

BAB I

PENDAHULUAN

Bab 1 menjelaskan secara detail mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan ruang lingkup penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Masa remaja merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana individu mengalami berbagai perubahan secara fisik, emosional, dan sosial. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri melalui proses pencarian jati diri dan pemahaman terhadap perannya dalam lingkungan sosial. Salah satu aspek penting dalam pembentukan identitas ini adalah interaksi sosial. Melalui interaksi dengan orang lain, remaja belajar memahami norma, nilai, serta keterampilan sosial yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan bermasyarakat. Oleh karena itu, kemampuan remaja dalam membangun hubungan sosial yang sehat menjadi hal yang sangat penting dalam perkembangan mereka.

Perkembangan individu merupakan proses perubahan yang berlangsung sejak lahir hingga akhir hayat, berlangsung secara progresif dan sistematis, di mana setiap aspek fisik maupun psikis saling berkaitan dan mengalami peningkatan menuju kematangan (Yusuf, 2017). Salah satu bentuk perkembangan tersebut adalah proses sosioemosional, yang mencakup perubahan dalam emosi, kepribadian, hubungan dengan orang lain, dan konteks sosial tempat individu berada (Santrock, 2019). Pada masa remaja, aspek ini menjadi semakin penting karena individu mulai menghadapi dinamika sosial yang lebih luas dan kompleks. Kemampuan menyesuaikan diri secara emosional dan membangun hubungan sosial yang positif mendukung terbentuknya kemandirian dalam berpikir dan bersikap.

Dalam konteks pendidikan, pengembangan keterampilan sosial tidak hanya berlangsung secara alami melalui pengalaman sehari-hari, tetapi juga perlu mendapat perhatian melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Salah satu acuan utama dalam pelaksanaan layanan ini adalah Standar Kompetensi

Kemandirian Peserta Didik (SKKPD), yang dirumuskan berdasarkan tugas-tugas perkembangan peserta didik. SKKPD mencerminkan berbagai aspek perkembangan yang perlu dicapai, termasuk keterampilan sosial yang menunjang keberhasilan peserta didik dalam berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Aspek-aspek tersebut memiliki keterkaitan erat dengan tugas perkembangan individu dan menjadi dasar dalam penyusunan layanan bimbingan dan konseling (POP BK, 2016).

Wujud konkret dari keterkaitan tersebut dapat dilihat pada dua aspek dalam SKKPD yang berhubungan langsung dengan interaksi sosial, yaitu kesadaran tanggung jawab sosial (aspek perkembangan nomor 5) dan kematangan hubungan dengan teman sebaya (aspek perkembangan nomor 10). Aspek kesadaran tanggung jawab sosial berfokus pada pemantapan nilai dan cara bertingkah laku yang dapat diterima dalam kehidupan sosial, termasuk dalam membangun persahabatan dan memahami keragaman interaksi sosial. Sementara itu, aspek kematangan hubungan dengan teman sebaya menekankan kemampuan peserta didik dalam membangun kerja sama tanpa hambatan, menjaga hubungan yang harmonis, serta mengembangkan kedekatan yang sehat dengan teman sebaya. Keduanya merupakan fondasi penting dalam pengembangan keterampilan sosial remaja.

Relevansi kedua aspek tersebut tercermin dalam dinamika interaksi remaja dengan teman sebaya, yang memainkan peran penting dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional mereka. Interaksi dengan teman sebaya membantu remaja memahami hubungan timbal balik, mengenali diri dan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan aktivitas dan pandangan kelompoknya (Santrock, 2019). Melalui hubungan sosial yang bermakna, remaja belajar cara menyesuaikan diri dengan lingkungan dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Namun, jika remaja kesulitan menyesuaikan diri, hal ini dapat berdampak pada penurunan fungsi sosial dan psikologis.

