

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada usia anak-anak biasanya belum memiliki sifat sosial layaknya orang dewasa. Artinya, belum mempunyai pergaulan dengan orang yang belum dikenal sebelumnya. Proses dalam mencapai kematangan sosial, seharusnya anak belajar bagaimana menyesuaikan diri dengan orang lain. Cara mendapatkan kemampuan itu diperoleh dari pengalaman yang pernah dilaluinya, seperti bergaul dengan kalangan yang berada di sekitarnya, misalnya orang yang sudah dewasa, teman sepermainan, saudara dan orang tuanya.

Hurlock berpendapat tugas perkembangan yang tersulit pada masa remaja adalah melakukan penyesuaian sosial, karena memiliki resiko yang cukup berat apabila dalam prosesnya mengalami kegagalan sehingga mengganggu keseimbangan yang akan berpengaruh negatif pada diri remaja pada masa perkembangan selanjutnya.¹ Ketidakmampuan remaja untuk menyesuaikan dirinya terhadap tuntutan lingkungan sosial akan berpengaruh pada proses perkembangan kejiwaan, biasanya akan menimbulkan perilaku menyimpang yaitu terjadinya kenakalan remaja. Seorang remaja akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan konflik dengan orang lain. Selain itu, jika seorang remaja mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan maka mereka cenderung menghindari hubungan sosial.

Masa remaja adalah masa yang penuh tantangan karena dalam menyesuaikan dirinya selama masa kanak-kanak mereka terbiasa mendapatkan perhatian dan tinggal di lingkungan yang terlindungi karena

¹ Orthorita Putri Maharani, “ Hubungan Antara Dukungan Sosial Ayah Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Laki-Laki”, *Jurnal Psikologi*, No. 1, (2003) h. 26.

ada pihak yang memegang kendali bersama orang tua atau orang dewasa. Selama memasuki langkah remaja mereka tidak terlalu bergantung pada keluarga, terutama saat menjalin hubungan baru bersama orang baru dikenal dan menemui situasi yang sebelumnya belum pernah dihadapi. Melalui situasi tersebut merupakan fase perkembangan di masa remaja. Pada dasarnya, tidak semua anak muda pernah menemukan situasi yang sama, dan tidak banyak yang mampu menemukan cara atau langkah untuk merespon sesuatu hal yang terjadi, karena bisa mengandung resiko.² Remaja rentan terlibat dalam kegiatan yang beresiko, seperti merokok, menghirup zat yang memabukkan, alkohol dan obat-obat terlarang serta perilaku anti sosial. Remaja memerlukan cara merespon berbagai situasi karena bertambahnya hubungan sosial tetapi perlindungan dari orang tua tidak lagi seperti masa kecil.

Berkembangnya anak remaja "*Social Cognition*" adalah cara mengerti keadaan orang. Seorang remaja dalam proses memahami orang baru, mereka beranggapan orang tersebut memiliki keunikan dalam gaya hidupnya sehingga, hal tersebut sangat menarik baginya dan berpengaruh pada anak remaja untuk dapat membangun hubungan sosial bersama orang lain terutama orang yang seusianya, baik dalam hubungan pertemanan ataupun asmara.³ Remaja dapat menilai orang lain mana yang menurutnya unik, apabila ada yang memiliki kesamaan sifat pribadi atau minat yang sama maka akan membangun hubungan pertemanan dan kelompok.

Saefulloh mengemukakan bahwa remaja mengalami kesulitan dengan salah satu tugas perkembangannya saat berhubungan sosial. Pernyataan itu didukung dari hasil penelitian Wardani & Apollo yang mengungkapkan bahwa anak remaja sebagai individu sering mengalami konflik. Permasalahan

² Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Remaja Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda*, Penerjemah Yudi Santoso (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), h. 66

³ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung; PT Remaja Rosdakarya, 2017), Cetakan kedelapan belas, h. 198

secara kompleks dengan orang tuanya, tentang konsep dirinya dan rendahnya penyesuaian sosial.⁴ Saat remaja mengalami konflik dengan orang di sekitarnya bisa jadi hanya di pendam atau sebagian lainnya langsung melampiaskan emosinya pada apa yang membuatnya merasa kesal, sedih atau emosi lainnya. Tidak terbiasa mengendalikan emosi membuat remaja kesulitan menghadapi gejala konflik, namun seiring berjalannya waktu bisa untuk memaafkan apa yang terjadi.

