

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang menentukan keberhasilan bangsa ini di masa depan, apabila generasi muda suatu bangsa itu baik maka akan baik pula perkembangan bangsanya tetapi sebaliknya apabila generasi muda suatu bangsa itu hancur maka akan hancur pula perkembangan bangsanya. Secara natural dalam proses perkembangannya, remaja sering menghadapi banyak konflik dan masalah yang harus diselesaikan. Sebagian remaja dapat menjalankan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, tapi banyak juga remaja yang tidak berhasil melalui masa-masa sulit yang dihadapinya.

Ketidakberhasilan remaja dalam memenuhi tugas–tugas perkembangannya disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor dalam diri individu yang meliputi kondisi fisik, kondisi psikologis seperti perkembangan dan kematangan emosi, sosial, moral, kepribadian dan intelektual (kognitif), sedangkan faktor eksternal adalah faktor dari luar diri diantaranya kondisi keluarga, lingkungan sekolah dan masyarakat serta faktor kultur budaya dan agama.

Masa remaja juga dipandang sebagai masa “Strom & Stress”, frustrasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian, mimpi dan melamun tentang cinta, perasaan teralinesi dari kehidupan sosial budaya orang dewasa. Masa remaja sebagai masa periode yang tidak menentu. Secara fisik remaja tumbuh menjadi individu yang dewasa, namun secara mental remaja tetaplah sebagai anak yang tumbuh dewasa. Pikunas (Syamsu Yusuf: 2009: 10)

Definisi remaja menurut WHO adalah masa diantara usia 10-19 tahun. Hall (Santrock, 2003: 10) mengungkapkan remaja adalah masa antara usia 12 sampai 23 tahun dan penuh dengan topan dan tekanan (*strom and stress*). Menurut

pandangan Hall, keadaan tersebut berdampak pada perkembangan sosial sehingga pada suatu saat remaja mungkin bersikap jahat terhadap kawan, tetapi bersikap baik pada saat yang lain, atau remaja ingin berada sendirian pada suatu waktu tetapi beberapa waktu kemudian mencari kawan, sedangkan menurut Erikson (Sri Esti, 2002: 100) tahap selama remaja berpusat pada siapa saya, dengan identitas apa sebetulnya saya.

Remaja seringkali merasa canggung dalam pergaulan dan mereka tidak tahu bagaimana harus bersikap dalam hubungan sosial. Remaja perlu melatih diri untuk berperan dalam pergaulan dan belajar, cara – cara berhubungan dengan teman melalui keterlibatannya dalam organisasi. (Gunarsa, 1995: 37) Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu (tidak realistis). Mereka melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang mereka inginkan bukan sebagaimana adanya. Mereka pun menetapkan standar berdasarkan pemikiran sendiri, sehingga ketika teman-temannya tidak dapat memenuhi standar yang ditetapkan mereka menjadi sakit hati dan kecewa sehingga dapat menimbulkan pertengkaran. Hal tersebut mengakibatkan remaja merasa sakit hati dan kecewa karena tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri. (Hurlock, 1990: 208)

Kekecewaan tersebut dapat menimbulkan pertengkaran diantara remaja, seperti yang tercatat dalam data Binmas Polri Metro Jaya tahun 1992 tercatat 157 kasus perkelahian pelajar, tahun 1994 meningkat hingga menewaskan 10 remaja, sedangkan tahun 1995 ada 230 kasus yang menewaskan 15 pelajar, kasus tawuran ini kembali terjadi pada tanggal 16 Juli 2012. (Nasional_Kompas.com) Hal ini menunjukkan dari tahun ke tahun jumlah perkelahian antar pelajar cenderung meningkat.

Hasil penelitian Lingkaran Survei Indonesia (LSI) menunjukkan tingkat kenakalan remaja tahun 2012 sebesar 6,27%, sedangkan hasil survey yang dilakukan oleh Federasi Kesehatan Mental Indonesia pada 10 kota besar di Indonesia yaitu Medan, Padang, Jakarta, Bandung, Semarang, Yogyakarta,

Banjarmasin, Surabaya, Denpasar dan Ujung Pandang tentang moralitas menunjukkan 54% pernah berkelahi, 87% pernah berbohong dan 87% pernah mencoba narkoba (Tribun.com.Jkt).

