilangnya rasa aman, merasa ternodai falsafah hidupnya sehingga cita-citanya merasa terhambat. Remaja akan frustasi dan terjadilah kelainan pada tingkah lakunya seperti kurang biasa menyesuaikan diri, melanggar susila dan melanggar orang tua.

Kehidupan sosial remaja yang paling dominan adalah keinginan bergaul dengan teman-temannya. Remaja sering berkelompok yang seolah-olah sudah senasib dan sepenanggungan. Hal ini disebabkan oleh perasaan ingin diakui atau termasuk ke dalam kelompok teman-temannya, sehingga sering meninggalkan kepentingan keluarga bahkan kepentingan dirinya sendiri demi kelompoknya. Dalam masalah perhatiannya terhadap masyarakat maka apabila terjadi hal-hal yang tidak serasi dalam masyarakat ia akan kecewa lalu menuduh masyarakat bertanggungjawab atas masalah itu. Akibat lain menuduh juga kepada Tuhan dan agama, sehingga remaja menjadi goncang.

Berdasarkan penelitian Siti (2008: 56) diketahui bahwa remaja cenderung lemah dalam kemampuan menghargai teman dan bekerja sama dengan teman sebaya. Remaja kurang peduli terhadap teman sebaya, belum memiliki kemampuan untuk bersaing dengan teman sebaya secara sportif dan kurang setia kawan. Padahal di sisi lain remaja memiliki keinginan untuk diperhitungkan dan mendapatkan tempat dalam kelompok sebayanya.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Matson dan Ollendick (1998: 15) menyatakan sekitar 90%-98% dari 8 sampai 15 siswa mengalami kesulitan dalam berhubungan dengan teman seperti, takut ketika berbicara atau menyampaikan pendapat, tidak memperhatikan saat teman berbicara, mengambil barang teman tanpa meminta izin dan lain-lain.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri.

Sehubungan dengan ulasan tersebut Hurlock (2006) mengungkapkan kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan.

Penyesuaian diri merupakan tuntutan bagi setiap individu untuk dapat tetap diterima di masyarakat dan proses yang melibatkan respon mental serta tingkah laku, untuk memenuhi kebutuhan yang tidak bertentangan dengan norma masyarakat. Oleh karena itu individu khususnya siswa-siswi di sekolah perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri agar mampu berinteraksi secara baik dengan individu lain (Lazarus dalam Wijaya, 2007). Namun demikian tidak semua individu dapat menyesuaikan diri dengan baik, ada individu atau siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dan mengikuti aturan-aturan yang ada di lingkungan sosialnya. Fakta-fakta seperti bolos sekolah, penyalahgunaan NAPZA, perilaku kriminal, tawuran, seks bebas, merupakan fenomena yang menyolok di kalangan remaja atau siswa pada masa sekarang.

Menurut guru Bimbingan Konseling indikator permasalahan penyesuaian diri pada siswa tercermin dari beberapa perilaku seperti: sering menyendiri dan menarik diri dari pergaulan, minder dan tidak percaya diri, sulit mengungkapkan pendapat, jarang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi.

Penyesuaian diri dipengaruhi banyak faktor. Salah satu determinan atau variabel yang diasumsikan berpengaruh terhadap penyesuaian diri siswa yaitu dukungan teman sebaya. Menurut Monks dkk (2008) kelompok teman sebaya besar artinya bagi perkembangan siswa yang masih dalam usia remaja. Menginjak masa remaja pusat perhatian seorang anak mulai beralih dari keluarga ke kelompok teman sebayanya. Kelompok teman sebaya merupakan sarana bagi remaja untuk bersosialisasi.

Didalam kelompoknya remaja belajar bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan nilai yang berlaku di masyarakat, belajar bagaimana berhubungan dengan orang lain, memahami perasaan individu dan belajar untuk mendengarkan serta bersikap toleran pada orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Gunarsa (2006) bahwa remaja mempunyai ciri yang menonjol yaitu keinginan untuk berkelompok dengan teman sebaya. Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama di mana remaja hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarga. Teman sebaya memiliki tujuan, perasaan, ciri, norma dan kebiasaan yang jauh berbeda dengan apa yang ada pada keluarga. Hurlock (2006) menjelaskan bahwa pengaruh teman sebaya sebagai kelompok terhadap perilaku remaja seperti sikap, pembicaraan, minat, penampilan lebih besar dari pengaruh keluarga.