Pritaningrum mengemukakan apabila remaja dapat menyesuaikan diri dengan baik, maka akan membantu dirinya dalam melewati masa remaja secara lancar dan perkembangan ke arah kedewasaan dapat berjalan secara optimal sehingga dapat diterima didalam lingkungannya. Keadaan penyesuaian sosial yang baik akan membuat menciptakan suatu kebahagiaan bagi remaja. Terciptanya hubungan yang harmonis sehingga akan menjadikannya produktif, tetapi apabila gagal, remaja akan merasa tidak bahagia atau kesulitan dalam menjalani kehidupannya.⁵ Rendahnya penyesuaian sosial remaja yang berakibat pada produktivitas remaja membuatnya akan kesulitan untuk berkembang dalam hal apapun. Apabila ada sesuatu yang membuatnya merasa tidak nyaman akan membuat remaja kesulitan untuk menyelesaikan apa yang seharusnya dikerjakan.

Masa remaja adalah puncak dari emosionalitas remaja, karena adanya perkembangan emosi yang meninggi, bertumbuhnya fisik, pada bagian seksual berpengaruh pada emosi yang berkembang atau mengalami dorongan perasaan yang baru dialaminya. Sebuah perasaan menyukai lawan jenis, rindu dan keinginan mengenal lawan jenis lebih dalam. Emosi pada remaja

⁴ Destyantita F.P dan Endang Sri Indrawati, “ Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Penyesuaian Sosial pada Siswa dalam Asuhan Nenek di SMP 1 Negeri Ngraho Kabupaten Bojonegoro”, Jurnal Empati, Vol 7, No. 1 (2018) h. 146.

⁵ Ahmad Yanizon, “Peningkatan Penyesuaian Sosial Siswa Melalui Bimbingan Kelompok”.

juga lebih sensitif dan reaktif perkembangannya saat dalam situasi sosial atau telah terjadinya peristiwa di sekitarnya. Emosi remaja bersifat negatif dan temperamental cepat sekali marah, sedih atau terbiasa murung. Berbeda dengan remaja akhir yang mulai bisa mengendalikan emosinya.⁶ Emosi remaja yang negatif kerap kali dilampiaskan dengan berbagai cara seperti perlawanan secara verbal bahkan secara kekerasan fisik pada orang yang telah membuatnya merasa kesal, dan marah. Tidak hanya itu, remaja juga dapat memiliki konsep diri yang buruk.

Bertambahnya tantangan pada masa remaja karena banyak sekali perubahan yang dialami sehingga harus dihadapi mulai berubahnya biologis, psikologis, dan juga sosial. Jika individu itu tidak menghadapi dan tidak dapat mengatasi segala perubahan tersebut dengan baik akan memiliki dampak pada psikologis, emosional, dan behavioral yang bisa merugikan. Konsekuensi inilah yang memicu peran konseling kelompok menjadi bermanfaat untuk dapat mengatasi permasalahan dengan dibantu oleh konselor untuk membimbing anggota kelompok mencari jalan keluar, memperoleh cara-cara terbaru agar mereka dapat melanjutkan cara penyesuaian diri yang baik selama perkembangan diri yang dilaluinya.⁷ Penyesuaian sosial yang buruk sangat mengkhawatirkan bagi remaja maka sebaiknya orang di sekitar harus memiliki kepekaan untuk dapat memahami apa yang sedang dialaminya, apa keinginannya dan dapat membantunya menemukan jalan keluar.

Penyesuaian diri sebagai usaha individu untuk menghadapi kebutuhan dirinya, frustrasi, ketegangan dan konflik. Perjuangan individu membutuhkan respons-respons mental dan perilaku yang baik sehingga tuntutan dari dalam diri dengan tuntutan dari luar dapat seimbang dan tercipta keselarasan dalam

⁶ Syamsu Yusuf, Psikologi Perkembangan Anak & Remaja, 2017. h. 197

⁷ Kathryn Geldard & David Geldrad, Konseling Remaja Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar) 2011 h. 6

hidup.⁸ Individu yang sedang dalam kondisi tertekan akan mengelola respon mental dan tingkah lakunya. Tindakan dengan mengubah tingkah laku untuk dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada dalam dirinya dan tuntutan dari lingkungannya. Sehingga mengurangi respon pribadi yang tidak sesuai dan menunjukkan sikap dan perilaku yang menyenangkan kepada orang lain.

Masa depan perlu pemimpin untuk memimpin suatu bangsa dan negara. Generasi muda diharapkan belajar untuk mengembangkan perkembangan sosial secara matang karena saat ini ia adalah bunga yang diharapkan bangsa. Mencoba memulai menyesuaikan diri secara sosial dimana pun lingkungannya. Penyesuaian sosial yang baik berarti “Kemampuan bagaimana mereaksi dengan cara yang tepat kepada kenyataan sosial, berbagai keadaan serta hubungan dengan orang lain”. Anak muda hendaknya mempunyai kemampuan adaptasi sosial itu, baik ketika bersama keluarga, sekolah, serta di masyarakat.⁹ Mempunyai pengaturan diri yang baik memiliki pengaruh baik saat melaksanakan tugas perkembangan dimana pun berada karena tidak ada hambatan dari dampak psikologis.

Konseling kelompok akan membantu remaja dapat mengungkapkan perasaan dan masalahnya selain dengan konseling individual, karena mereka akan merasa saat dengan teman sebaya akan lebih dipahami dan diterima berbagai kekurangan mereka dibandingkan oleh orang dewasa.¹⁰ Masalah yang tengah dihadapi remaja terkadang tidak diketahui banyak oleh orang-orang terdekatnya, perlu adanya keterbukaan dalam mengungkapkan apa yang sebenarnya dialami remaja, memperbaiki hubungan sosial yang baik melalui konseling kelompok.

⁸Mohammad Ali & Mohammad Asrori, Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik, (Jakarta: PT Bumi Aksara) h. 175

⁹ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, h. 199

¹⁰ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta: Universitas Indonesia (UI Press), 2013), h 173.

Konseling kelompok akan memberikan kesempatan kepada banyak individu agar tidak sendirian dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Setiap individu memiliki keinginan untuk untuk sembuh karena memperoleh dukungan dan kesempatan melakukan perilaku yang lebih baik karena menurut Burton & Watson pada konseling kelompok telah terdapat unsur-unsur *therapeutik* dengan cara mengungkapkan pikiran dan perasaan secara bebas, orientasi pada kenyataan, dapat saling percaya diri, saling memberikan perhatian, saling memahami dan saling mendukung.

Pengamatan peneliti pada remaja di yayasan Ummatan Wasathon para remaja memiliki latar belakang daerah yang berbeda-beda, peralihan tempat tinggal dari lingkungan keluarga memasuki lingkungan baru menuntutnya harus mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sosialnya hal itu di lakukan demi kenyamanan remaja tinggal di lingkungan yayasan Ummatan Wasathon.

Beberapa remaja bercerita bahwa sering terjadi konflik dengan antar remaja lainnya. Pertengkaran yang terjadi hanya karena hal-hal kecil, sikap dan tingkah laku yang membuat remaja lainnya merasa kurang puas, kurang dalam mengerti dan memahami pada saat berhubungan sosial dengan teman sebaya.

Sebagai umat muslim janganlah saling menghina, karena akan menimbulkan pertikaian. Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ١١

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain, (karena) boleh

jadi perempuan (yang diolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim." (QS. Al-Hujurat: 11)

Berdasarkan dari hasil observasi peneliti menemukan permasalahan dari beberapa remaja. Di antaranya terjadinya perkelahian atas nama RI hanya karena hal kecil. Hubungan pertemanan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh DI

terhadap AN, selain itu MA merasa belum menemukan teman yang baik di lingkungan barunya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengatasi penyesuaian sosial remaja di Yayasan Ummatan Wasathon kecamatan Kasemen Kota Serang melalui konseling kelompok agar para remaja dapat menyesuaikan dirinya dilingkungan sosial baik kepada teman sebaya atau di dalam lingkungan yayasan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana langkah-langkah Penerapan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial pada remaja yang tinggal di Yayasan Ummatan Wasathon?
2. Apa faktor pendukung dan penghambat proses penerapan layanan konseling kelompok penyesuaian sosial remaja Yayasan Ummatan Wasathon?