Data Lembaga pengawas kepolisian mencatat aksi brutal geng motor telah menewaskan 60 orang setiap tahunnya. (<http://www.radioaustralia.net>). Sedangkan hasil survei BNN bekerjasama dengan Universitas Indonesia menunjukkan jumlah pengguna narkoba pada usia remaja sebesar 1,5 % dari jumlah populasi. (<http://ntb.bkkbn.go.id>)

Fenomena tersebut merupakan kenakalan remaja. Kenakalan remaja dipandang para ahli sosiologi (Sri Esti, 2002: 112) sebagai suatu penyesuaian diri yang tidak cocok terhadap lingkungan sosial. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hurlock (a.b Istiwidayanti, 1999: 128) yang menyebutkan bahwa salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial.

Peserta didik sekolah menengah pertama (SMP) berada pada masa remaja dan mengalami tahap perkembangan pubertas (10-14 tahun). Terdapat sejumlah karakteristik yang menonjol pada peserta didik SMP ini, yaitu: (1) terjadinya ketidakseimbangan proporsi tinggi dan berat badan, (2) mulai timbulnya ciri-ciri seks sekunder, (3) kecenderungan ambivalensi, antara keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tua, (4) senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa, (5) mulai mempertanyakan secara skeptis tentang eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan, (6) reaksi dan ekspresi emosi masih labil, (7) mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial, (8) kecenderungan minat dan pilihan karir relatif sudah lebih jelas. (Desmita, 2009: 36)

Permasalahan dihadapi peserta didik sejak memasuki Sekolah Menengah Pertama (SMP). Mereka dihadapkan pada tuntutan dan harapan yang sifatnya

lebih kompleks, antara lain berkaitan dengan kemampuan dalam menguasai mata pelajaran baru, teman baru, penyelesaian tugas dari guru bidang studi, penyesuaian terhadap tata tertib, menjalin hubungan interpersonal dengan teman, guru dan personil sekolah lainnya dan partisipasi dalam kegiatan keorganisasian disekolah.

Pada saat memasuki lingkungan SMP, peserta didik dihadapkan pada situasi dan kondisi yang berbeda dengan situasi sebelumnya yaitu lingkungan rumah dan Sekolah Dasar (SD). Santrock (2003: 247) mengemukakan bahwa masa transisi ke SMP dapat menimbulkan stress yang disebabkan adanya perubahan pada individu, keluarga dan sekolah. Perubahan di sekolah meliputi peralihan ke kelas yang lebih besar, memiliki banyak guru, memiliki kelompok teman sebaya yang lebih besar dan heterogen, juga fokus yang meningkat pada prestasi. Peserta didik yang berada dalam masa transisi ke SMP akan mengalami fenomena “*top-dog*” yaitu keadaan berpindah dari posisi puncak (peserta didik tertua, tertinggi di SD) ke posisi termuda, terkecil dan terendah di SMP).

Menghadapi keragaman tuntutan dan harapan sekolah, tentunya peserta didik harus dapat melakukan penyesuaian secara baik, sehingga diperoleh keselarasan dengan sekolah. Peserta didik yang tidak mampu menyesuaikan dengan tuntutan dan harapan sekolah menghambat pencapaian prestasi belajar yang optimal. Chen, Rubin, Li (1997:2) mengungkapkan bahwa anak-anak yang memiliki masalah sosial dan perilaku cenderung kurang berprestasi atau gagal dalam bidang akademik di tahun-tahun berikutnya. Pendapat tersebut senada dengan yang dikemukakan oleh Wilis (2008) seseorang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik dapat berakibat konflik bathin pada diri mereka, serta kondisi yang selalu gelisah sehingga kemampuan untuk meraih prestasi sangat minim.

Sekolah berperan penting dalam membantu peserta didik mengontrol tingkah lakunya lingkungan sosial. Tujuan dari sekolah adalah memungkinkan peserta didik untuk membuat pilihan tentang tingkah lakunya dalam hubungan

sosial serta dapat mengerti konsekuensi dari tingkah laku yang tidak tepat. William Glasser (Sri Esti, 2002: 279). Sekolah juga memiliki peranan penting dalam mencapai tujuan pendidikan nasional. Tujuan Pendidikan Nasional adalah menghasilkan manusia yang berkualitas yang dideskripsikan dengan jelas dalam UU No. 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Bab I Pasal 1 Ayat 1.

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara”.

Melly S.S.Rifai (1980: 70) mengungkapkan bahwa fungsi sekolah ditekankan pada fungsi sosial, artinya sekolah bukan hanya membantu peserta didik dalam perkembangan fisik dan intelektual tetapi juga membantu peserta didik agar berkemampuan dalam penyesuaian sosial. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Moh. Surya (1990) yang mengemukakan bahwa sekolah hendaknya menempatkan diri sebagai suatu lingkungan yang memberikan kemudahan – kemudahan untuk tercapainya penyesuaian yang baik. Ciri-ciri kepribadian orang yang memiliki penyesuaian yang baik adalah suka bekerja sama dengan orang lain dalam suasana saling menghargai, adanya keakraban, empati, disiplin diri terutama dalam situasi sulit.

Terman dalam Gross. M (1994) melakukan penelitian terhadap 1528 peserta didik ber-IQ di atas rata-rata, Penelitian tersebut menghasilkan banyak data tentang perkembangan akademis, sosial, emosional dan fisik. Dalam perkembangan sosial terdapat kesulitan yang paling ekstrim bagi mereka yaitu penyesuaian sosial terutama dalam membentuk hubungan yang menyenangkan dengan teman-temannya yang berkemampuan rata-rata. Dari hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa masalah penyesuaian sosial juga dimiliki oleh peserta didik yang berkemampuan di atas rata-rata.

Masalah yang umumnya dihadapi oleh remaja (peserta didik) di lingkungan sekolah antara lain; (1) cara belajar, (2) penyesuaian pendidikan, (3) penyesuaian dengan norma sekolah, (4) pemilihan jurusan, (5) pemilihan teman, (6) hubungan dengan guru. Jika seorang peserta didik gagal dalam melakukan penyesuaian sosial, maka ia akan sampai pada situasi salah suai. Gejala – gejala salah suai ini akan dimanifestasikan dalam bentuk tingkah laku, seperti agresif, rendah diri, bersifat bandel, mencuri dan sebagainya. (Moh. Surya, 2011)

Di lingkungan sekolah, tuntutan dan realitas kehidupan sosial di sekolah akan direaksi secara berbeda – beda oleh masing – masing peserta didik tergantung kemampuan penyesuaian sosial yang dimilikinya. Menyikapi hal tersebut menurut Wubbolding (Nystul: 415) sekolah memiliki tantangan untuk membantu peserta didik mereaksi tuntutan dan realitas yang ada di sekolah. Peserta didik dapat diajak untuk mengeksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi mereka. Peserta didik dituntun untuk mengevaluasi perilaku mereka apakah dengan perilaku mereka tersebut telah mendapatkan apa yang mereka inginkan, dan apakah perilaku mereka bertanggung jawab serta tidak merugikan dirinya dan orang lain. Glasser (Nystul: 415) mengemukakan bahwa sekolah yang berkualitas adalah dimana peserta didik dituntun bukan diperintah, mereka memperoleh banyak pengetahuan dengan menggunakan apa yang mereka pelajari dan mereka pertahankan.

Fenomena yang terjadi di SMP Negeri 5 Cimahi, diketahui masih banyak peserta didik yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial. Sikap dan perilaku yang ditunjukkan diantaranya sering menentang guru, tidak masuk sekolah tanpa alasan, terlambat masuk sekolah, tidak mengerjakan PR, mengisolir diri, sulit bekerja sama, mengganggu teman, saling bermusuhan, berkelahi, membolos, melanggar aturan sekolah, dan masih banyak lagi gejala lain yang menunjukkan ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian sosial. Oleh karena itu lingkungan sekolah sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian sosial peserta didik, harus mampu menciptakan dan memberikan

suasana psikologis yang mendorong peserta didik untuk melakukan penyesuaian sosial.

Hasil tes pencapaian tugas-tugas perkembangan dengan menggunakan ITP (Inventori Tugas Perkembangan) menunjukkan peserta didik SMP Negeri 5 Cimahi memiliki penyesuaian sosial rendah yang ditunjukkan melalui pencapaian kesadaran tanggung jawab dalam butir terendah tugas perkembangan dengan skor (3,20) untuk kelas VII (tujuh), skor (3,34) untuk kelas VIII (delapan) dan skor (3,23) untuk kelas IX (sembilan).

Mensikapi keadaan tersebut maka diperlukannya bimbingan dan konseling sebagai upaya yang terpadu untuk mengembangkan penyesuaian sosial peserta didik, seperti yang dikemukakan oleh Sukmadinata (2007: 7) bahwa bimbingan sebagai salah satu aspek dari program pendidikan yang diarahkan untuk membantu peserta didik agar dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapinya saat ini dan dapat merencanakan masa depannya sesuai dengan minat, kemampuan dan kebutuhan sosialnya.

Konseling memiliki berbagai jenis pendekatan, salah satunya adalah pendekatan realitas. Pendekatan realitas adalah pendekatan konseling yang memfokuskan tingkah laku. Menurut Glasser secara eksplisit salah satu karakteristik dari pendekatan realitas adalah mengajarkan konseli tentang cara-cara yang baik dalam memenuhi kebutuhannya secara bertanggung jawab. Individu yang bertanggung jawab adalah mereka yang dapat menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial dan dapat memenuhi kebutuhan pribadi tanpa merugikan orang lain. (Austad, 2009: 311). Konseling realitas menuntun peserta didik untuk mengeksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi mereka. Peserta didik dituntun untuk mengevaluasi perilaku mereka apakah dengan perilaku mereka tersebut telah mendapatkan apa yang mereka inginkan, dan apakah perilaku mereka bertanggung jawab serta tidak merugikan dirinya dan orang lain.

B. Rumusan Masalah

Perilaku peserta didik seperti membolos dari sekolah, merokok, tawuran, tindak kriminal, mengkonsumsi minuman keras, menjadi pecandu narkoba, dan *free sex* menurut Sri Esti (2002: 112) merupakan kenakalan remaja. Kenakalan remaja merupakan penyesuaian diri yang tidak cocok pada lingkungan sekolah. Oleh karena itu hal tersebut tidak dapat dibiarkan terus menerus karena akan merugikan peserta didik itu sendiri dan lingkungannya. Untuk menyikapi permasalahan tersebut perlu dikembangkan berbagai upaya, salah satunya dengan mengembangkan konseling yang ditujukan untuk mengembangkan penyesuaian disekolah.

Masalah utama penelitian ini adalah “Seperti apa konseling realitas yang efektif untuk mengembangkan penyesuaian sosial peserta didik SMP?”

Secara lebih rinci masalah utama tersebut diuraikan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Seperti apa profil kemampuan penyesuaian sosial peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 5 Cimahi?
2. Seperti apa rumusan konseling realitas untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial peserta didik SMPN 5 Cimahi yang layak menurut pakar dan praktisi bimbingan dan konseling?
3. Bagaimana gambaran efektivitas konseling realitas untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial peserta didik.

C. Penjelasan Istilah

Dalam rumusan masalah di atas, terdapat istilah yang perlu dijelaskan secara konseptual yaitu: penyesuaian sosial dan konseling realitas.

1. Penyesuaian Sosial

Dalam menjalankan kehidupan sebagai makhluk sosial, suatu hal yang harus dilakukan oleh individu adalah menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosial. Konsep penyesuaian sosial tidak lepas dari penyesuaian diri sendiri di dalam keluarga, kelompok dan masyarakat seperti yang diungkapkan oleh

Schneiders (1964: 456) bahwa penyesuaian sosial merupakan bagian dari penyesuaian diri yaitu penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial adalah kemampuan individu mereaksi realitas sosial, situasi dan relasi sosial secara tepat, sehingga individu tersebut mampu berinteraksi secara wajar dan sehat, serta memberikan kepuasan bagi dirinya dan lingkungannya.

M.Surya (1990:142) yang mengemukakan bahwa penyesuaian sosial sebagai istilah yang banyak merujuk pada proses penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan sosial atau penyesuaian dalam hubungan antar manusia.

Hurlock (a.b. Istiwidayanti, 1992: 287) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri pada orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok khususnya. Kedua pendapat tersebut senada dengan Schneiders bahwa penyesuaian sosial merujuk pada proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial.

Namun, Chaplin (Kartini Kartono, 1993) menyebutkan *social adjustment* (penyesuaian sosial) adalah: (a) Penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial. (b) Mempelajari tingkah laku yang diperlukan, atau mengubah kebiasaan yang ada, sedemikian rupa, sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial. Keseluruhan proses hidup dan kehidupan individu akan selalu diwarnai oleh hubungan dengan orang lain, baik itu dalam lingkup keluarga, sekolah maupun masyarakat secara luas. Pendapat Chaplin tersebut lebih merujuk pada proses menjalin suatu hubungan secara harmonis dengan mempelajari tingkah laku yang ada kemudian mengubah kebiasaan yang ada sehingga cocok dengan masyarakat sekitar.

Scott and Scott (2005: 4) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai berikut: *social adjustment as the contribution of the individual to adaptation that can be viewed by the self or others in a specific domain of activity*. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial merupakan

kontribusi individu terhadap lingkungan yang dapat dilihat oleh diri sendiri atau orang lain melalui aktivitas yang ditampilkan oleh individu tersebut.

Dodds (Lifshitz, Hen, Weisse, 2007 : 4) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai berikut: *social adjustment as the structure and relation between an individual and his or her social environment*. Penyesuaian sosial didefinisikan sebagai struktur dan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya.

Tanvi Jain (2011) mengemukakan bahwa penyesuaian sosial adalah upaya yang dilakukan individu dalam memenuhi standar, nilai-nilai dan kebutuhannya dalam hidup bermasyarakat.

Scott.R & Scott (1998:8) mengungkapkan bahwa ada beberapa komponen dalam penyesuaian sosial di sekolah, yaitu: kepuasan terhadap sekolah, kehadiran dan ketekunan, memiliki kompetensi dimata guru, disukai oleh guru, reaksi terhadap yang berwenang di sekolah. Efektivitas penyesuaian sosial peserta didik di sekolah menurut Scheneider (1964:454) ditandai oleh adanya:

- a. Penghormatan terhadap orang-orang yang patut dihargai di sekolah, yang ditandai dalam bentuk perilaku menghargai dan menjaga kewibawaan guru dan personil sekolah lain.
- b. Penerimaan terhadap orang-orang yang patut dihormati di sekolah, yang ditunjukkan dalam perilaku tidak memilah-milah teman, guru dan personil sekolah lainnya dan memiliki kesadaran bahwa karakter masing-masing teman, guru dan personil lainnya berbeda-beda.
- c. Minat terhadap aktivitas sekolah, yang ditunjukkan dengan bentuk perilaku dalam kegiatan belajar dan kegiatan ekstrakurikuler.
- d. Partisipasi dalam aktivitas sekolah, yang ditunjukkan dalam perilaku partisipasi dalam setiap kegiatan yang diadakan di sekolah.
- e. Menjaln hubungan persahabatan yang sehat dengan teman, guru dan personil sekolah lainnya, yang ditunjukkan dalam perilaku pengendalian emosi, tidak memiliki mekanisme pertahanan diri, memiliki pertimbangan rasional yang

mendalam, memiliki pengarahan diri, memiliki keinginan untuk maju dan mengembangkan dirinya, memiliki sikap yang realistis.

- f. Penerimaan terhadap peraturan/taat tertib sekolah, yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku memiliki kesadaran akan pentingnya peraturan/tata tertib sekolah dan mematuhi peraturan sekolah.
- g. Membantu sekolah mencapai tujuannya, yang ditunjukkan dalam bentuk dukungan kelancaran proses kegiatan belajar mengajar dan melaksanakan kewajiban sebagai peserta didik.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka disimpulkan bahwa penyesuaian sosial peserta didik adalah kemampuan peserta didik mereaksi secara tepat realitas sosial, situasi dan relasi sosial di sekolah, sehingga mampu berinteraksi secara bertanggung jawab agar terjalin hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekolah yang meliputi aspek dan indikator - indikator berikut:

- a. Interaksi dengan sesama warga sekolah yang ditandai dengan memberi salam/ menyapa guru ketika bertemu, bertanya kepada guru ketika menemukan kesulitan, menghormati guru, menjalin persahabatan.
- b. Partisipasi peserta didik dalam kegiatan sekolah yang ditandai dengan ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler, berperan serta dalam kegiatan sosial di sekolah, ikut serta dalam kelompok belajar.
- c. Bersikap respek terhadap realitas atau batasan yang diberikan sekolah secara bertanggung jawab yang ditandai dengan bertanggung jawab dalam mengerjakan tugas dari guru, ikut memelihara keamanan sekolah, menjalin hubungan baik antara sekolah dengan keluarga.
- d. Memiliki komitmen terhadap tujuan sekolah yang ditandai dengan peduli pada nama baik sekolah, berusaha untuk berprestasi.

