

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab I akan diuraikan hal-hal yang berkaitan dengan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis.

A. Latar Belakang Penelitian

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental manusia. Banyak manusia yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidup, karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri. Manusia dalam kehidupan dihadapkan pada dua peran sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Makhluk sosial, manusia selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk melakukan interaksi. Manusia harus melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di sekitar. Penyesuaian diri merupakan kebutuhan untuk mempertahankan hidup sebagai manusia (Gerungan, 2004, hlm. 59).

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha individu bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan (Scheineders, dalam Agustiani, 2006, hlm. 19).

Penyesuaian diri penting dalam berbagai aspek kehidupan. Penelitian Houbre, Tarquinio, dan Lanfranchi (2010, hlm. 105) menyebutkan individu yang mengalami perilaku agresi membutuhkan penyesuaian diri dalam eksternalisasi di masa depannya dan memerlukan strategi penyesuaian diri dengan mengendalikan emosi dan strategi pendekatan dengan pemecahan masalah dan mencari dukungan sosial.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lavallo dan Parker (2009, hlm. 1) menyebutkan dalam aspek pribadi dan hubungan sosial. Individu yang tidak realistis memenuhi kebutuhan persahabatan lebih rentan terhadap perasaan cemburu daripada orang yang berpikir fleksibel, sehingga berkontribusi secara tidak langsung untuk ketidakmampuan menyesuaikan.

Penyesuaian diri juga berperan penting dalam kehidupan trauma seseorang. Penelitian Romero, Kalidas, Elledge, Chang, Liscum, dan Friedman (2006, hlm. 29) terdapat hubungan yang kuat antara suasana hati dengan kualitas hidup dan memiliki efek pada pasien penderita suatu penyakit serta reaksi emosional akan muncul dan menjadi hal penting bagi penderita penyakit untuk melakukan penyesuaian untuk dirinya dalam menghadapi kehidupan.

Mengembangkan penyesuaian diri merupakan salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh individu khususnya remaja yang membantunya dalam mencapai tugas perkembangan. William (dalam Yusuf, 2002, hlm. 65) menyebutkan apabila salah satu tugas perkembangan tidak dapat tercapai akan menyebabkan ketidakbahagiaan pada diri remaja dan menimbulkan penolakan pada masyarakat. Individu akan mengalami kesulitan menuntaskan tugas-tugas perkembangan berikutnya.

Penyesuaian diri berperan penting dalam kehidupan seseorang. Penyesuaian diri yang baik menimbulkan konsep diri yang tinggi. Penelitian Rachmawati (2008, hlm. 95) menunjukkan adanya hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Konsep diri yang tinggi menunjukkan perasaan tenang dengan begitu penyesuaian diri yang dimiliki juga tinggi, sementara ketika konsep diri yang dimiliki individu rendah maka penyesuaian diri yang dilakukannya juga rendah.

Penyesuaian diri dapat diperoleh melalui proses belajar memahami, mengerti, dan berusaha melakukan apa yang diinginkan individu maupun lingkungannya. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik akan mencari sisi positif, kreatif dalam mengelola kondisi serta mampu mengendahkan diri, sikap, dan perilakunya, sehingga membuat individu untuk lebih mudah diterima di lingkungannya, namun tidak semua dapat menyesuaikan diri dengan

lingkungan, transisi individu akan menimbulkan konflik emosi (Sadr, dkk, 2012, hlm. 49).

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007, hlm. 20). Menurut Erikson, remaja berada dalam tahap *identity versus identity confusion*, remaja mulai merasakan suatu perasaan tentang identitas diri sendiri dan perasaan. Remaja adalah individu yang unik yang siap memasuki suatu peran yang berarti di tengah masyarakat, baik peran yang bersifat menyesuaikan diri maupun yang bersifat memperbaiki diri. Ketidakmampuan remaja dalam menyesuaikan diri dikarenakan tidak puas pada dirinya akan menimbulkan penolakan diri (Hurlock, 1992, hlm. 239).

Penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan. Salah satunya transisi lingkungan. Transisi lingkungan adalah perpindahan individu dari satu lingkungan ke lingkungan yang baru, yang salah satunya dialami remaja adalah transisi dari lingkungan keluarga menuju lingkungan sekolah yang tentunya berbeda. Hurlock (1999) mengatakan remaja dalam berperilaku dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Di Indonesia remaja awal mengikuti pendidikan di jenjang pendidikan dasar termasuk sekolah menengah pertama. Jenis pendidikan mencakup sekolah menengah pertama dan madrasah tsanawiyah.

Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003 menyatakan pendidikan keagamaan salah satunya berbentuk pendidikan pesantren (Noor, 2006, hlm. 4). Pendidikan dalam pesantren menuntut remaja untuk hidup secara kolektif, tidak egois, dan mandiri bagi sebagian remaja yang sudah terbiasa dengan kondisi rumah dan lingkungan keluarga mungkin prinsip kesederhanaan, kolektivitas, dan kemandirian dapat menjadi masalah. Perilaku dan kebiasaan yang sering dilakukan di rumah diganti dengan perilaku dan kebiasaan yang sesuai dengan tata tertib yang ada di pesantren. Kegiatan santri selama 24 jam diatur sedemikian rupa, sehingga dalam kesehariannya para santri benar-benar memanfaatkan waktunya untuk belajar. Noor (2006, hlm. 131) mengungkapkan

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

pendidikan yang ada di pesantren tidak hanya berkisar kedisiplinan dan pendidikan agama semata, melainkan diarahkan pembinaan mental dan sikap santri untuk hidup mandiri, meningkatkan keterampilan dan berjiwa *enterpreneurship*, sehingga dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih besar karena tuntutan-tuntutan di pesantren yang mengatur para santri.

Kemampuan penyesuaian diri adalah kompetensi yang harus dimiliki individu. Pada saat individu tidak memiliki kompetensi penyesuaian diri maka akan menimbulkan berbagai masalah. Beberapa penelitian dan fenomena terkait kemampuan penyesuaian diri. Penelitian Perveen dan Kazmi (2011) membandingkan dinamika kepribadian siswa yang tinggal di asrama dengan siswa yang tidak tinggal di asrama pada madrasah dan sekolah umum menunjukkan hasil tempat tinggal berpengaruh pada kepribadian siswa, apabila dibandingkan dengan siswa madrasah yang tidak tinggal di asrama, siswa madrasah yang tinggal di asrama memperlihatkan ketidakstabilan emosi, gugup, permusuhan, dan depresi serta terjadi karena mereka tinggal di lingkungan asrama yang ketat dan terbatas.

Hasil penelitian Yuniar dkk (2005) menunjukkan setiap tahunnya 5-10% dari santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PPMI) Assalam Surakarta mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, dan melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok.

Fenomena tentang penyesuaian diri santri rendah dibuktikan dengan beberapa kasus, seperti yang diberitakan Sindonews pada tanggal 15 September 2015, seorang santri kabur dari pesantren dikarenakan tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren yang mengatur kehidupan santri selama 24 jam, sehingga membuat orang tua mengamuk kepada pengurus pesantren. Fenomena lain, juga diberitakan Kompas Online pada tanggal 5 Maret 2010, 17 santri pondok pesantren Inabah melarikan diri dan 7 diantaranya ditemukan meninggal di bendungan Sungai Citanduy, Kota Banjar Jawa Barat dikarenakan para santri tidak merasa bebas tinggal di pesantren yang mendidik santri dengan disiplin

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sedangkan sebelumnya para santri merasa bebas tinggal dalam lingkungan rumahnya.

Lingkungan menjadi salah satu faktor penting dalam penyesuaian diri remaja. Schneiders (1964, hlm. 122) mengemukakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu keadaan fisik, perkembangan dan kematangan individu, penentu psikologis, penentu budaya, dan keadaan lingkungan. Keadaan lingkungan menjadi faktor yang penting karena lingkungan yang menakutkan, kompleks, dan asing akan menjadi proses yang sulit bagi individu dan akan menciptakan resiko sistem pendidikan di seluruh dunia dan hambatan pembelajaran (Humphrey dan Ainscow, 2006, hlm. 319), sehingga dibutuhkan penyesuaian diri dan penerimaan dari lingkungan.