Dukungan teman sebaya dapat mencakup aspek psikis maupun sosial, berkaitan dengan ulasan tersebut Wheatley (Taufik, 2010) mengungkapkan dukungan khususnya dari teman sebaya akan membangun kepercayaan dan kesadaran seseorang bahwa dia dipedulikan, dikasihi, dihargai, bernilai, dan merupakan bagian dari masyarakat yang saling mendukung dan membutuhkan.

Ditambahkan oleh Champion dan Goodall (Taufik, 2010) dukungan dibutuhkan baik ketika individu sedang menderita stres maupun dalam kondisi normal, karena adanya dukungan sosial pada kondisi normal dapat menghalau atau dapat menjadi pertahanan kemungkinan terjadinya stres pada individu. Begitu pula yang diperlukan oleh siswa ketika memasuki lingkungan sekolah menengah untuk yang pertama kali. Dukungan dari teman sebaya diharapkan dapat membantu membangun kepercayaan dan keyakinan siswa ketika bersosialisasi dan berkomunikasi dengan lingkungan dan teman-teman yang baru dikenalnya.

Penelitian Marlina (2008) menyatakan bahwa kurangnya dukungan dan penerimaan dari teman sebaya menyebabkan siswa tidak berdaya dengan lingkungan sosial serta dapat menimbulkan dampak psikologis yang kurang menyenangkan. Hurlock (2006) menambahkan ada beberapa gangguan psikologis yang timbul karena kurangnya dukungan teman sebaya, diantaranya: a) kesepian karena kebutuhan sosial tidak terpenuhi; b) merasa tidak bahagia dan tidak aman; c) potensial mengembangkan konsep diri yang negatif dan menimbulkan penyimpangan pribadi; d) kurang memiliki pengalaman belajar yang dibutuhkan untuk menjalani proses sosialisasi; e) merasa sangat sedih karena tidak memperoleh kegembiraan yang

dimiliki teman sebaya mereka; f) akan hidup dalam ketidakpastian tentang reaksi sosial, dan ini akan menyebabkan individu merasa cemas, takut dan sangat peka.

Individu diharapkan dapat menyesuaikan diri setelah menerima dukungan dari teman-teman dalam lingkungan sosialnya. Peranan penting tersebut ditunjukkan dengan kenyataan bahwa setiap individu selalu berusaha memperoleh keseimbangan dalam dirinya. Segala macam bentuk dukungan teman sebaya diharapkan dapat membantu seseorang bertahan terhadap tekanan sosial yang ada, melalui tindakan yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan materi dan penilaian positif pada individu atas usaha yang telah dilakukannya diharapkan membantu individu mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Sekolah merupakan salah satu lingkungan pendidikan yang berpotensi besar untuk membantu remaja mencapai perkembangannya. Siswa SMP yang mulai memasuki masa remaja dengan segala bentuk perubahan dan permasalahan terutama dalam bidang sosial, membutuhkan lingkungan dan sarana yang tepat guna membimbing dan mengarahkan kemampuan serta kompetensi yang ada pada dirinya.

Dengan demikian sekolah telah melaksanakan peran dan fungsinya dalam mengembangkan potensi diri remaja untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Bab 1 pasal 1 UU RI Nomor 20 tahun 2003).

Bimbingan dan Konseling sebagai salah satu komponen integral dari pendidikan yang juga diselenggarakan di sekolah harus mampu memberikan layanan

bantuan yang bersifat psiko-edukatif, yang diperoleh remaja dalam kegiatan belajar mengajar di ruangkelas, dengan melihat kebutuhan dan mengedepankan prinsip pengembangan potensi pribadi-sosial remaja. Oleh karena itu, di sini terlihat pentingnya Bimbingan dan Konseling untuk membantu mengatasi masalah pribadi-sosial remaja yang terungkap di atas, bila dibiarkan akan membahayakan dalam penerimaan sosial oleh kelompok. Semakin jauh remaja di bawah harapan sosial akan semakin merugikan penyesuaian pribadi dan sosial serta semakin buruk interaksi yang terjadi.