2. Konseling Realitas

Dewi Lin Irawaty S, 2014

KONSELING REALITAS UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL PESERTA DIDIK

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

Konseling realitas dikembangkan oleh William Glasser seorang psikolog dari California pada tahun 1950an. Pengembangan konseling realitas ini karena merasa tidak puas dengan praktik psikiatri yang ada dan dia mempertanyakan dasar-dasar keyakinan terapi yang berorientasi pada Freudian karena hasilnya terasa tidak memuaskan (Aqib, 2013:117). Konseling realitas tidak memberikan perhatian pada motif-motif bawah sadar sebagaimana pandangan kaum psikoanalisis, akan tetapi lebih menekankan pada perubahan tingkah laku yang lebih bertanggung jawab dengan merencanakan dan melakukan tindakan-tindakan tersebut.

Konseling realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada klien, yang dapat dilakukan oleh konselor disekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/ kesehatan mental klien secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada klien. Konseling realitas berprinsip seseorang dapat dengan penuh optimis menerima bantuan dari konselor untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya dan mampu menghadapi kenyataan tanpa merugikan siapapun.

Corey (2012:403) mengemukakan bahwa dasar pemahaman konseling realitas adalah bahwa manusia memilih perilakunya sendiri, oleh karena itu ia bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan dan terhadap apa yang ia pikir. Perilaku manusia memiliki tujuan dan berasal dari dalam diri individu bukan dari kekuatan eksternal. Individu termotivasi oleh kekuatan bawaan dan semua perilaku ditujukan untuk memenuhi kebutuhan dasar. Glasser (Corey, 2012: 403) mengidentifikasi lima kebutuhan dasar manusia yaitu:

- a. *Survival* (bertahan hidup) adalah kebutuhan kehidupan atau kesehatan yang baik.
- b. *love and belonging* (cinta dan memiliki) adalah kebutuhan untuk keterlibatan dengan orang lain, kebutuhan untuk dicintai dan mencintai.

- c. *power* (kekuatan) adalah kebutuhan untuk pencapaian prestasi atau kebutuhan untuk rasa tanggung jawab atas kehidupannya sendiri.
- d. *freedom* (kebebasan) adalah kebutuhan dalam membuat pilihan.
- e. *fun* (kesenangan) adalah kebutuhan untuk menikmati hidup.

Tujuan konseling realitas adalah memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien untuk mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang. Apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka klien perlu merencanakan dan melakukan perilaku baru yang lebih efektif. Dalam hal ini, klien memeriksa apa yang ia lakukan, apa yang ia pikirkan, yang ia rasakan untuk menemukan apakah ada jalan lain yang dapat membuat dia berfungsi lebih baik. Konseli diharapkan agar menilai diri sendiri, apakah keinginan-keinginannya realistis dan apakah perilakunya membantu untuk memenuhinya. Konseli harus bertanggung jawab, mengendalikan kehidupan dan menghadapi resiko dari tindakan dan perbuatannya sendiri. (Gunarsa, 1996: 241-243)

Pendapat Gunarsa tersebut sejalan dengan pendapat Corey (Nystul, 1999:240) yang mengungkapkan bahwa tujuan utama konseling realitas adalah membantu konseli agar bisa menjalin hubungan dengan orang lain. Esensi dari konseling realitas adalah “apa yang klien pilih untuk dilakukan dalam membina suatu hubungan sosial, bukan apa yang orang lain pilih untuk melakukannya”

Konseling realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli yang dapat dilakukan konselor disekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian konseling secara sukses, dengan cara memberikan tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan. Hal ini senada dengan yang diungkapkan Corey (2009:263) bahwa inti konseling realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, hal tersebut berarti bahwa manusia memilih perilakunya sendiri, oleh karena itu ia bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan dan terhadap apa yang ia pikir. Dalam konseling realitas, klien belajar untuk membuat pilihan

yang tepat dan dapat bertanggung jawab atas pilihan mereka tersebut. Konseli belajar untuk membuat pilihan tepat dengan menciptakan “*quality works*” yang ditandai dengan identitas keberhasilan atau kepuasan kebutuhan yang sesuai.

Dari pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling realitas adalah memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien untuk mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang. Apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka klien perlu merencanakan dan melakukan perilaku baru yang lebih efektif. Ciri yang khas dalam konseling realitas adalah tidak terpaku pada masa lalu, tetapi lebih mendorong klien untuk menghadapi realitas. Dalam konteks ini, konselor berperan sebagai guru dan sebagai model bagi klien.

Corey (2012:408) mengemukakan tiga tahapan dalam konseling realitas, yaitu tahap awal, tahap kerja dan tahap final. Pada tahap awal, konselor mengembangkan suasana psikologis yang aman dan mengeksplorasi aturan-aturan dan batasan-batasan dalam konseling. Pada tahap kerja, konselor membantu klien untuk mengevaluasi diri, mendorong klien untuk mengembangkan rencana dan membantu klien bagaimana menghadapi masalah. Pada tahap final, konselor membantu klien untuk mengevaluasi rencana yang sudah dipilihnya dan membantu klien meningkatkan persepsi tentang masa depan.

Corey (2009: 277) menyebutkan bahwa konseling realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur – prosedurnya difokuskan pada kekuatan – kekuatan dan potensi – potensi konseli yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan hidup.

D. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan rumusan konseling realitas yang efektif untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial peserta didik.

Secara khusus tujuan penelitian ini yaitu untuk menemukan fakta empirik tentang:

1. Profil kemampuan penyesuaian sosial peserta didik di SMPN 5 Cimahi.
2. Rumusan hipotetik konseling realitas untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial peserta didik di sekolah.
3. Keefektifan konseling realitas untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial peserta didik di sekolah.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan teori maupun praktik pendidikan pada umumnya, dan khususnya bimbingan dan konseling. Secara teoretis, manfaat penelitian ini memberikan wawasan dalam khasanah bimbingan dan konseling di Indonesia, dan sebagai bahan kajian dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan konseling realitas dan masalah penyesuaian sosial peserta didik.

Sedangkan manfaat praktis yang diperoleh sebagai berikut.

1. Memberikan kontribusi yang inovatif bagi sekolah dalam pengembangan program Bimbingan dan Konseling (BK) yang inovatif untuk mengembangkan kemampuan peserta didik dalam penyesuaian sosial disekolah.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk berbagai masalah penyesuaian sosial peserta didik.

F. Asumsi Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini bertitik tolak dari asumsi sebagai berikut:

1. Salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial (Elizabeth B. Hurlock, 1994)
2. Penyesuaian sosial merupakan suatu proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial atau penyesuaian dalam hubungan antar manusia. Melalui

- penyesuaian sosial, manusia memperoleh pemuasan akan kebutuhan-kebutuhannya. (Moh. Surya, 1990)
3. Peserta didik membutuhkan bimbingan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan tuntutan lingkungan. (Mathewson dalam Syamsu Yusuf, 2009)
 4. Terapi realitas berhasil digunakan pada masalah-masalah individu seperti kecemasan, *maladjustment*, psikosis, dll. (Glasser dan Zunin dalam Corey, 2009)
 5. Konsep-konsep utama dalam konseling realitas dapat diterapkan dalam konseling kepada peserta didik dari berbagai usia di sekolah. (Corey, 2012)