3. Bagaimana hasil layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial pada remaja di Yayasan Ummatan Wasathon?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang ingin di capai oleh penulis adalah sebagai berikut;

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana langkah-langkah penerapan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial pada remaja Yayasan Ummatan Wasathon
2. Untuk Menjelaskan faktor pendukung dan penghambat proses penerapan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial remaja yang tinggal di Yayasan Ummatan Wasathon.
3. Untuk mengetahui bagaimana hasil layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial pada remaja di Yayasan Ummatan Wasathon.

D. Manfaat Penelitian

a. Secara Teoritis

1. Mengembangkan konsep ilmu pada jurusan bimbingan konseling islam khususnya pemberian layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian remaja.
2. Menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya pada kajian yang sama tetapi pada penelitian yang lebih mendalam di lingkungan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, maupun lingkungan akademis dan umumnya pada masyarakat.

b. Secara Praktis

1. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan bagi peneliti tentang layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian remaja

2. Bagi klien

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat pada klien dapat mengatasi penyesuaian sosial pada remaja.

E. Definisi Operasional

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok (*Group Counseling*) adalah bentuk layanan konseling secara berkelompok, manfaatnya untuk membantu memberi umpan balik (*feedback*) dan memperoleh pengalaman belajar. Proses konseling kelompok pada prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dinamic*).¹¹ Konseling kelompok dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan permasalahan dari beberapa individu yang memiliki permasalahan yang sama dengan adanya bantuan seorang konselor, seorang konseli dapat menyelesaikan permasalahannya. Proses dalam menggali konsep diri para anggotanya ialah dengan memanfaatkan dinamika kelompok, seperti komunikasi antar pribadi. Cara berkomunikasi akan berpengaruh positif karena akan adanya saling keterbukaan, saling memahami perasaan orang lain, sehingga bisa saling membantu dalam menyelesaikan masalah. Individu akan mendapatkan pemahaman pada diri sendiri dan akan tumbuh keberanian untuk mencapai sasaran dengan dibuktikan adanya sikap dan perilaku yang baik.

¹¹ Rasimin dan Muhamad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta; PT. Bumi Aksara , 2018), h. 4

Menurut Baruth dan Robinson III untuk membantu mengatasi permasalahan remaja, konselor lebih banyak menyukai konseling kelompok, karena dalam lingkungan kelompok bersama teman sebaya akan membuat remaja untuk mendapatkan rasa aman dan nyaman untuk mengekspresikan dirinya.¹² Keberadaan teman sebaya dalam konseling kelompok akan membuat remaja merasa di pahami dan saling menerima kekurangan yang dimiliki. Selain itu akan berpengaruh dalam mengembangkan pribadi yang matang dengan saling membantu menghadapi berbagai tantangan hidup.

2. Pengertian Penyesuaian Sosial

Proses penyesuaian sosial terjadi di dalam lingkup hubungan sosial. Kehidupan di masyarakat terus-menerus terjadi proses saling mempengaruhi satu sama lain dengan silih berganti. Hasil proses tersebut menimbulkan pola kebudayaan dan pola tingkah laku sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai, dan norma sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat proses seperti itu disebut dengan proses penyesuaian sosial.

Kemudian, tempat terjadinya penyesuaian sosial adalah lingkup hubungan sosial dimana tempat individu itu hidup melakukan interaksi dengan orang lain. Hubungan sosial pada individu mencakup dengan anggota keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya atau dengan anggota masyarakat luas secara umum.