Salah satu sekolah yang memberikan layanan Bimbingan Konseling untuk membantu mengatasi pribadi-sosial siswa adalah MTS Negeri Garut. MTS Negeri Garut merupakan salah satu lembaga sekolah yang sudah menerapkan bimbingan konseling dalam sistem pendidikannya. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling, sekolah ini sudah cukup berhasil dalam membantu mengatasi masalah penyesuaian diri siswa yang terjadi di MTs Negeri Garut.

Mengacu pada uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk menelitinya. Oleh karena itu, peneliti mencoba mengangkat kajian tentang hal itu kedalam penelitian dengan judul ***“BIMBINGAN KONSELING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SISWA”***

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka masalah penelitiannya dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana program Bimbingan Konseling yang dilakukandi MTS Negeri Garut?
2. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Konseling untuk membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa di MTS Negeri Garut?
3. Bagaimana hasil Bimbingan Konseling untuk membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa di MTS Negeri Garut?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui program Bimbingan Konseling di MTS Negeri Garut.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan Bimbingan Konseling untuk membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa di MTS Negeri Garut.
3. Untuk mengetahui hasil Bimbingan Konseling untuk membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa di MTS Negeri Garut.

### **D. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan pada penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, sebagai sumbangan pengembangan tentang Bimbingan Konseling dalam penanganan masalah penyesuaian diri siswa yang semakin kompleks dan sumbangan ilmu bagi perkembangan konseling.



2. Secara praktis, sebagai masukan dan wawasan kepada guru BK dalam upaya meningkatkan mutu Bimbingan, khususnya dalam pengembangan Bimbingan Konseling terhadap siswa MTS Negeri Garut terutama terkait dengan masalah penyesuaian diri siswa.

## **E. Kerangka Pemikiran**

### **1. Pengertian Bimbingan Konseling**

Menurut Abu Ahmadi (1999:1) yang dimaksud bimbingan adalah:

Bantuan yang diberikan kepada individu (peserta didik) agar dengan potensi yang dimiliki mampu mengembangkan diri secara optimal dengan jalan memahami diri, memahami lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.

Hal senada juga yang dikemukakan oleh Prayitno dan Erman Amti (2004: 99)

yang dimaksud Bimbingan adalah:

Proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Menurut Jones (Insano, 2004: 11) menyebutkan bahwa konseling adalah:

Suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Hubungan ini biasanya bersifat individual, meskipun kadang-kadang melibatkan lebih dari dua orang dan dirancang untuk membantu klien memahami dan memperjelas pandangan terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga dapat membuat pilihan yang bermakna bagi dirinya.

Dari berbagai pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa Bimbingan dan Konseling yaitu suatu bantuan yang diberikan oleh konselor

kepada konseli mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan juga mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya.

## 2. Penyesuaian Diri

Pengertian penyesuaian diri menurut Mohammad Ali dan Mohammad Asrori adalah dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. (Ali & Asrori, 2006:173)

Menurut Schmeider adalah penyesuaian diri dapat ditinjau dari tigasudut pandang (*adaptation*) :

- 1) Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*).
- 2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*) dan,
- 3) Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).

Tiga pandangan tersebut sama-sama memaknai penyesuaian diri, akan tetapi sesuai dengan istilah dan konsep masing-masing memiliki pendekatan yang berbeda-beda.

Pengertian penyesuaian diri menurut Sofyan. S. Willis (1994, 1994: 43) adalah kemampuan siswa untuk hidup dan bergaul secara wajar dalam lingkungan sekolah, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya tersebut.

Menurut Mustofa Fahmi (1982: 14) adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuan seseorang agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya.

Sedangkan menurut Kartini Kartono adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati prasangka, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis (Kartini Kartono, 2000: 259). Sedangkan menurut Syamsu Yusuf dan A. Jundika Nurihsan adalah kegiatan atau tingkah laku individu pada hakekatnya merupakan cara pemenuhan kebutuhan. Banyak cara yang dapat ditempuh individu untuk memenuhi kebutuhannya, baik cara-cara yang wajar maupun cara yang tidak wajar, cara yang disadari maupun tidak disadari. Yang penting untuk dapat memenuhi kebutuhan ini individu harus dapat menyesuaikan antar kebutuhan dengan segala kemungkinan yang ada dalam lingkungan disebut sebagai proses penyesuaian diri.