G. Kerangka Penelitian

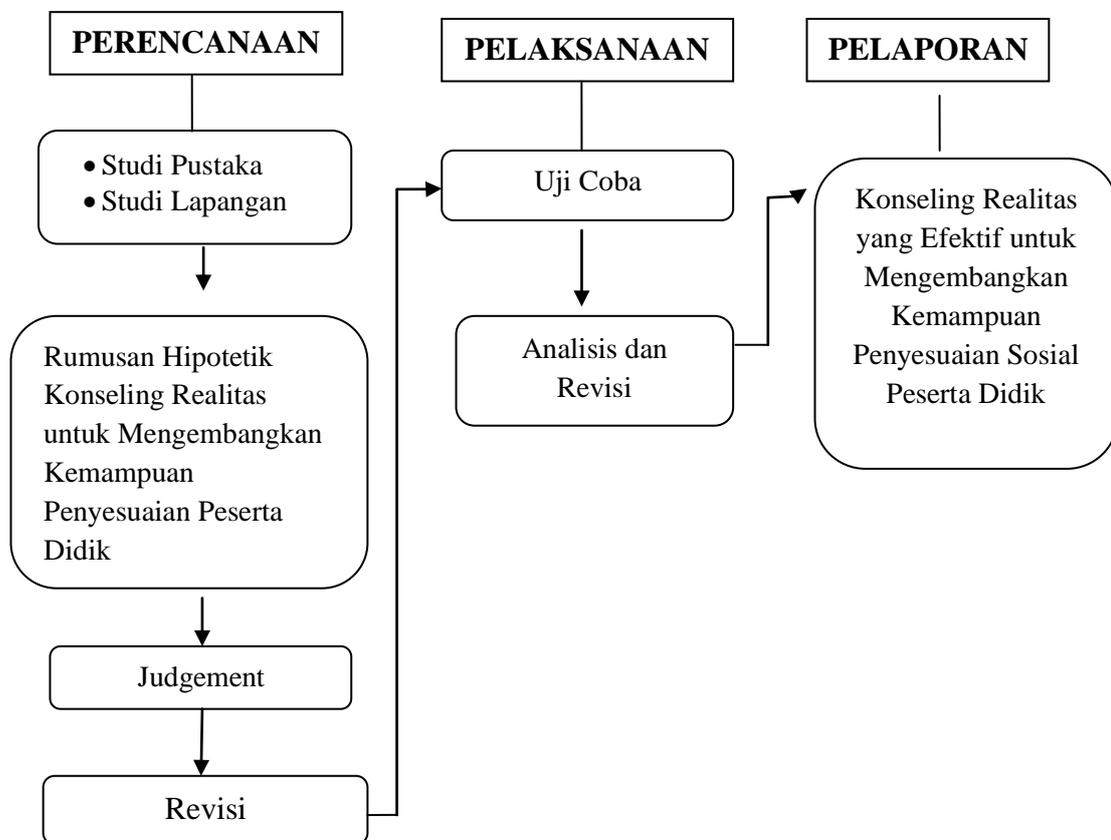
Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) sebab tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk baru dan menguji keefektifannya. Sukmadinata (2005:164) mengungkapkan bahwa R&D merupakan metode untuk menghasilkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang sudah ada, yang dapat dipertanggungjawabkan. Produk yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu konseling realitas untuk mengembangkan penyesuaian sosial peserta didik dan selanjutnya menguji keefektifannya.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dipergunakan terutama untuk memperoleh data tentang penyesuaian sosial dan mendeskripsikan profil penyesuaian sosial disekolah, sedangkan kualitatif digunakan pada saat analisis profil dan hasil perlakuan terhadap subjek penelitian (Arikunto, 1993: 60).

Langkah – langkah penelitian yang akan dilakukan mengacu pada langkah penelitian yang dikemukakan oleh Borg dan Gall (Sukmadinata, 2005: 169), yaitu: (1) *Research and information collecting* (pengumpulan data). Langkah ini meliputi pengukuran kebutuhan, studi literature, penelitian dalam skala kecil, pertimbangan – pertimbangan dari segi nilai. (2) *Planning* (Perencanaan).

Menyusun rencana penelitian, meliputi kemampuan – kemampuan yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian, rumusan tujuan yang hendak dicapai melalui penelitian tersebut, desain atau langkah – langkah penelitian, kemungkinan pengujian dalam lingkup terbatas. (3) *Develop preliminary form of product* (pengembangan draf produk). (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision*, (6) *Main field testing*, (7) *Operasional product revision*. (8) *operasional field testing* (9) *Final product revision* (10) *Dissemination and implementation*. Namun dalam penelitian ini diringkas menjadi tiga tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan pelaporan.

Langkah-langkah penelitian ini divisualisasikan sebagai berikut:



Bagan I.1
Alur Penelitian Konseling Realitas untuk Mengembangkan

Kemampuan Penyesuaian Sosial Peserta Didik

Dewi Lin Irawaty S, 2014

KONSELING REALITAS UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL PESERTA DIDIK

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