

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepanjang rentang kehidupannya individu mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus dijalani untuk tiap masanya. Tugas perkembangan tersebut terbentang dari masa bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga masa tua. Individu yang mampu memenuhi tuntutan tugas perkembangan akan mendapat kebahagiaan dan dapat membantu untuk melaksanakan tugas perkembangan selanjutnya. Apabila individu tersebut gagal dalam memenuhi tugas perkembangannya, maka dapat menghambat untuk memasuki tugas perkembangan selanjutnya dan dapat menimbulkan ketidakpuasan dalam perjalanan hidupnya Havighurst (Hurlock, 1999: 9).

Salah satu masa yang akan dilewati individu adalah masa peralihan dari anak-anak menuju remaja yang lebih dikenal dengan istilah *pubertas*. Kata pubertas sendiri berasal dari bahasa latin yang berarti “usia kedewasaan”. Istilah pubertas tersebut lebih menunjuk pada perubahan fisik dengan mulai diproduksi hormon-hormon seks dalam tubuh sehingga individu secara seksual menjadi matang dan mampu bereproduksi. Perubahan fisik tersebut juga diikuti oleh perubahan dari psikis remaja terutama aspek sosial emosional yang masih labil dan kurang terkendali. Usia pubertas untuk anak perempuan adalah 11- 15 tahun, sedang untuk laki-laki 12- 16 tahun (Hurlock 1999: 185). Pada masa

tersebut rata-rata remaja berada pada tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama atau SMP.

Tuntutan hidup yang tinggi dapat membuat masalah bagi remaja, karena mereka memiliki sedikit mekanisme dan strategi untuk beradaptasi dengan diri sendiri. Remaja seringkali tidak mampu mengendalikan dunia mereka. Remaja mengalami banyak masalah dalam keluarga, di sekolah, dan di masyarakat. Masalah yang dapat mempengaruhi remaja pubertas sendiri antara lain kecemasan, stres, seksualitas, alkohol dan penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, bunuh diri, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan menetapkan tujuan dalam hidup.

Berkaitan dengan masalah remaja, maka Standar *American School Counselor Association ASCA* (Holly dan Kevin, 2010:228) mengungkapkan beberapa modal atau sifat yang harus dikembangkan siswa untuk dapat menjalankan tugas perkembangannya dengan baik. Adapun modal tersebut sebagai berikut.

Personal power- young person feels he or she has control over things that happen to me. Self-esteem—young person reports having a high self-esteem. Sense of purpose—young person reports that “my life has a purpose. Positive view of personal future—young person is optimistic about his or her personal future.

Remaja hendaknya mampu mengembangkan kekuatan pribadi yakni mengerti akan sesuatu yang sedang mereka alami. Remaja diharapkan mempunyai pandangan tentang harga diri, pandangan akan tujuan hidup dan optimis untuk menjalani kehidupannya. Kekuatan pribadi ini dapat diartikan sebagai pemahaman akan diri sendiri dengan segala kelebihan dan kelemahan

yang ada. Tujuan pengembangan kekuatan pribadi ini adalah untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas pemenuhan kebutuhan pribadi. Jika individu mampu berkomunikasi baik dengan dirinya, kemungkinan besar ia juga mampu berkomunikasi baik pula dengan orang lain. Keterampilan komunikasi tersebut oleh Cavanagh (2002:203) disebut sebagai kompetensi intrapersonal.

Gardner (Armstrong 2009:6) memberikan istilah yang agak berbeda untuk menyebut kekuatan pribadi, namun mempunyai makna yang hampir sama. Secara lebih lanjut Gardner menyebut dengan kecerdasan intrapersonal. Individu dengan kecerdasan intrapersonal baik dapat dengan mudah mengakses perasaannya sendiri, membedakan berbagai macam keadaan emosi, dan menggunakan pemahamannya sendiri untuk memperkaya dan membimbing hidupnya.

Kompetensi intrapersonal akan menjadi landasan kokoh bagi perkembangan watak dan kepribadian seseorang termasuk dalam melaksanakan tugas perkembangannya. Individu yang memiliki kompetensi intrapersonal kuat mampu melihat batas-batas diri sekaligus kelebihan diri, sehingga tidak perlu membangun pencitraan diri secara palsu. Individu akan memiliki integritas tinggi sehingga sikap dan perilaku yang ditampakkan, sama dengan sikap dan perilaku sesungguhnya. Individu tersebut tidak takut terhadap penilaian orang lain karena ia berdiri kokoh pada kekuatan diri sendiri. Dalam kegiatan akademis, individu yang mengetahui keadaan dirinya cenderung untuk mampu menyelesaikan tugas akademisnya dengan tepat waktu. Hasil penelitian Grant (2009:107) tentang hubungan tingkat prokstinasi dan kompetensi intrapersonal siswa menunjukkan bahwa siswa dengan kompetensi intrapersonal tinggi cenderung kurang untuk

melakukan prokstinasi akademis secara keseluruhan daripada seorang siswa dengan kompetensi intrapersonal rendah.

Memasuki usia pubertas, remaja akan dihadapkan pada beberapa tugas perkembangan. Salah satu tugas perkembangan yang akan dihadapi remaja adalah mulai mencari identitas diri. Pada masa ini, remaja sering merasa terisolasi, hampa, cemas, dan bimbang. Remaja sangat peka terhadap cara-cara orang lain memandang dirinya, mereka menjadi mudah tersinggung dan merasa malu Erikson (Hall dan Lindzey, 1985: 86).

Hasil observasi dan wawancara awal diperoleh informasi dari guru Bimbingan dan konseling di SMPN 1 Lembang bahwa dengan beraneka ragamnya latar belakang siswa di sekolah tersebut, maka banyak siswa yang merasa kebingungan dengan identitas diri mereka. Banyak siswa yang berkeluh kesah kepada guru Bimbingan dan konseling bahwa mereka merasa kurang percaya diri dengan keadaan diri mereka. Masalah yang sering dikeluhkesahkan siswa misalnya, siswa merasa kurang menarik pada fisik serta perbedaan tingkat ekonomi orang tua. Lebih lanjut diungkapkan bahwa terdapat siswi yang selama 3 hari berturut-turut tidak masuk sekolah, setelah diadakan layanan kunjungan rumah (*home visit*) didapat informasi bahwa siswi tersebut merasa malu karena mendapat ejekan orang miskin oleh teman yang lain. Masalah yang dialami siswi tersebut akhirnya dapat membuat perjalanan akademik siswi terganggu, termasuk pencapaian tugas perkembangan lainnya menjadi kurang optimal.

Berdasarkan hasil wawancara juga didapatkan data bahwa terdapat kasus 2 orang siswi yang mengalami masalah berat, merasa putus asa, sehingga pernah

melakukan percobaan bunuh diri karena sudah tidak memiliki kekuatan diri untuk menghadapi masalahnya. Peristiwa tersebut tentunya membutuhkan perhatian dari semua pihak, termasuk guru bimbingan dan konseling sekolah.

Yusuf dan Nurihsan (2008: 200) mengungkapkan salah satu faktor yang menyebabkan individu mengalami kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan dalam perjalanan kehidupan adalah tidak ada atau kurangnya bimbingan untuk memahami dan menguasai tugas-tugas perkembangan. Salah satu cara untuk mengatasi kegagalan tersebut perlu diberikan layanan bimbingan dan konseling yang optimal sesuai kebutuhan remaja, terutama remaja yang baru memasuki masa pubertas yakni remaja pada tingkat Sekolah Menengah Pertama atau SMP.

Salah satu bidang layanan dalam bimbingan dan konseling adalah bidang pribadi sosial. Menurut Gordon (2000: 13) bimbingan pribadi sosial adalah proses membantu individu untuk mengetahui cara bersikap serta memahami tentang keadaan diri sendiri termasuk berbagai kelemahan dan kekuatan diri sendiri. Bimbingan pribadi sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan tiap individu. Salah satu aspek dalam layanan bimbingan pribadi sosial adalah membantu individu untuk memperoleh pemahaman diri, termasuk didalamnya mengidentifikasi dan mengekspresikan perasaan diri ASCA (Holly dan Kevin, 2002:228).

Pelaksanaan bimbingan pribadi sosial di tingkat SMP berhadapan dengan siswa yang berada pada usia pubertas dengan berbagai karakter psikologisnya. guru bimbingan dan konseling dituntut untuk peka dan memahami karakteristik psikologi remaja pubertas. Materi dan strategi yang akan disampaikan pada program bimbingan pribadi sosial hendaknya dipilih dengan berbagai alasan tertentu. Salah satu pertimbangannya adalah bagaimana memilih strategi yang dapat dipahami dan diterima dengan baik oleh siswa, untuk mengantisipasi "*lack of competence intrapersonal*" siswa.

Siswa sebagai penerima layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah individu yang memiliki sebuah emosional otak. Emosional otak tersebut terdiri dari beberapa struktur unsur termasuk unsur perasaan (Goleman, 2006). Pada usia pubertas, siswa adalah individu yang belajar untuk merasakan berbagai gejala emosi yang ada pada dirinya. Pendidik termasuk guru bimbingan dan konseling perlu memberikan bimbingan yang dapat mengikutsertakan perasaan itu. Strategi ini menunjukkan bahwa pembimbing bertanggung jawab untuk menciptakan suasana bimbingan yang membuat siswa dapat merasa tertawa, marah, mengekspresikan pendapat yang kuat, mendapatkan semangat dari topik tertentu, atau merasakan berbagai emosi lainnya.

Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMPN 1 Lembang didapat informasi bahwa selama ini mereka telah berusaha melaksanakan program tersebut di sekolah. Mereka menuturkan bahwa dalam faktanya terdapat keterbatasan untuk memberikan program bimbingan pribadi sosial yang dapat membantu meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa

didiknya. Keterbatasan layanan tersebut misalnya dari teknik atau strategi layanan, serta materi yang disampaikan kepada siswa. Selama ini guru bimbingan dan konseling sekolah lebih memaksimalkan penggunaan Lembar Kerja Siswa (LKS) pengembangan diri untuk melaksanakan layanan tersebut.

Salah satu teknik yang dapat dikembangkan dalam program bimbingan pribadi sosial adalah dengan permainan. Permainan atau (*game*) adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri (Santrock, 2006). Terapi bermain pada remaja dalam pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial menawarkan berbagai pendekatan khusus yang diarahkan untuk kebutuhan pada usia remaja. Bermain permainan (*game*) merupakan proses adopsi peran-peran dalam permainan, yang berkaitan dengan perkembangan identitas dan harga diri individu. Permainan dapat diterapkan agar pembelajaran menjadi bermakna. Melalui teknik permainan, guru bimbingan dan konseling dapat memberikan refleksi dan pemaknaan pada akhir kegiatan untuk menggambarkan berbagai ungkapan perasaan yang dialami siswa selama kegiatan permainan tersebut. Proses identifikasi perasaan yang dilakukan guru bimbingan dan konseling pada siswa pada akhirnya diharapkan dapat melatih dan meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa.

Melalui kegiatan permainan terutama yang dilakukan bersama sekelompok anggota lain, siswa akan diarahkan untuk membuat gambaran terhadap diri sendiri. Gambaran tersebut antara lain kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, hal ini tentunya akan membantu siswa untuk belajar membangun percaya diri dan harga diri karena ia mempunyai kompetensi tertentu. Erikson dan Freud

(Santrock, 2002) mengungkapkan bahwa permainan merupakan suatu bentuk penyesuaian diri manusia yang sangat berguna menolong anak menguasai kecemasan dan konflik. Siswa akan belajar cara bersikap dan bertingkah laku yang positif dan pada akhirnya membentuk kepribadian yang positif pula.

Pengetahuan diri (*self knowledge*) sebagai bagian dari kompetensi intrapersonal dapat dilatih melalui teknik permainan. *Self knowledge* yang baik mampu membuat individu terus mengeksplorasi diri dan mempunyai harapan-harapan positif yang akan mewarnai perjalanan kehidupannya. Waktu terbaik untuk membangun kompetensi ini adalah pada saat remaja (Musfiroh, 2008). Charles (2005) menambahkan bahwa masa remaja yang penuh dengan antagonis, mengikuti perasaan, susah diatur, gampang sakit hati, namun penuh dengan spontanitas dan kreativitas perlu diberikan perlakuan khusus. Perlakuan khusus tersebut dimaksudkan sebagai penghubung untuk membantu remaja dalam menyelesaikan masalah yang mereka hadapi.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan program bimbingan pribadi sosial di sekolah melalui teknik permainan memberikan peluang kepada guru bimbingan dan konseling untuk menambah teori dan praktik dalam meningkatkan layanan kepada siswa. Berdasarkan pertimbangan tersebut, maka penelitian ini akan membahas tentang **Program Bimbingan Pribadi Sosial melalui Permainan untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang erat keterkaitannya dengan pelaksanaan program bimbingan pribadi sosial untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Kompetensi intrapersonal siswa yang optimal dapat menunjang kesuksesan pencapaian tugas perkembangan pada usia remaja. Kesuksesan siswa untuk mampu meningkatkan kompetensi intrapersonal tersebut pada akhirnya juga mampu membantu meningkatkan prestasi akademik di sekolah dengan lebih baik.

Kompetensi intrapersonal merupakan pemikiran dan perasaan siswa untuk mampu berhubungan baik dengan diri sendiri. Siswa yang mempunyai kecerdasan intrapersonal kuat mampu menyadari bagaimana lingkungan sekitar memandang mereka dan berusaha mencari tahu bagaimana mereka diterima dengan baik oleh lingkungan.

Beberapa indikator yang menunjukkan belum optimalnya pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial di sekolah untuk memaksimalkan kompetensi intrapersonal siswa antara lain: Pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial belum secara maksimal menggunakan teknik yang menarik dan sesuai bagi siswa. Siswa sebagai penerima layanan bimbingan pribadi sosial masih kurang mampu untuk memahami diri mereka secara baik, selain itu siswa kurang mampu untuk mengendalikan emosi ketika menghadapi suatu masalah dalam hidupnya.

Program bimbingan pribadi sosial belum mencapai tujuan secara optimal, termasuk layanan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa pada usia pubertas. Guru bimbingan dan konseling membutuhkan suatu teknik layanan yang

sesuai dengan karakter psikologis siswa yang berada pada masa pubertas. Teknik layanan yang diberikan guru bimbingan dan konseling hendaknya dikemas dalam suatu kegiatan yang menarik bagi siswa yakni melalui teknik permainan. Program bimbingan pribadi sosial melalui teknik permainan (*game*) akan memberikan peluang terjadinya proses adopsi peran-peran dalam permainan yang berkaitan dengan perkembangan identitas diri dan harga diri individu.

Fokus dalam penelitian adalah upaya peningkatan kompetensi intrapersonal siswa melalui layanan bimbingan pribadi sosial, maka rumusan masalah secara umum adalah sebagai berikut: **Bagaimanakah rumusan program bimbingan pribadi sosial melalui teknik permainan yang efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama (SMP)?**

Adapun rumusan masalah secara khusus adalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakah profil kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang?
2. Bagaimana rumusan program bimbingan pribadi sosial melalui permainan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang?
3. Bagaimana efektivitas program bimbingan pribadi sosial melalui permainan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang?

C. Penjelasan Istilah

1. Program bimbingan pribadi sosial melalui permainan

Bimbingan pribadi sosial adalah proses untuk membantu siswa agar dapat memahami bagaimana cara bersikap dan bertingkah laku baik dengan diri sendiri maupun dalam berhubungan dengan lingkungan sosialnya. Program bimbingan pribadi sosial melalui permainan diarahkan untuk memantapkan dan mengembangkan kepribadian melalui teknik permainan.

2. Kompetensi Intrapersonal

Kompetensi Intrapersonal adalah kecakapan yang dapat membantu siswa berhubungan secara baik dengan dirinya.

Terdapat tiga faktor yang berpengaruh dalam kompetensi intrapersonal yakni:

- a. Pengetahuan diri (*self knowledge*) adalah kemampuan siswa untuk mengetahui gambaran dirinya yang meliputi: kekuatan diri, kelemahan diri, keinginan diri, perasaan diri, dan motivasi diri.
- b. Pengarahan diri (*self direction*) adalah kemampuan siswa untuk mengarahkan diri dalam kehidupannya, serta menerima tanggungjawab sebagai konsekuensi dari perilaku mereka. Indikator pada aspek pengarahan diri adalah: kepercayaan diri, pengendalian diri, kemandirian diri, pengambilan keputusan, dan penentuan tujuan hidup.
- c. Harga diri (*self esteem*) adalah suatu pandangan siswa secara umum bahwa dirinya bermanfaat, berkemampuan, dan berkebijakan. Aspek yang merupakan bagian dari harga diri adalah: persepsi diri, bangga dengan diri sendiri, evaluasi diri, dan integritas diri.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian secara umum adalah menghasilkan rumusan program bimbingan pribadi sosial yang efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) melalui teknik permainan.

Secara khusus penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut.

1. Mengetahui profil kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang.
2. Mengetahui rumusan program bimbingan pribadi sosial melalui permainan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang.
3. Mengetahui efektivitas program bimbingan pribadi sosial melalui permainan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat teoretis
Dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya tentang rumusan program bimbingan pribadi sosial melalui permainan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa.
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi siswa, siswa dapat menerapkan hasil permainan yang telah dilaksanakan yakni: siswa mampu mengetahui kelebihan dan kekurangan

yang ada dalam dirinya, siswa mampu belajar memilih cara penyelesaian masalah yang baik dan tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain, serta siswa mampu melihat diri sendiri dengan persepsi yang positif.

- b. Bagi guru bimbingan dan konseling, memperkaya khasanah keterampilan khususnya para guru bimbingan dan konseling yang bertugas di SMP dalam pelayanan peningkatan kompetensi intrapersonal siswa.
- c. Bagi Kepala Sekolah, dapat menjadi salah satu referensi dalam pengambilan kebijakan yang berkaitan dengan program bimbingan dan konseling di sekolah yang bersangkutan.
- d. Bahan kajian dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan program bimbingan pribadi sosial dan peningkatan kompetensi intrapersonal siswa.

F. Asumsi

Penelitian ini didasarkan pada asumsi peneliti yang disimpulkan dari beberapa pendapat ahli yang berkaitan dengan masalah kompetensi intrapersonal dan teknik permainan dalam bimbingan dan konseling.

1. Kompetensi intrapersonal adalah kecakapan yang dapat membantu siswa untuk berhubungan secara baik dengan dirinya (Cavanagh, 2002: 203).
2. Bimbingan pribadi sosial merupakan layanan untuk membantu siswa agar mampu memahami tentang diri sendiri, termasuk cara bersikap dan bertingkah laku baik dengan diri sendiri maupun orang lain (Gordon, 2000: 13).

3. Teknik permainan (*game*) adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri (Santrock, 2006).

G. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah: “Teknik permainan dalam program bimbingan pribadi sosial dapat meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa”. Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut.

H₀: Tidak terdapat perbedaan skor kompetensi intrapersonal siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan program bimbingan pribadi sosial melalui teknik permainan. ($H_0: x_1 = x_2$)

H_A: Terdapat perbedaan skor kompetensi intrapersonal siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan program bimbingan pribadi sosial melalui teknik permainan. ($H_A: x_1 \neq x_2$)

H. Metode Penelitian

Pendekatan yang dipergunakan adalah kuantitatif dan kualitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pengembangan program.

I. Lokasi dan Sampel Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Lembang Kabupaten Bandung Barat, Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMPN 1 Lembang yang mendapat layanan bimbingan pribadi sosial dan sampel yang dipilih adalah siswa kelas VIII.