Lingkungan yang berbeda dalam masing-masing tipe pesantren memunculkan penyesuaian diri yang berbeda pula. Menurut Dhofier (1985, hlm. 76), secara umum pondok pesantren dibagi menjadi dua yaitu pondok pesantren tradisional (*salafi*) dan pondok pesantren modern (*khalafi*). Pesantren tradisional mengajarkan pengajaran kitab-kitab islam klasik sebagai inti pendidikannya, tanpa mengenalkan pengajaran pengetahuan umum. Metode pengajaran di pondok pesantren tradisional menggunakan sistem *bandongan* (kelompok) dan *sorogan* (individual). Pesantren modern telah memasukkan pengajaran pengetahuan umum dalam madrasah-madrasah yang dikembangkan atau membuka tipe-tipe sekolah umum di dalam lingkungan pesantren, dengan metode pembelajaran menggunakan sistem klasikal.

Salah satu lembaga pendidikan Islam di Kabupaten Cirebon adalah Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon merupakan lembaga pendidikan Islami yang tergolong dalam jenis pondok pesantren modern serta memiliki ciri khas *qiro'atul Qur'an*. Pendidikan formal yang diterapkan di pondok pesantren Khas Kempek adalah tingkat pendidikan Madrasah Tsanawiyah (Mts) dan Madrasah Aliyah (MA) yang santrinya diwajibkan bermukim dan tinggal didalam asrama Pondok Pesantren Khas Kempek. Para santri melakukan aktivitas di pesantren mulai pukul 04.00-22.30 WIB.

Penyesuaian diri pada santri pondok pesantren Khas Kempek Cirebon, jika dilihat dari latar belakang para santri adalah remaja yang dulunya tidak pernah tinggal di pesantren kemudian tinggal di pesantren dan harus mengikuti peraturan yang ada di pesantren, sehingga akan mengakibatkan para santri tidak dapat menyesuaikan diri pada lingkungan pesantren dan segala kegiatan serta peraturan yang tidak pernah ditemukan sebelumnya dan dapat mengakibatkan perilaku-perilaku yang salah suai ketika santri tidak dapat menyesuaikan diri, misalnya: santri sering meminta ijin pulang ke rumah karena tidak betah, terlambat bangun tidur, terlambat mengikuti sholat berjamaah, merokok, mengalami kesulitan dengan cara belajar di pesantren, dan perilaku-perilaku salah suai.

Hasil wawancara pada tanggal 15 Maret 2016 kepada pemimpin pesantren diperoleh keterangan yaitu permasalahan para santri dipondok pesantren tidak hanya akademik, pelanggaran peraturan, dan pergaulan dengan teman-teman satu pesantren tetapi juga kesehatan. Para santri mengalami penurunan kesehatan dikarenakan belum terbiasa hidup dipesantren bahkan terdapat santri yang kabur karena merasa terkekang dari kehidupan pesantren. Para santri yang ada di pondok pesantren Khas Kempek Cirebon sebagian berasal dari luar kota, sehingga santri mengalami kesulitan tidak hanya menyesuaikan diri dengan teman baru melainkan dengan lingkungan sekolah dan lingkungan pesantren.

Pesantren tidak memiliki layanan bimbingan yang terencana dan terorganisasi sebagai bentuk upaya pengembangan kompetensi penyesuaian diri. Pemberian bimbingan masih dilakukan secara spontan oleh kyai, pengurus, dan para ustadz di sela-sela kegiatan pengajian, pemberian bimbingan pun masih berupa nasihat-nasihat. Dukungan yang diberikan pesantren untuk mengembangkan penyesuaian diri santri adalah sebatas bimbingan secara menyeluruh kepada semua santri yang dilakukan setiap satu minggu sekali dan bimbingan yang diberikan dirasa kurang efektif dalam membantu para santri terutama yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan pesantren, sehingga kompetensi penyesuaian diri yang berhubungan dengan dimensi psikologis perlu dikembangkan sehingga para santri mencapai perkembangan

yang optimal dan menjadi lulusan yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan pesantren.

