

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa kanak-kanak, remaja, dewasa dan berlanjut menjadi orang tua merupakan proses yang dilalui oleh setiap manusia secara berkesinambungan dalam hidupnya. Setiap masa perkembangan memiliki ciri atau karakteristik masing-masing, juga memiliki permasalahan yang berbeda-beda. Masa remaja sering diidentifikasi dengan masa yang rawan, menimbulkan kekhawatiran bagi para orang tua, dan sering menjadi bahan pembahasan dalam masalah-masalah yang muncul pada saat ini. Bagi remaja sendiri, masa ini merupakan masa yang sangat menyenangkan, walaupun di sisi lain terdapat remaja yang merasa tidak bahagia dalam menjalani masa remajanya.

Masa remaja adalah masa peralihan yang ditempuh oleh seseorang dari kanak-kanak menuju dewasa. Menurut Yusuf (2004), pada masa remaja berkembang *social cognition*, yaitu kemampuan untuk memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai maupun perasaannya. Dalam pencapaian tugas perkembangan remaja yaitu mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik dengan pria maupun wanita mendorong remaja untuk berperan dan berhubungan dengan lebih akrab terhadap lingkungannya, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, maupun masyarakat. Kondisi demikian menuntut remaja memiliki kemampuan penyesuaian diri.

Perkembangan remaja terjadi dalam konteks sosial yang meliputi keluarga, kelompok teman sebaya dan masyarakat tempat remaja itu hidup. Dalam proses perkembangannya, remaja akan selalu berinteraksi dengan situasi-situasi sosial yang mengharuskan remaja untuk melakukan penyesuaian sosial. Selain itu, remaja pun dituntut untuk dapat melakukan penyesuaian pribadi sehingga segala potensi yang dimiliki dapat berkembang optimal. Remaja dapat mengenal, memahami dan menerima dirinya sendiri, kemudian mengarahkan dirinya dan

pada akhirnya dapat mengaktualisasikan dirinya. Kedua aspek inilah yang tercakup dalam proses penyesuaian diri.

Masa remaja ditandai dengan adanya perkembangan yang pesat baik dari segi fisik, psikis dan sosialnya. Secara sosial, keterikatan/pengaruh terhadap teman sebaya sangat kuat. Keadaan seperti ini menjadikan remaja memiliki kelompok tersendiri, seolah-olah mereka dengan sesamanya saling memahami, mereka mulai menjauh dari orang tua, karena merasa orang tua kurang memahami dirinya. Remaja lebih memilih memecahkan masalahnya dengan teman sebayanya dari pada dengan orang tua atau gurunya. Masalah yang sangat seriuspun biasanya akan dibahas dengan teman sebayanya. Kedekatan antara teman sebaya dapat mejadi alternatif untuk memfasilitasi layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Penyesuaian diri yang baik akan menjadi salah satu bekal penting karena akan membantu remaja pada saat masuk dalam masyarakat luas. Sebaliknya, remaja yang kurang dapat menyesuaikan diri akan menghambat perkembangan remaja tersebut, menghambat kreativitasnya dalam menjalani masa remajanya dan kurang maksimal dalam berprestasi di sekolah.

Penyesuaian diri merupakan prasyarat penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena tidak mampu menyesuaikan diri (Mu'tadin: 2002). Menurut Kartono (1980), semua tingkah laku manusia pada hakikatnya merupakan respon penyesuaian diri. Dengan demikian penyesuaian diri memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, khususnya pada fase remaja.

Remaja yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, dapat hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, maka remaja tersebut akan merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungan. Remaja tersebut akan merasa bahagia karena ia tidak merasa tertekan dengan situasi tempat ia berada, merasa mendapatkan suatu ketenangan jiwa, menerima dirinya dan orang lain, mempunyai tujuan yang nyata, sehingga mampu mengendalikan diri dan bertanggung jawab.

Menurut Hurlock (1992), proses penyesuaian diri dapat menimbulkan masalah dan dilema bagi remaja. Di satu sisi remaja dituntut patuh pada orang tua dan guru, di sisi lain mereka dituntut untuk berperilaku *conform* dengan teman sebaya agar dapat diterima dalam kelompoknya. Di antara kedua tuntutan tersebut sering kali tidak sejalan, akibatnya sering kali timbul konflik antara remaja dengan orang tua atau otoritas yang ada. Apabila dilihat dari hal tersebut, tampaknya penyesuaian diri bukan hal yang mudah untuk dicapai oleh remaja.

Kesulitan siswa dalam penyesuaian diri sering dijumpai di sekolah dan ditampilkan dalam berbagai bentuk perilaku, seperti tidak dapat mengontrol emosi, mencari rasa aman pada berbagai bentuk mekanisme psikologis (seperti rasionalisasi, proyeksi, egosentris, dan sebagainya), merasa kecewa, perasaan rendah diri, mengisolasi diri dan sulit bekerja sama dalam situasi kelompok. Seringkali permasalahan tersebut akhirnya menjadi permasalahan yang biasa dan dianggap wajar terjadi di sekolah-sekolah.