Individu yang mempelajari proses interaksi dengan masyarakat sebenarnya penyesuaian sosialnya masih belum cukup untuk dapat mencapai penyesuaian pribadi dan sosial secara baik. Proses yang harus di capai oleh seorang individu selanjutnya adalah mematuhi nilai dan

¹² Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Universitas Indonesia (UI Press, 2005), hal. 175

norma sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat. Sebuah kelompok masyarakat atau suku bangsa mempunyai sistem nilai dan norma sosial yang berbeda. Proses penyesuaian sosial individu mengenal nilai dan norma sosial yang berbeda, maka akan berusaha untuk mematuhi dan hal tersebut telah membentuk kepribadiannya. Sigmund Freud berkata bahwa hati nurani berusaha untuk mengendalikan kehidupan individu dalam segi penerimaan dan kerelaannya pada pola perilaku yang di dapat disukai dan dapat di terima oleh masyarakat, serta berhak untuk menolak atau menjauhi sesuatu yang tidak di terima oleh masyarakat.¹³ Hati nurani seseorang dapat menentukan suatu keadaan dalam lingkungan masyarakat yang akan mendorong individu untuk menyesuaikan dirinya dalam kehidupan sosial. Apabila terdapat nilai-nilai yang kurang di terima, maka individu tersebut akan berusaha untuk menyesuaikan diri, agar dapat di terima oleh sebuah kelompok. Namun jika seseorang tidak dapat menyesuaikan diri terhadap suatu hubungan sosial bahkan menjauhi dan menghindari artinya hati nurani seseorang tidak dapat menerima situasi dan kondisi yang ada di lingkungannya.

3. Pengertian Remaja

Menurut Yusuf masa remaja merupakan masa kehidupan yang penting yang ada dalam siklus perkembangan pada individu dan perubahan yang terjadi dapat di arahkan untuk mencapai masa dewasa yang baik.¹⁴ Masa dewasa akan terasa bahagia apabila sejak masa remaja mengalami fase perkembangan dengan baik. Seorang remaja mampu menerima kekurangan dan kelebihan dirinya, sehingga tidak memikirkan ego semata, mampu mengelola perasaan dan membawa dampak positif bagi orang lain.

¹³ Enung Fatimah. *Psikologi Perkembangan(Perkembangan Peserta Didik)* (Bandung: CV. Pustaka Setia tt). h. 208.

¹⁴ Rosleny Marliani, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2016), h. 127.

Menurut Yusuf, masa remaja terbagi menjadi dua yaitu:

1. Masa Pra Pubertas (*Pueral*)

Masa ini adalah masa peralihan dari usia anak sampai menuju masa pubertas, anak mulai tumbuh besar, (puer+anak besar) memiliki keinginan untuk berlaku layaknya orang dewasa namun sebenarnya belum mampu.

Pra pubertas adalah fase matangnya seksual dan bersamaan dengan berkembangnya fisiologis yang berhubungan dengan matangnya kelenjar endoktrin. Terjadinya pertukaran zat yang ada di antara jaringan-jaringan kelenjar dengan pembuluh rambut di dalam kelenjar. Zat yang keluar di sebut sebagai hormon yang memberikan stimulasi pada tubuh. Anak akan merasakan rangsangan-rangsangan tertentu. Anak juga akan mengalami perasaan tidak tenang karena pengaruh adanya hormonal perasaan yang tidak pernah dialami selama masa yang menggembirakan di akhir masa anak-anak.

Terjadinya kematangan pada wanita 1,5 sampai 2 tahun lebih awal di banding dengan pria. Kematangan pada wanita di tandai dengan menstruasi pertama (mensis/t= bulan=datang bulan). Berbeda dengan pria ditandai dengan keluarnya sperma yang pertama, karena biasanya merasakan kepuasan seksual melalui saat bermimpi.¹⁵ Masa puber adalah masa akhir di masa kanak-kanak dan sebagai awal remaja. Terjadinya tanda-tanda kematangan dengan adanya perubahan fisik lebih cepat pada anak perempuan sedangkan laki-laki lebih lambat. Ciri-ciri yang dapat di lihat secara fisik akan berkembangnya tubuh, adapun pada anak perempuan akan melebar daerah pinggulnya, pada laki-laki akan terlihat otot-ototnya. Terdengarnya suara yang lebih besar pada laki-laki di dibandingkan dengan perempuan.

¹⁵ Abu Ahmad dan Munawar Sholeh, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, tt). h. 121-122.

Selain adanya perubahan secara fisik, ada juga perkembangan pada masa pubertas akan muncul perasaan negatif maka kerap kali disebut sebagai masa negatif. Anak menginginkan kebebasan dari kuasa orang tua, tidak melaksanakan segala perintah. Rasanya semua yang membuatnya terasa tidak bebas ingin menolaknya, tetapi tidak sepenuhnya bebas karena ingin menyamakan statusnya dengan orang dewasa bukan lagi sebagai anak-anak. Perasaan negatif yang di alami sebagai berikut:

1. Selalu ingin menentang lingkungan
 2. Gelisah dan tidak tenang
 3. Menarik diri dari masyarakat
 4. Kurang suka dalam bekerja
 5. Membutuhkan tidur lebih lama
 6. Pesimistis dan lain-lain
2. Masa Pubertas (usia 14-18 tahun)

Pada masa ini anak bersifat reaktif, tidak hanya itu anak juga mulai aktif mengikuti kegiatan untuk menemukan dirinya sendiri, serta mencari tuntunan hidup sebagai bekal kehidupan untuk masa depan. Namun belum memahami hakikat yang di carinya itu.

Tanda-tanda tentang masa pubertas menurut E. Spranger terdapat tiga aktivitas yaitu:

1. Menemukan Aku
2. Bertumbuhnya pedoman kehidupan
3. Ikut bergabung dalam kegiatan masyarakat

Anak menyadari keberadaan dirinya dalam rangka penemuan akunya di sebuah kegiatan anak. Lebih mendalam lagi apabila anak mengikuti kegiatan dengan masyarakat membuatnya merasa penting untuk ikut serta. Walaupun tingkah lakunya terasa belum sempurna

karena penuh kecanggungan. Hal itu membuatnya lebih tertutup (*introvert*), pengalaman yang pernah di alaminya diungkap pada buku harian, suka merenung, dan lain-lain.

Pada anak puber dalam proses pencarian pedoman hidup, sudah mulai aktif untuk menerima norma-norma susila (etis) dan juga norma agama, estetika. Namun, kondisi dirinya masih terbatas dalam pengakuan hal tersebut. Contohnya saat di luar masih menggantungkan dirinya pada orang lain.¹⁶ Fase perkembangan remaja akan adanya perubahan yang besar pada fisik yang terlihat ciri-cirinya. Adanya penilaian secara psikologis dari masyarakat, apakah seorang anak remaja di lingkungannya masih memiliki sifat kekanak-kanakan atau sudah ada perubahan sikap dan pola perilaku yang dapat menyesuaikan dirinya dengan teman sebaya atau orang yang lebih tua. Perubahan pada periode ini akan mengantarkan remaja pada masa dewasa karena akan lebih baik apabila remaja mulai memiliki kesadaran untuk mengenal dirinya, mengenal dan mengembangkan potensi dirinya dan menata cita-cita di masa depan.

F. Penelitian Yang Relevan

Adapun penelitian-penelitian sebelumnya yang dapat dijadikan sebagai acuan oleh peneliti, di antaranya;

1. Skripsi Imam Sampurno mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Imam Sampurno yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa di SMA Negeri 9 Medan” adapun

¹⁶ Abu Ahmad dan Munawar Sholeh, *Psikologi Perkembangan...* h. 124

tujuan penelitian ini pertama untuk mengetahui konsep diri siswa/siswi di SMA Negeri 9 Medan, kedua untuk mengetahui penerapan layanan konseling kelompok di SMA Negeri 9 Medan, ketiga untuk mengetahui penerapan layanan konseling kelompok dalam membentuk konsep diri siswa di SMA Negeri 9 Medan, keempat untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri siswi di SMA Negeri 9 Medan. Skripsi tersebut membahas tentang penerapan konseling kelompok terhadap pembentukan konsep diri siswa. Adapun hasil penelitian ini adalah konsep diri siswa/siswi sudah cukup baik, sikap merendahkan diri, tidak lagi sombong dan dapat menghargai orang lain.¹⁷ Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok memiliki peran yang penting dalam pembentukan konsep diri seorang siswa. Maka perilaku siswa memiliki hubungan yang baik terhadap antar siswa maupun antar guru, memiliki sikap yang sopan santun, meneledani guru dengan baik serta menjauhi perilaku yang tidak baik akan terbentuk dengan adanya penerapan konseling kelompok terhadap diri siswa.

Menurut Asrori dan Ali remaja yang memiliki respon yang baik terhadap dirinya sendiri dan terhadap orang lain, mampu menghadapi kesulitan pribadi ataupun sosial dengan tidak memiliki perilaku simptomatik dan gangguan psikomatik yang memungkinkan mengganggu nilai-nilai moral, sosial maupun agama. Apabila mengalami konflik mental akan mampu mengatasinya individu tersebut akan di pandang mempunyai penyesuaian sosial yang baik.¹⁸

¹⁷ Imam Sampurno, Skripsi: *“Penerapan Konseling Kelompok Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa di SMA Negeri 9 Medan”* (Medan: UIN Sumatera Utara, 2018).

¹⁸ Destyantita Fairuz Panewaty, Endang Sri Indrawati, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Penyesuaian Sosial pada Siswa dalam Asuhan Nenek di SMP*

Terbentuknya kepribadian seseorang berdampak terhadap penyesuaian diri pada lingkungan ataupun situasi dan kondisi yang dihadapi.

Perbedaan skripsi yang di tulis oleh Imam Sampurno dengan penulis penelitian ini adalah dari segi pembahasannya penelitian ini membahas tentang penyesuaian sosial sedangkan Imam Sampurno membahas tentang konsep diri. Adapun persamaannya adalah menggunakan teori dan metode konseling kelompok.

2. Skripsi Serista Silnya Joste mahasiswi jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Serista Silnya Joste yang berjudul “Penyesuaian Sosial (Sosial Adjustmennt) pada Mahasiswa Disabilitas” adapun tujuan penelitian ini, pertama mengidentifikasi tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa disabilitas, kedua mengeksplorasi pengalaman penyesuaian sosial mahasiswa disabilitas terhadap lingkungan sosial perguruan tinggi. Skripsi tersebut membahas tentang bagaimana mahasiswa disabilitas (tuli dan daksa) menghadapi tantangan pada proses penyesuaian sosial dan pengalaman dari penyesuaian sosial mahasiswa disabilitas selama menyesuaikan dirinya pada saat dilingkungan sosial diperguruan tinggi. Adapun hasil menunjukan bahwa responden terhadap berbagai tantangan baik itu masalah sosial maupun psikologis sebagai mahasiswa disabilitas. Hasil dari upaya yang telah dilakukan oleh responden agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan telah mendapatkan hasil yang baik. Membangun hubungan dengan orang lain sampai mengembangkan segala kemampuan dirinya untuk

terlibat mengikuti kegiatan sosial.¹⁹ Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial telah mendorong mahasiswa disabilitas dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Membantunya menciptakan dan menjalin relasi dengan orang lain, mengembangkan kemampuan dirinya dengan terlibat dengan kegiatan sosial

Hurlock menjelaskan bahwa seorang individu agar memiliki kepuasan dengan interaksi sosial yang di banggunya maka harus dapat berupaya untuk menyesuaikan dirinya dengan pola perilaku yang ada dalam sebuah kelompok Tetapi, apabila tidak menyesuaikan dengan pola perilaku yang di terima cepat atau lambat akan tersingkir dari lingkungan sosial tersebut.²⁰ Seseorang yang bersikap baik dengan menghargai orang lain akan mendapatkan timbal balik yang baik juga. Saat interaksi dengan orang lain berusaha untuk memahami agar tidak menyulitkan orang lain. Hal tersebut sebagai upaya penyesuaian agar mendapatkan kepuasan saat berinteraksi dengan orang lain.

Perbedaan penelitian yang di tulis Serista Silnya Joste dengan penelitian ini adalah dari subjek penelitian, Serista Silnya Joste fokus pada mahasiswa Disabilitas sementara penelitian ini fokus pada remaja. Adapun persamaannya adalah membahas upaya dalam mengatasi penyesuaian sosial.

3. Skripsi Muta Afif Iriansyah mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Berdasarkan penelitian yang di

¹⁹ Serista Silnya Joste, Skripsi: “Penyesuaian Sosial (Sosial Adjustment) pada Mahasiswa Disabilitas” (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2019) hal. 78

²⁰ Destyantita Fairuz Panewaty, Endang Sri Indrawati, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Penyesuaian Sosial pada Siswa dalam Asuhan Nenek di SMP Negeri 1 Ngraho Kabupaten Bojonegoro*” Jurnal Empati, Vol. 7, No. 1 (Januari 2018) h. 146

lakukan oleh Muta Afif Idriansyah yang berjudul "Konseling Kelompok dalam Mengatasi Perilaku Begadang Remaja Awal" Adapun tujuan penelitian ini, pertama untuk mengetahui penyebab perilaku begadang yang dilakukan remaja awal di kampung Karanganyar, kedua untuk mengetahui aktifitas dalam perilaku begadang yang dilakukan oleh remaja awal di kampung Karanganyar, ketiga untuk mengetahui bagaimana penerapan dan hasil Konseling kelompok dalam mengatasi perilaku begadang pada remaja awal di kampung Karanganyar. Skripsi tersebut membahas tentang penelitian terhadap perilaku begadang yang dilakukan oleh remaja menggunakan layanan konseling kelompok diharapkan dapat memperbaiki perilaku yang negatif pada setiap individu dalam lingkup anggota kelompok.

Adapun hasil menunjukkan bahwa hasil konseling kelompok para responden sudah sangat baik dalam mengikuti kegiatan dan anggota kelompok berkeinginan untuk memperbaiki perilaku buruknya dari begadang.²¹ Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok membantu remaja tidak merasa malu untuk mengungkapkan perasaan dan pikirannya karena adanya sesama teman yang memiliki permasalahan yang sama didalam kelompok. Menemukan sebuah cara untuk mengurangi kebiasaan buruk dan mencoba menerapkan beberapa kebiasaan positif.

Trotzer menyatakan konseling kelompok merupakan cara untuk mengembangkan hubungan interpersonal antara individu secara bertatap muka. Anggota kelompok akan mendapatkan sebuah kepercayaan, kehangatan, penerimaan, rasa hormat, komunikasi dan

²¹ Muta Afif Idriansyah, Skripsi: " *Konseling Kelompok dalam Mengatasi Perilaku Begadang Remaja Awal*" (Banten, Universitas Maulana Hasanuddin Banten, 2020) hal. 124

saling membantu menemukan cara-cara dengan pemahaman bersama untuk diterapkan mencapai tujuan kelompok.²² Persoalan yang sedang dialami akan di terima oleh anggota lainnya karena memiliki persoalan yang sama. Sehingga untuk menemukan solusi dengan peransaan nyaman dengan saling mendukung satu sama lainnya dengan begitu anggota akan merasa termotivasi untuk mengembangkan dirinya kearah yang lebih positif.

Perbedaan penelitian yang di tulis Muta Afif Idriansyah dengan penelitian ini adalah dari segi pembahasannya penelitian ini membahas tentang penyesuaian sosial sedangkan Muta Afif Idriansyah membahas tentang perilaku begadang remaja awal. Adapun persamaannya ialah menggunakan teori dan metode konseling kelompok.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah pembahasan hasil penelitian, maka sistematika penulisan dalam penelitian ini disajikan dalam lima BAB:

BAB kesatu merupakan pendahuluan yang terdiri dari pendahuluan, meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasioanl, kajian penelitian yang relevan dan sistematika pembahasan. BAB kedua merupakan kajian pustaka yang menjelaskan teori-teori yang dapat di gunakan sebagai landasan penelitian. Penjelasannya mencakup teori konseling kelompok, penyesuaian sosial dan remaja. BAB ketiga merupakan metode penelitian yang memaparkan jenis penelitian, setting penelitian, instrumen, sumber data dan teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik keabsahan data. BAB keempat hasil penelitian dan

²² Muhammad Asro, DYP Sugiharto dan Awalya, "Mengatasi Perilaku Bullying Siswa Melalui Konseling Kelompok Teknik Role Playing", *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, Vol. 5, No. 2(2021) h. 36

pembahasan penerapan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial remaja Yayasan Ummatan Wasathon meliputi langkah-langkah penerapan konseling kelompok, faktor pendukung dan penghambat proses penerapan layanan konseling kelompok, dan hasil layanan konseling kelompok dalam mengatasi penyesuaian sosial pada remaja di Yayasan Ummatan Wasathon. BAB kelima penutup pada BAB ini penulis memberikan kesimpulan sebagai pembahasan akhir terkait metode dan hasil penelitian serta saran-saran.