Sejalan dengan pentingnya keterampilan sosial bagi remaja, interaksi sosial yang sehat pada masa remaja berperan penting dalam pembentukan identitas diri dan kesejahteraan psikologis (Santrock, 2010). Remaja yang memiliki keterampilan

sosial yang baik cenderung lebih mudah menjalin hubungan sosial, berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, dan menyesuaikan diri dalam lingkungan. Sebaliknya, kurangnya kemampuan sosial dapat memunculkan berbagai permasalahan, seperti kecemasan sosial, kesulitan menjalin relasi, hingga kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial (*social withdrawal*) (Rubin & Coplan, 2009).

Menurut Erikson (1968), tugas utama perkembangan pada masa remaja adalah pencapaian identitas versus kebingungan identitas (*identity vs role confusion*). Remaja yang berhasil mencapai integrasi identitasnya akan tumbuh menjadi individu yang sehat, mandiri, dan mampu menjalin hubungan yang erat dengan lingkungannya. Sebaliknya, kegagalan dalam tahap ini akan menyebabkan kebingungan identitas dan ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan norma sosial, yang pada akhirnya memicu perasaan terisolasi dan menarik diri dari lingkungan sosial (Fest dkk., 2021). Hal ini diperkuat dalam teori perkembangan ego Loewinger yang menyatakan bahwa sebagian besar peserta didik SMA berada pada tahap konformistik, yaitu fase di mana individu sangat memperhatikan penerimaan sosial dan cenderung menyesuaikan diri dengan norma kelompok. Pada tahap ini, remaja cenderung takut ditolak dan enggan menampilkan perbedaan (Loewinger, 1983).

Salah satu bentuk nyata dari kurangnya interaksi sosial yang berlangsung dalam jangka panjang adalah *social withdrawal*, yaitu kondisi di mana individu secara sadar menarik diri dari interaksi sosial dengan konsisten, baik di hadapan teman sebaya yang dikenal maupun yang tidak dikenal (Rubin dkk., 2009). Menarik diri ini bukan disebabkan oleh pengucilan dari luar, melainkan karena dorongan internal untuk menghindari keterlibatan sosial (Rubin & Coplan, 2010). Berdasarkan pendekatan motivasional, *social withdrawal* dibagi menjadi tiga subtype (Asendorpf, 1990). *Shyness*, ditandai oleh keinginan untuk berinteraksi namun terhambat oleh kecemasan; *unsociability*, ditandai oleh rendahnya motivasi untuk bersosialisasi tanpa disertai kecemasan; dan *avoidance*, ditandai dengan individu yang secara aktif menghindari interaksi sosial karena adanya dorongan

kuat untuk menjauh dari situasi sosial secara sadar dan terus-menerus (Nelson, 2013).

Berbagai faktor internal dapat memicu munculnya *social withdrawal*, di antaranya adalah rendahnya rasa percaya diri, kecemasan sosial, serta kebutuhan untuk menjauh dari tekanan sosial atau emosional yang dirasakan (Bowker & Raja, 2011). Remaja dengan kecenderungan ini sering menunjukkan ciri khas seperti menyendiri, enggan terlibat dalam kerja sama, merasa tidak nyaman saat berada di lingkungan sosial, serta lebih memilih mengerjakan sesuatu secara individual meskipun bisa dilakukan secara kelompok (Janah, 2018).

Fenomena *social withdrawal* berkaitan erat dengan perkembangan sosial remaja, terutama dalam aspek kesadaran tanggung jawab sosial dan kematangan hubungan dengan teman sebaya. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menghambat tugas perkembangan remaja dalam menjalin interaksi sosial yang sehat dan berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional mereka dalam jangka panjang (Nelson, 2013). Remaja dengan *social withdrawal* lebih rentan mengalami kecemasan, depresi, dan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal (Rubin, dkk., 2009). Selain itu, *social withdrawal* juga berdampak negatif terhadap pencapaian akademik, karena individu yang menarik diri cenderung kurang terlibat dalam kegiatan pembelajaran dan aktivitas ekstrakurikuler.

Di Indonesia, fenomena *social withdrawal* semakin meningkat di kalangan remaja. Penelitian Fitriana (2015) menemukan bahwa dari 604 responden, sekitar 40% menunjukkan kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Amilin dan Lukitaningsih (2014) yang mencatat bahwa di SMP Kemala Bayangkari Surabaya, 7 dari 41 peserta didik menunjukkan perilaku menarik diri yang tinggi, sementara di SMA Negeri 1 Babat Lamongan, 7 dari 35 peserta didik mengalami *social withdrawal* dalam kategori tinggi. Data ini menunjukkan bahwa *social withdrawal* bukanlah fenomena yang jarang terjadi, melainkan permasalahan yang cukup serius dan membutuhkan perhatian lebih lanjut di lingkungan sekolah.

Sayangnya, meskipun berbagai penelitian telah mengungkap dampak negatif dari *social withdrawal*, belum ditemukan studi yang secara khusus merancang layanan bimbingan sosial untuk mereduksi kecenderungan tersebut di kalangan peserta didik SMA di Indonesia. Padahal, efektivitas suatu pendekatan sangat bergantung pada kesesuaiannya dengan kondisi budaya dan lingkungan sosial individu (Rubin dkk., 2009). Dalam hal ini, bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu peserta didik yang memiliki kecenderungan *social withdrawal*. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah melalui layanan bimbingan sosial. Bimbingan merupakan pemberian bantuan kepada peserta didik agar mereka mampu memahami diri, lingkungan, dan tugasnya serta dapat menyesuaikan diri dan bertindak sesuai keadaan dan tuntutan di lingkungannya (Nurihsan, 2018). Sementara itu, bimbingan sosial merupakan layanan bimbingan yang bertujuan membantu individu mengenal lingkungan sosialnya agar mampu berinteraksi secara positif dan menjadi pribadi yang bertanggung jawab (Pristanti & Suryani, 2022).

Urgensi layanan bimbingan sosial dalam konteks *social withdrawal* juga sejalan dengan kebijakan nasional yang menekankan pentingnya penguatan karakter dan keterampilan sosial emosional peserta didik. Dalam program “7 Jurus BK Hebat”, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menegaskan bahwa pembinaan karakter peserta didik perlu diintegrasikan ke dalam layanan BK. Salah satu jurus yang relevan adalah *Jurus 2: Kelola Emosi*, yang menekankan pengembangan pembelajaran sosial-emosional (SEL) mencakup lima ranah utama: kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), kesadaran sosial (*social awareness*), keterampilan hubungan (*relationship skills*), dan pengambilan keputusan bertanggung jawab (*responsible decision making*) (Kemendikdasmen, 2025). Kompetensi ini menjadi pondasi bagi peserta didik untuk hubungan sosial yang sehat, mengelola emosi secara adaptif, serta menghindari perilaku menarik diri dari lingkungan sosial.

Untuk itu, layanan bimbingan sosial dapat dirancang secara strategis guna memfasilitasi peserta didik dalam memahami dirinya dan orang lain, belajar

menyesuaikan diri dalam berbagai situasi sosial, serta meningkatkan kemampuan komunikasi dan kerja sama. Corey (2013) menekankan bahwa kegiatan yang dilakukan dalam bimbingan sosial harus mendorong partisipasi aktif dan refleksi diri peserta didik agar mereka dapat membentuk kepercayaan diri serta merasakan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Metode seperti diskusi kelompok, *brainstroming*, serta umpan balik teman sebaya dapat membantu peserta didik mengembangkan keterampilan sosial yang adaptif dan bermakna.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti selama menjalani Program Penguatan Profesional Kependidikan (P3K) pada Tahun Ajaran 2024/2025 di SMA Kartika XIX-2 Bandung, ditemukan bahwa beberapa peserta didik kelas X menunjukkan kecenderungan menarik diri. Mereka tampak lebih suka menyendiri, jarang berinteraksi dengan teman sebaya, dan tidak aktif dalam kegiatan sosial di sekolah. Gejala yang terlihat antara lain rasa cemas saat harus bekerja sama dalam kelompok, menghindari situasi yang menuntut komunikasi sosial, serta lebih memilih menyelesaikan tugas secara mandiri.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran terkait kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung dan menyusun rancangan layanan bimbingan sosial yang dapat mereduksi kecenderungan tersebut. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan rumusan layanan bimbingan sosial yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik sehingga mampu mendukung tugas perkembangan mereka dalam mengembangkan keterampilan sosial yang sehat. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru BK dalam merancang pendekatan yang tepat guna membantu peserta didik yang mengalami kecenderungan *social withdrawal* agar dapat berkembang secara optimal dan membangun keterampilan sosial yang sehat.

1.2 Rumusan Masalah

Interaksi sosial merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja, karena melalui hubungan dengan orang lain, individu dapat memahami norma,

nilai, serta keterampilan sosial yang mendukung penyesuaian dirinya. Namun, tidak semua remaja mampu menjalin interaksi sosial yang baik. Beberapa dari mereka mengalami hambatan dalam berinteraksi, yang jika tidak ditangani, dapat berkembang menjadi *social withdrawal*. Fenomena ini ditandai dengan kecenderungan individu untuk menghindari interaksi sosial, memilih untuk menyendiri, serta merasa tidak nyaman dalam situasi sosial. Jika dibiarkan, *social withdrawal* dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan emosional, perkembangan sosial, serta pencapaian akademik remaja.

Berdasarkan Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling (POP BK) SMA 2016, layanan bimbingan sosial bertujuan membantu peserta didik dalam memahami lingkungannya, berinteraksi secara positif, serta mengatasi masalah sosial yang dialaminya. Dengan demikian, layanan ini tidak hanya berperan dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik, tetapi juga membantu mereka mencapai kesejahteraan emosional dan kehidupan sosial yang lebih bermakna.

Berangkat dari permasalahan tersebut, penelitian ini berfokus pada kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung serta upaya untuk mereduksi kecenderungan tersebut melalui layanan bimbingan sosial. Untuk menjawab fokus penelitian ini, maka rumusan masalah yang dikaji adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran umum kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025?
- 1.2.2 Bagaimana rancangan layanan bimbingan sosial untuk mereduksi kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diidentifikasi, penelitian ini bertujuan untuk memahami lebih dalam mengenai kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun

Ajaran 2024/2025 dan untuk menghasilkan rancangan layanan bimbingan sosial untuk mereduksi kecenderungan *social withdrawal* peserta didik kelas X SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Memperoleh gambaran umum kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.
- 1.3.2 Menghasilkan rancangan layanan bimbingan sosial untuk mereduksi kecenderungan *social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan dalam bimbingan dan konseling terkait kecenderungan *social withdrawal* pada remaja, serta merumuskan layanan bimbingan sosial yang sesuai untuk membantu remaja mereduksi kecenderungan *social withdrawal*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi Guru BK dalam mengembangkan layanan bimbingan sosial yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik dengan kecenderungan *social withdrawal*. Dengan adanya layanan yang tepat, guru BK diharapkan dapat membantu peserta didik mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan kenyamanan dalam interaksi sosial, serta mendukung pencapaian tugas perkembangannya di bidang sosial.

1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan layanan bimbingan sosial untuk mereduksi kecenderungan *social withdrawal* yang digunakan dalam penelitian ini, baik melalui uji efektivitas layanan maupun eksplorasi pada jenjang pendidikan yang berbeda. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat

membandingkan hasil penelitiannya dengan temuan dalam studi ini guna memperluas pemahaman tentang dinamika penarikan diri sosial pada remaja.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengidentifikasi *kecenderungan social withdrawal* pada peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung serta menghasilkan rancangan layanan bimbingan sosial untuk mereduksi perilaku tersebut. Subjek penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung pada tahun ajaran 2024/2025.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *kecenderungan social withdrawal* pada peserta didik, sedangkan variabel independennya adalah layanan bimbingan sosial dalam mereduksi fenomena tersebut. Fokus utama penelitian ini adalah memahami sejauh mana peserta didik mengalami *kecenderungan social withdrawal* serta menyusun rancangan yang sesuai dalam bentuk layanan bimbingan sosial yang dapat membantu peserta didik mereduksi perilaku tersebut.