Bimbingan memiliki peranan penting untuk membantu para santri dalam mengembangkan penyesuaian dirinya. Menurut Kartadinata (2011) bimbingan sebagai upaya pendidikan diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu untuk mencapai tingkat perkembangan diri secara optimum di dalam menavigasi hidupnya secara mandiri. Perkembangan optimum dalam menavigasi hidup secara mandiri adalah suatu konsep normatif, suatu kondisi adekuat dimana individu mampu melakukan pilihan dan pengambilan keputusan yang tepat untuk mempertahankan keberfungsian dirinya di dalam sistem atau lingkungan. Kondisi perkembangan optimum adalah kondisi dinamis yang ditandai dengan kesiapan dan kemampuan individu untuk memperbaiki diri agar menjadi pribadi yang berfungsi penuh di dalam lingkungannya.

Berdasarkan pengertian penyesuaian diri dapat dikategorikan termasuk aspek perkembangan sosial seperti yang dijelaskan oleh Depdiknas (2008, hlm. 255) salah satunya adalah berinteraksi dengan orang lain atas dasar nilai-nilai persahabatan dan keharmonisan hidup yang dapat dikatakan sesuai dengan pengertian penyesuaian diri karena mencakup kaitannya dengan lingkungan. Lebih lanjut, Yusuf (2009, hlm. 55) menegaskan yang terkait dalam ranah layanan bimbingan sosial salah satunya adalah memiliki kemampuan penyesuaian diri terhadap norma atau tata nilai yang berlaku, baik di rumah, di sekolah, maupun di masyarakat.

Bentuk bimbingan dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri adalah menggunakan teknik bermain peran. Tedjasaputra (2003, hlm. 58) mengemukakan manfaat bermain peran yaitu membantu penyesuaian diri individu, dengan memerankan tokoh-tokoh tertentu individu belajar tentang aturan-aturan atau perilaku apa yang bisa diterima oleh orang lain. Bimbingan yang digunakan untuk mengembangkan penyesuaian diri remaja khususnya para santri dipondok pesantren adalah dengan menggunakan layanan bimbingan sosial dengan teknik bermain peran. Penting untuk mengembangkan penyesuaian diri santri melalui layanan bimbingan sosial.

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

B. Rumusan Masalah Penelitian

Remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya khususnya dalam pesantren menunjukkan ketidakmampuan dalam berperilaku. Apabila remaja memiliki perasaan tidak mampu yang berlebihan, maka remaja akan memandang diri sebagai individu yang tidak berdaya, merasa lemah, tidak memiliki kelebihan, bahkan rasa cemas yang berlebihan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon, menunjukkan adanya penyesuaian diri yang rendah. Terdapat beberapa santri yang kurang optimal dalam mengembangkan kompetensi penyesuaian diri.

Lingkungan menjadi faktor penting dengan santri yang tinggal dipesantren. Noor (2006, hlm. 18) mengungkapkan santri yang berada dipesantren diharuskan untuk memenuhi tuntutan-tuntutan yang diterapkan oleh pesantren, misalnya: hafalan surat-surat Al-Qur'an, hafalan doa-doa pendek, pembacaan kitab-kitab, berinteraksi dengan santri lain yang berasal dari berbagai budaya, beradaptasi dengan lingkungan pesantren, dan tuntutan-tuntutan yang berkenaan dengan pengaturan rutinitas santri sehari-hari. Kehidupan pondok pesantren menuntut santri untuk berinteraksi dengan lingkungan barunya, berteman dengan teman-teman baru, guru-guru baru, dan mata pelajaran baru yang lebih religius, sehingga menuntut para santri untuk menyesuaikan diri secara cepat dengan lingkungan pesantren.

Bentuk penyesuaian diri yang baik menurut Schneiders (1964, hlm. 274) yaitu: (1) terhindar dari ekspresi emosionalitas yang berlebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri; (2) terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis; (3) terhindar dari perasaan frustrasi; (4) pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri; (5) kemampuan untuk belajar; (6) memanfaatkan pengalaman masa lalu; (7) sikap yang realistis dan objektif, sedangkan santri yang memiliki

kemampuan penyesuaian diri yang rendah jika dibiarkan akan mengalami masalah-masalah yang lebih lanjut dalam perkembangan dan aktualisasi potensi dirinya, sehingga dibutuhkan pengembangan kompetensi penyesuaian diri dalam rangka membantu santri mengembangkan kemampuan penyesuaian dirinya.

Salah satu bidang layanan dalam bimbingan dan konseling adalah bidang sosial dengan teknik bermain peran. Bimbingan sosial dapat mengarahkan remaja dalam bersikap serta menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Bimbingan sosial dapat membantu remaja untuk memperoleh penyesuaian diri, menjalin persahabatan, dan meminimalisir kekhawatiran.

Berdasarkan paparan yang telah diuraikan penelitian difokuskan pada pengembangan penyesuaian diri melalui layanan bimbingan sosial. Rumusan masalah yang dikembangkan dalam pertanyaan penelitian yaitu.

1. Bagaimana gambaran kemampuan penyesuaian diri sebelum memperoleh intervensi di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon?
2. Bagaimana proses pelaksanaan layanan bimbingan sosial dengan teknik bermain peran di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon?
3. Apakah program layanan bimbingan sosial melalui teknik bermain peran efektif untuk mengembangkan penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian yaitu.

1. Memperoleh gambaran umum kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon sebelum memperoleh intervensi.
2. Memperoleh gambaran proses pelaksanaan layanan bimbingan sosial melalui teknik bermain peran untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon.
3. Memperoleh gambaran efektivitas bimbingan sosial dalam mengembangkan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Khas Kempek Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi Pondok Pesantren, sebagai salah satu rujukan dan pertimbangan dalam rangka mengembangkan penyesuaian diri santri melalui layanan bimbingan sosial.
2. Bagi Peneliti selanjutnya, menjadi inisiasi berbagai penelitian penyesuaian diri pada berbagai *setting* seperti penyesuaian diri pada pekerjaan, penyesuaian diri pada kesiapan hidup berumah tangga, dll. Penyesuaian diri juga dapat dikembangkan dengan berbagai teknik bimbingan dan konseling seperti, teknik latihan kelompok, teknik bimbingan teman sebaya, dan teknik diskusi dalam bimbingan kelompok.

E. Sistematika Penulisan Tesis

Penelitian ditulis dalam lima bab, dengan struktur organisasi yaitu bab I pendahuluan mencakup uraian dari latar belakang; identifikasi dan rumusan masalah penelitian; tujuan penelitian; manfaat penelitian; dan sistematika penulisan tesis. Bab II kajian pustaka mencakup uraian konsep atau teori utama dan teori-teori turunannya dalam bidang yang dikaji; hasil penelitian terdahulu dengan mencantumkan prosedur, subjek/sampel, dan hasil temuannya; serta kerangka pemikiran yang berisi tentang posisi teoritik antar variabel; serta asumsi dan hipotesis. Bab III metode penelitian mencakup pembahasan secara berurutan tentang pendekatan penelitian; metode penelitian; desain penelitian; lokasi dan subjek penelitian; definisi operasional tentang variabel-variabel penelitian; rincian unsur-unsur yang akan diukur; instrumen penelitian dan proses pengembangannya; teknik pengumpulan data dan analisisnya. Bab IV hasil penelitian dan pembahasan mendiskusikan temuan penelitian dengan menggunakan dasar teoritik yang telah dibahas pada bab II dan berisi uraian

Fanny Septiany Rahayu, 2016

**PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN SOSIAL
DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

tentang dua hal utama yaitu; hasil pengolahan atau analisis data dalam bentuk temuan penelitian; dan pembahasan atau analisis temuan penelitian. Bab V kesimpulan dan rekomendasi mencakup penafsiran dan pemaknaan terhadap hasil analisis temuan penelitian yang disajikan dalam bentuk kesimpulan; dan rekomendasi yang ditunjukkan kepada pembuat kebijakan, penggunaan hasil penelitian, dan kepada peneliti selanjutnya. Terakhir, daftar pustaka berisi daftar sumber rujukan tertulis yang dikutip dalam tesis dan lampiran-lampiran, berisi berbagai dokumen yang digunakan dalam penelitian dan penulisan tesis.