Selain itu, terdapat juga beberapa hal yang mengindikasikan adanya penyesuaian diri yang salah dan dianggap membahayakan remaja. Berbagai macam penyesuaian diri yang salah misalnya, perkelahian secara perorangan atau kelompok, mabuk-mabukan, pencurian, penganiayaan dan penyalahgunaan obat-obatan seperti narkotika dan perilaku seksual yang dilakukan di luar pernikahan atau menyimpang menjadi fenomena mengerikan di kalangan remaja.

Hasil survey dari Federasi Kesehatan Mental Indonesia/Fekmi (2005), menunjukkan bahwa 47,7% remaja sering merasa cemas, 84% merasakan cemas yang berulang, 70,3% sering berfikir yang tidak-tidak dan mengaku sering mengalami mimpi buruk, 79% remaja mencemaskan penampilan, 31% menggunakan obat penenang, 54% mengaku pernah berkelahi, 87% berbohong, dan 8,9% pernah mencoba narkoba. Boyke Dian (Ipah, 2005) mengemukakan terdapat sekitar 6-20% para siswa SMU dan mahasiswa pernah melakukan hubungan seks di luar nikah. Di Jakarta, pada tahun 2000 diketahui ada lebih dari 166 SMTP dan 172 SLTA yang menjadi pusat peredaran narkotika dengan lebih dari 2000 siswa terlibat di dalamnya.

Hasil survey dan penelitian tersebut menunjukkan adanya penyesuaian diri yang menyimpang pada remaja. Semakin maraknya problema yang dialami remaja merupakan indikasi bahwa remaja banyak mengalami penyesuaian diri yang menyimpang. Hal tersebut dapat menyebabkan dampak yang tidak baik pada diri remaja apabila tidak segera ditangani.

Guru BK/Konselor dapat membantu siswa yang memiliki masalah dalam penyesuaian diri. Sebagaimana yang dipaparkan dalam Peraturan Pemerintah No. 29 Tahun 1990 tugas konselor atau guru pembimbing adalah membantu siswa dalam rangka menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan perencanaan masa depan. Terdapat berbagai layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, salah satu layanan yang dapat digunakan yaitu dengan bimbingan teman sebaya. Penggunaan layanan bimbingan teman sebaya ini dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Layanan bimbingan teman sebaya diharapkan dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan remaja dalam pencapaian tugas-tugas perkembangannya, sehingga dapat menghindarkan remaja dari penyesuaian diri yang salah. Salah satu upaya yang harus dilakukan untuk memenuhi tuntutan tersebut adalah adanya peningkatan kualitas bimbingan dan konseling itu sendiri. Peningkatan kualitas bimbingan dan konseling dapat dilakukan melalui penyusunan program bimbingan teman sebaya yang lebih diarahkan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan paparan di atas, kedekatan antar teman sebaya dipandang efektif sebagai salah satu bentuk kegiatan dalam penerapan layanan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini kedekatan teman sebaya dapat membantu siswa meningkatkan penyesuaian dirinya. Pelaksanaan kegiatan bimbingan teman sebaya (*peer guidance*), yaitu bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa lainnya.

Dalam kegiatan bimbingan teman sebaya terdapat interaksi dan muncul dinamika kelompok yang akan membantu peserta didik untuk lebih terbuka dan menerima hal-hal yang telah disepakati oleh kelompok. Pengalaman-pengalaman individu dari hasil berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan

yang lebih luas akan menyebabkan perubahan yang positif pada diri individu dan pada gilirannya dapat meningkatkan percaya diri siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain itu, dalam kegiatan bimbingan teman sebaya akan terjadinya interaksi antara ketua dengan anggota kelompok atau antara anggota dengan anggota kelompok lainnya, sehingga terjadi interaksi yang menimbulkan saling percaya untuk mengungkapkan pendapat, ide-ide dari anggota kelompok yang menimbulkan pemikiran atau pengalaman baru yang dapat memperkuat keyakinan pada diri seseorang bahwa ia mampu.

Bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri remaja didasarkan pada gambaran mengenai kondisi penyesuaian diri remaja. Dengan demikian bimbingan teman sebaya dirasakan dapat lebih tepat guna dan sasaran untuk meningkatkan penyesuaian diri remaja.

SMA Negeri 11 Bandung merupakan sekolah yang senantiasa meningkatkan kualitas dan kuantitasnya. Oleh karena itu, segala potensi yang ada pada diri siswa terus-menerus dikembangkan, baik intelektualitas maupun penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitarnya. Salah satunya melalui pemberian layanan bimbingan yang ditujukan untuk membantu siswa mengembangkan individu secara utuh dan menyeluruh, yaitu segala aspek tugas perkembangan yang harus dicapai.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara dengan guru BK/Konselor di SMA Negeri 11 Bandung pada saat melakukan observasi, masih ditemukan adanya siswa-siswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri terutama siswa-siswa yang baru masuk di kelas X. Terdapat beberapa masalah yang sering kali muncul, seperti kesulitan untuk konsentrasi dalam belajar ketika menghadapi berbagai masalah, perasaan minder untuk bergaul dengan yang lebih pintar, tidak mampu mengontrol emosi, sering merasa cemas, dan kesulitan untuk menyelesaikan konflik dengan teman. Oleh karena itu diperlukan adanya bimbingan teman sebaya dalam proses bimbingan di SMA Negeri 11 Bandung yang selama ini masih belum optimal.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka masalah yang diteliti berjudul “Program Bimbingan Teman Sebaya untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa”.

B. Identifikasi dan Perumusan Masalah

Manusia bersifat dinamis, semua aspek berkembang terus menerus sepanjang rentang kehidupannya. Karena itulah, penyesuaian diri juga merupakan proses yang dinamis. Derlega & Janda (1978: 28) mengemukakan “*Adjustment is a lifelong process, and people must continue to meet and deal with the stresses and challenges of life in order to achieve a healthy personality.*” Proses penyesuaian diri akan berlangsung terus menerus sepanjang rentang kehidupan manusia.

Derlega & Janda (1978: 28-37) mengungkapkan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik ialah yang mampu: (1) mengamati sesuatu secara realistis; (2) memanfaatkan pengalaman dan merencanakan masa depan; (3) bekerja secara berarti; (4) melakukan hubungan sosial secara akrab; (5) mengekspresikan emosi secara tepat; dan (6) melihat diri secara positif.

Karakteristik penyesuaian diri yang sehat tersebut, tentunya memberikan rasa kebahagiaan bagi remaja. Winarno & Thomas (1980) menggunakan rumusan yang sama untuk istilah kebahagiaan, keseimbangan mental dan penyesuaian diri. Manusia yang bahagia adalah manusia yang memiliki keseimbangan mental yang terbaik dan manusia yang berhasil dalam penyesuaian diri terhadap hidupnya.

Teman sebaya mempunyai peranan penting bagi remaja, karena remaja sering menempatkan teman sebaya dalam posisi prioritas dibandingkan dengan orangtua atau guru dalam menyatakan perasaannya. Hubungan sosial diantara remaja atau kelompok sebaya ini dapat memberikan pengaruh yang positif bagi perkembangannya. Dengan demikian, salah satu upaya yang dapat diberikan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa adalah melalui bimbingan teman sebaya.

Rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran umum kemampuan penyesuaian diri siswa Kelas X di SMA Negeri 11 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013?
2. Bagaimana rancangan program bimbingan teman sebaya yang secara hipotetik tepat untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa Kelas X di SMA Negeri 11 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah sebagai berikut.

1. Tujuan Umum

Secara umum tujuan penelitian adalah memperoleh rumusan program bimbingan teman sebaya yang secara hipotetik tepat untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian adalah sebagai berikut.

- a. Mendeskripsikan gambaran umum kemampuan penyesuaian diri siswa Kelas X di SMA Negeri 11 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013.
- b. Mendeskripsikan gambaran siswa yang sesuai untuk pembimbing teman sebaya.
- c. Mendeskripsikan gambaran mekanisme/prosedur bimbingan teman sebaya yang sesuai dengan kondisi sekolah.
- d. Mendeskripsikan gambaran rumusan pelatihan pembimbing teman sebaya.

D. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Hasil penelitian diharapkan bermanfaat baik secara teoretis maupun praktis.

1. Secara Teoretis

Secara teoretis penelitian diharapkan dapat memperkaya pengetahuan serta keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya mengenai program bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

2. Secara Praktis

- a. Bagi guru BK/Konselor, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan layanan bimbingan teman sebaya di SMA, khususnya dalam mengembangkan kemampuan penyesuaian diri siswa.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan dalam penelitian selanjutnya, khususnya dalam meneliti penyesuaian diri di kalangan siswa dan layanan bimbingan teman sebaya yang digunakan.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari lima bab, yaitu: bab I pendahuluan, yang berisi latar belakang penelitian, identifikasi dan perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat/signifikansi penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II kajian pustaka yang berisi kajian teori mengenai program bimbingan teman sebaya dan penyesuaian diri sebagai kerangka berpikir dalam pembahasan, serta penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti. Bab III metode penelitian, yang berisi lokasi dan subjek penelitian, desain dan metode penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, uji validitas dan reliabilitas instrumen, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, penyusunan program bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, dan prosedur penelitian. Bab IV hasil penelitian dan pembahasan yang berisi pengolahan atau analisis data serta pembahasan atau analisis temuan. Bab V kesimpulan dan saran, yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan terhadap hasil analisis temuan penelitian.