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses kemampuan diri untuk dapat mempertahankan eksistensialnya untuk dapat hidup dengan survive dan memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial dilingkungannya.

## **F. Langkah-langkah Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Tempat yang menjadi objek penelitian adalah MTS Negeri Garut yang beralamat di Jl. Terusan Pembangunan No. 4, Jaya Raga, Tarogong Kidul Garut.

Dengan alasan (a) tersedia data yang berkaitan dengan penelitian (b) terdapat masalah yang relevan untuk dilakukan penelitian dengan wilayah kajian Bimbingan Konseling Islam terkait dengan Bimbingan Konseling untuk Membantu Mengatasi pribadi sosial siswa di MTS Negeri Garut.

### **2. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu menggambarkan secara umum tentang pelaksanaan Bimbingan Konseling di MTS Negeri Garut.

### **3. Jenis dan Sumber data**

#### **a. Jenis Data**

Jenis data merupakan jawaban terhadap pertanyaan yang diajukan. Maka jenis data yang digunakan dalam penelitian yaitu sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan Bimbingan Konseling yang dilakukan di MTS Negeri Garut.
- 2) Metode Bimbingan Konseling untuk membantu mengatasi masalah pribadi-sosial siswa di MTS Negeri Garut.

- 3) Hasil Bimbingan Konseling untuk membantu mengatasi masalah pribadi-sosial siswa di MTS Negeri Garut.

b. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Sumber data primer, yaitu sumber data utama yang diperoleh secara langsung dari objek penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah 2 Guru BK (Bimbingan Konseling) yang ada di MTS Negeri Garut.
- 2) Sumber data sekunder, yaitu sumber data penunjang atau data pelengkap dari data primer. Dalam hal ini yang menjadi sumber data sekunder yaitu dari keadaan MTS Negeri Garut dan data-data berupa catatan, serta bahan pustaka berupa buku-buku, jurnal, literatur dan yang ada kaitannya dengan penelitian ini.

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Teknik ini dilaksanakan untuk memperoleh data yang akurat. Observasi dilakukan untuk mengamati kegiatan yang dilakukan guru BK dalam memberikan layanan Bimbingan Konseling untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa.

b. Wawancara

Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data atau informasi yang berkaitan dengan masalah penyesuaian diri siswa. Adapun pihak yang diwawancarai yaitu:

- 1) Bidang kesiswaan, wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data tentang masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi siswa MTS Negeri Garut.
- 2) Bidang BK, wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data tentang program Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa MTS Negeri Garut.
- 3) Wali kelas, wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang masalah yang sering dihadapi siswa dalam kelas.
- 4) Pembina OSIS dan ekstrakurikuler, wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang masalah penyesuaian diri siswa.
- 5) Siswa di MTS Negeri Garut, dengan memilih beberapa siswa yang berkompeten dalam memberikan data (*purposive sample*).

c. Angket

Menurut Suharsimi Arikunto angket adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Instrument yang digunakan untuk metode angket ini adalah bentuk koesioner (serangkaian pertanyaan) atau angket. Dan bentuk

angket yang digunakan adalah angket tertutup yaitu angket yang sudah disediakan jawabannya, sehingga responden tinggal memilih salah satu jawaban atau alternatif yang sudah disediakan. Dalam angket ini peneliti menggunakan *random sampling* atau sampel acak dengan memilih 10% yaitu 50 orang dari jumlah total 537 siswa kelas IX MTS Negeri Garut.

#### 5. Analisis Data

Peneliti mulai menghimpun dan mengorganisasikan data-data yang masih bersifat umum tersebut yang selanjutnya dipisah-pisahkan menurut kategori masing-masing untuk menghasilkan jawaban permasalahan dan juga untuk memperoleh kesimpulan yang bersifat khusus. Langkah-langkah yang dilakukan pada analisis data penelitian ini yaitu: (1) mengumpulkan semua data yang terkumpul baik melalui observasi dan wawancara; (2) mengumpulkan data yang terkait dengan program Bimbingan Konseling (3) mengumpulkan data yang terkait dengan metode Bimbingan Konseling yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa; (4) membuat penafsiran data penelitian sehingga memperoleh hasil Bimbingan Konseling untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa.