

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Pendidikan adalah aktivitas dan usaha manusia untuk meningkatkan kepribadiannya dengan jalan membina potensi-potensi pribadinya, yaitu rohani (pikir, karsa, rasa, cipta dan budi nurani). Dan jasmani (panca indera serta keterampilan-keterampilan).

Pendidikan juga berarti lembaga yang bertanggung jawab menetapkan cita-cita (tujuan) pendidikan, isi, sistem dan organisasi pendidikan. Lembaga-lembaga ini meliputi keluarga, sekolah dan masyarakat.¹

Dengan adanya pendidikan maka peserta didik akan mengetahui berbagai macam hal, karena dengan adanya pendidikan peserta didik akan belajar disekolah sebagai aktivitas dan usaha manusia untuk meningkatkan potensi-potensi yang dimilikinya.

Dilingkungan sekolah, peserta didik adalah subjek yang sedang belajar. Berdasarkan pengertian tersebut maka salah satu aspek penting yang perlu dijaga dan dibina suasana adalah lingkungan, dalam hal ini lingkungan sekolah. Suasana lingkungan sekolah sangat ditentukan oleh suasana yang diciptakan para peserta didik.²

Jadi, lingkungan sekolah itu sangat berpengaruh terhadap peserta didik, karena lingkungan sekolah yang menentukan peserta didik dalam belajar disekolah. Lingkungan sekolah itu mudah terpengaruh bagi peserta didik.

¹ Tim Dosen IKIP, *Dasar-dasar Kependidikan*, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1990), hlm. 5.

² Pupuh Fathurrohman, *Pengembangan Pendidikan Karakter*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2013), hlm. 56.

Konseling kelompok merupakan suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.³

Dengan adanya konseling kelompok maka individu akan dibantu untuk menyelesaikan masalahnya dalam situasi kelompok. Sehingga mempermudah dan menyelesaikan masalahnya dalam kelompok tersebut.

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang selalu menjadi bagian dari lingkungan tertentu. Dilingkungan mana pun individu berada, ia akan berhadapan dengan harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhinya. Di samping itu individu juga memiliki kebutuhan, harapan, dan tuntutan di dalam dirinya, yang harus diselaraskan dengan tuntutan dari lingkungan. Bila individu mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka dikatakan bahwa individu tersebut mampu menyesuaikan diri. Jadi, penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya.

Schneiders mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan satu 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.⁴

Dengan demikian, usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Penyesuaian diri bukan merupakan sesuatu yang

³ Namora Lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016). hlm. 24.

⁴ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hlm. 146.

bersifat absolut atau mutlak. Tidak ada individu yang dapat melakukan penyesuaian dengan sempurna.

Para pakar biologi memakai istilah *Adaptasi* untuk menjelaskan pengertian penyesuaian-penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan fisik, seperti tuntutan iklim, keadaan geografis, fauna dan floranya, keadaan cuaca dan angin, dan sebagainya. Sedangkan para psikolog, memakai istilah *Adjustment* untuk penyesuaian bagi berbagai macam kondisi sosial atau hubungan-hubungan interpersonal dalam masyarakat.

Penyesuaian diri dapat diinterpretasikan dari dua titik pandang. Pertama, penyesuaian sebagai suatu hasil dengan menekankan pada kualitas atau efisiensi dalam penyesuaian. Kedua, penyesuaian sebagai suatu proses, yaitu menekankan pada proses atau terjadinya penyesuaian individu-individu pada lingkungan dalam dan lingkungan luarnya.⁵

Memahami dan mengkritisi uraian-uraian yang telah diberikan tersebut, kita dapat mendefinisikan atau menjabarkan pengertian penyesuaian diri sebagai suatu proses dan hasil individu atau kelompok manusia menghadapi situasi-situasi baru dalam lingkungan hidupnya sehingga perilakunya dapat diterima di dalam hidup bersama dengan masyarakat sekitarnya. Penyesuaian diri tersebut dapat lancar atau terhambat tergantung pada individu yang bersangkutan dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Apabila proses penyesuaian diri berjalan lancar, individu tidak mengalami hambatan, walaupun ada hambatan dapat diatasi dengan baik. Sebaliknya, apabila ada hambatan yang tidak dapat diatasi, hal itu dapat menimbulkan frustrasi atau penyesuaian diri yang buruk.

⁵ Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 357.

Seseorang dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik jika mampu melakukan respons-respons yang matang, efisien, memuaskan dan sehat. Dikatakan efisien artinya mampu melakukan respons dengan mengeluarkan tenaga dan waktu sehemat mungkin. Dikatakan sehat artinya bahwa respons-respons yang dilakukannya sesuai dengan hakikat individu, lembaga, atau kelompok antar individu, dan hubungan antar individu dengan penciptanya.⁶

Dengan demikian, orang yang dipandang mempunyai penyesuaian diri yang baik adalah individu yang telah belajar bereaksi terhadap dirinya dan lingkungannya dengan cara-cara yang matang, efisien, memuaskan, sehat serta dapat mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengembangkan perilaku simptomatik dan gangguan psikosomatik yang mengganggu tujuan-tujuan moral, sosial, agama, dan pekerjaan.

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri.

Jadi penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku, dengan mana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan di mana ia tinggal.

⁶ Mohammad Ali, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2004), hlm. 176.

Menurut Baum, tingkah laku penyesuaian diri diawali dengan stres, yaitu suatu keadaan di mana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan atau kesejahteraan atau kenyamanan diri seseorang.⁷

Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. Setiap individu memberikan reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi tertentu sesuai dengan proses pendekatan yang digunakannya.

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Seperti kita ketahui bahwa penyesuaian yang sempurna tidak pernah tercapai. Penyesuaian yang sempurna terjadi jika manusia/individu selalu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan lingkungannya di mana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi, dan di mana semua fungsi organisme/individu berjalan normal. Sekali lagi, bahwa penyesuaian yang sempurna seperti itu tidak pernah dapat tercapai, karena itu penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat, dan manusia terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.⁸

Respon penyesuaian baik atau buruk secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar.

⁷ Dra Desmita, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 191.

⁸ Sunarto, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 222.

Rasulullah SAW bersabda:

مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيُغَيِّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِقَلْبِهِ
وَذَلِكَ أَوْعَفُ الْإِيمَانِ (رواه مسلم)

Artinya: “Barang siapa diantara kalian melihat kemungkaran, maka hendaknya ia menghilangkannya dengan tangannya. Jika ia tidak mampu, maka dengan lisannya. Orang yang tidak mampu dengan lisannya, maka dengan hatinya. Dan dengan hati ini adalah lemah-lemahnya iman.” (HR. Muslim).⁹

Maksud dari hadist ini bukanlah seperti yang banyak disalahpahami oleh orang-orang yang beranggapan bahwa kalau mampu menghilangkan dengan tangan maka harus langsung dengan tangan. Anggapan seperti ini salah besar dan bertentangan dengan nilai rahmat (belas kasih) di dalam islam. Akan tetapi pemahaman yang benar dari hadist di atas adalah seseorang yang melihat kemungkaran dan ia mampu menghilangkan dengan tangan, maka ia tidak boleh berhenti dengan lisan. Jika kemungkaran tidak berhenti dengan lisan, dan orang yang mampu dengan lisan, maka ia tidak boleh berhenti hanya dengan hati.

Alfred Adler lahir di Wina pada tahun 1870 dari keluarga kelas menengah, dan meninggal di Aberdeen, Skotlandia pada tahun 1937. Pada waktu ia mengadakan perjalanan keliling untuk memberikan ceramah. Ia meraih gelar dokter pada tahun 1895 dari Universitas Wina. Mula-mula ia mengambil spesialisasi di bidang ophthalmologi, kemudian setelah menjalani praktik dokter umum, ia menjadi seorang psikiater. Ia menjadi anggota dan kemudian ketua Masyarakat Psikoanalisis Wina.

⁹ Zainuddin, *Ilmu Tauhid Lengkap*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hlm. 168.

Pada tahun 1935 Adler menetap di Amerika Serikat di mana ia meneruskan praktiknya sebagai psikiater dan menjadi profesor dalam psikologi medis di Long Island College of Medicine. Adler adalah seorang penulis produktif dan seorang penceramah yang tidak kenal lelah. Selama masa hidupnya, ia menerbitkan beratus-ratus buku dan artikel.¹⁰

Jadi, Alfred Adler adalah seorang Bapak Individual *Psychologye* yang lahir di kota Wina pada tahun 1870. Adler menetap di Amerika Serikat dia melanjutkan prakteknya sebagai psikiater dan juga menjadi profesor dalam psikologi medis di Long Island College of Medicine.

Teori Adlerian selalu terfokus pada kelompok. Konsentrasi Adlerian melekat pada minat sosial dari individu, menekankan pada pengembangan sosial, kerja sama, dan pendidikan. Alfred Adler pada awalnya menggunakan kelompok untuk psikoterapeutik dan pendidikan psikologis.

Konseling kelompok Adlerian dimulai setelah penyaringan awal anggota dengan menekankan pada pemimpin untuk mendorong suatu kerjasama dan semangat yang sama antar anggota kelompok. Anggota kelompok dapat melakukan kontak secara informal maupun formal yang memiliki makna personal bagi mereka.¹¹

Prinsip utama teori Adlerian adalah kepeduliannya pada minat sosial. Artinya, minat sosial bukan hanya satu minat dalam orang lain, tetapi suatu minat di dalam minat pada orang lain.

¹⁰ Yustinus, *Psikologi Kepribadian 1*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), hlm. 239.

¹¹ Ngurah Adhiputra, *Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2015), hlm. 118.

Pemimpin yang ideal memiliki keseimbangan pribadi yang baik. Pemimpin kelompok menjadi model dari para anggota kelompok untuk menciptakan sikap yang pantas dalam kelompok.

Adler berpendapat bahwa manusia adalah suatu individu tertentu yang segala tingkah lakunya dipimpin oleh suatu pusat tertentu dengan tujuan tertentu. Adler menegaskan bahwa hakikat manusia tidak lain dan tidak bukan, yaitu suatu cita-cita hidup dari individu yang bersangkutan. Segala perbuatan jasmani dan rohani dari individu tersebut ditentukan oleh cita-citanya. Tujuan hidup di dalam jiwa individu tersebut oleh Adler dinamakan dasar *Teologis*. Jadi, perbuatan manusia bukan ditentukan oleh perangsang dari luar, melainkan ditentukan oleh tujuan hidupnya, yaitu cita-cita.

Lebih lanjut, Adler memandang bahwa kehidupan jiwa manusia merupakan suatu kesatuan yang berpribadi. Oleh karena itu, ajaran tentang ilmu jiwa yang berasal dari pendapat Adler kemudian dinamakan *Individu Psikologi*. Selengkapnya tentang teori Adler dapat dipahami melalui pengertian-pengertian pokok yang dipergunakan untuk membahas kepribadian, meliputi pembahasan tentang individu sebagai pokok persoalan, adanya pandangan yang bersifat teleologis dua hasrat (dorongan) pokok dalam diri manusia, rasa harga diri yang kurang (rendah diri) dan hasrat kompensasi. Dua dorongan atau hasrat pokok dalam diri manusia, yaitu dorongan kemasyarakatan dan dorongan keakuan.¹²

Pada pembicaraan tentang ilmu jiwa (psikologi) Adler selain dikenal sebagai ahli yang banyak mengemukakan tentang keadaan jiwa yang berkaitan dengan kepribadian individu juga mengemukakan pandangan-pandangan tentang penyakit kejiwaan, penyebab, dan cara penyembuhannya. Hal itu tentu akan sangat bermanfaat bagi setiap orang yang berupaya mengerti atau mempelajari dan senantiasa berupaya memberikan pertolongan kepada penyandang sakit jiwa guna mendapatkan kesembuhan.

¹² Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, hlm. 227.

Realita yang terjadi dilapangan yaitu siswa bebas beradaptasi dengan siapapun dilingkungan sekolah. Dalam melakukan penyesuaian diri, siswa harus mengenal lingkungan sekolah terlebih dahulu, baru setelah mengenal lingkungan maka selanjutnya akan mengenal teman yang ada lingkungan sekolah tersebut. Setelah mengenal lingkungan dan teman maka siswa itu akan mudah dalam melakukan penyesuaian diri. Dan siswa itu saling mengenal antara yang satu dengan yang lainnya.

Fenomena atau peristiwa yang terjadi di MA Sumber Bungur Pakong, yaitu siswa yang penyesuaian dirinya kurang beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang ada, maka guru BK akan memanggil siswa tersebut lalu guru BK melakukan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Agar siswa tersebut setelah diberi konseling kelompok Adlerian bisa meningkatkan penyesuaian dirinya yang lebih baik lagi.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, peneliti merasa tertarik dengan penerapan konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa pada masa usia sekolah menengah, yang bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja ini menjadi masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa dan dipandang sebagai masa “strom dan stress”, frustasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian diri, mimpi dan melamun tentang cinta, dan perasaan tersisihkan dari kehidupan sosial budaya orang dewasa. Pada masa ini, siswa (remaja) sedang mengalami krisis penyesuaian diri terhadap lingkungan. Oleh karena itu, upaya guru sebagai orang tua kedua bagi siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri sangatlah dibutuhkan bagi siswa.

Dari konteks penelitian itulah, peneliti sebagai calon guru BK atau konselor tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “ penerapan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan”.

B. Fokus Penelitian

Untuk mempermudah kajian dan pembahasan penelitian ini, maka peneliti di sini merumuskan beberapa fokus penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana penerapan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan?
2. Apa saja faktor penghambat yang dihadapi dalam menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan?
3. Apa saja faktor pendukung yang dihadapi dalam menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini sesuai dengan fokus penelitian diatas, adalah untuk mengidentifikasi :

1. Untuk mengetahui penerapan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan.

2. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor penghambat yang dihadapi dalam menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan.
3. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor pendukung yang dihadapi dalam menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di MA Sumber Bungur Pakong Pamekasan.

D. Kegunaan Penelitian

1. Bagi Institut Agama Islam Negeri Madura

Dapat menjadi salah satu sumber pustaka bagi mahasiswa khususnya jurusan tarbiyah dalam perkuliahan maupun untuk kepentingan lainnya yang pokok kajiannya mungkin terdapat kesamaan.

2. Bagi kepala Sekolah MA Sumber wBungur Pakong Pamekasan

Hasil penelitian ini bisa memberikan kontribusi pemikiran kepada kepala sekolah tentang bagaimana upaya-upaya atau kegiatan yang harus dilakukan oleh guru dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Serta menjadi pendorong dan bahan evaluasi dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa MA Sumber Bungur melalui upaya yang ada ataupun dengan upaya yang baru.

3. Bagi guru BK

Memberikan masukan kepada guru BK khususnya di MA Sumber Bungur Pakong tentang bagaimana seharusnya guru BK dalam berupaya untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

4. Bagi siswa

Sebagai masukan bagi siswa tentang betapa pentingnya meningkatkan penyesuaian diri dalam kehidupan sehari-hari.

5. Bagi Peneliti

Dapat menjadi sebuah pengalaman berharga serta dapat memperluas khazanah keilmuan peneliti.

E. Definisi Istilah

Untuk mencegah terjadinya kesalahpahaman serta persepsi dari pembaca, maka penulis perlu menjelaskan istilah-istilah pokok yang ada dan kata kunci dalam memahami penelitian ini. Sehingga tidak terjadi *missunderstanding* antara penulis dengan pembaca. Istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Penerapan adalah suatu perbuatan mempraktekkan suatu teori, metode, dan hal lain untuk mencapai tujuan tertentu dan untuk suatu kepentingan yang diinginkan oleh suatu kelompok atau golongan yang telah terencana dan tersusun sebelumnya.
2. Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau secara bersama-sama dari seorang konselor kepada klien.
3. Pendekatan Adlerian adalah teori Adlerian selalu terfokus pada kelompok. Konsentrasi Adlerian melekat pada minat sosial dari individu, menekankan pada pengembangan sosial, kerja sama, dan pendidikan. Teori Adler memandang bahwa perilaku manusia dan perkembangannya dipengaruhi oleh tatanan minat sosial, urutan kelahiran, konstelasi, dan gaya hidup.

4. Meningkatkan adalah sebuah homonim karena arti-artinya memiliki ejaan dan pelafalan yang sama tetapi maknanya berbeda. Meningkatkan memiliki arti dalam kelas verba atau kata kerja sehingga meningkatkan dapat menyatakan suatu tindakan, keberadaan, pengalaman, atau pengertian dinamis lainnya.
5. Penyesuaian diri adalah suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri.

Jadi, penerapan konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa adalah suatu perbuatan mempraktekkan layanan bimbingan dan konseling kelompok yang menggunakan pendekatan teori Adler yang keberadaannya melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri.