

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi adalah fase penting dalam perjalanan akademis seorang mahasiswa, dimana kemampuan untuk beradaptasi menjadi faktor krusial bagi keberhasilan dari segi akademis maupun sosial. Mahasiswa baru yang berasal dari desa sering kali menghadapi perubahan besar di lingkungan belajar mereka, mulai dari metode pembelajaran yang berbeda hingga tuntutan akademik. Di samping itu, mereka juga perlu menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan baru, termasuk teman-teman sekelas, dosen, dan budaya kampus yang mungkin berbeda dari tempat tinggal sebelumnya. Dalam konteks ini, kemampuan beradaptasi yang baik menjadi kunci untuk mengurangi stres dan kecemasan, sekaligus mendukung proses pembelajaran yang lebih efektif.

Penyesuaian diri merupakan proses interaksi yang terjadi secara berkelanjutan antara individu dengan dirinya, orang lain, serta lingkungan. Ini mencakup kemampuan seseorang untuk menghadapi perubahan yang terjadi dalam hidupnya, sehingga ia dapat mengatasi konflik dengan efisien dan menciptakan keseimbangan dalam membangun interaksi yang baik antar diri pribadi dan lingkungan sekitar.¹ Peralihan dari lingkungan sekolah ke perguruan tinggi menghadirkan berbagai tantangan, di antaranya adalah perubahan menuju sistem pembelajaran yang lebih mandiri, berinteraksi dengan teman-teman baru, serta mengelola waktu yang lebih kompleks. Ketidakmampuan mahasiswa baru dalam beradaptasi dapat berpengaruh pada kesehatan mental, prestasi akademik, dan perkembangan diri mereka. Penyesuaian diri yang efektif sangat berperan dalam membantu mahasiswa mengelola stres, mengasah keterampilan sosial, dan meningkatkan prestasi akademik mereka. Oleh sebab itu, penting untuk memprioritaskan pengembangan kemampuan menyesuaikan diri bagi mahasiswa baru yang berasal dari desa. Alternatif yang dapat digunakan yaitu memanfaatkan layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian, serangkaian proses penyesuaian diri

¹ Harwanti Noviandari, *Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Lingkungan Baru* (Banyumas: CV. Pena Persada Redaksi, 2021).h.14.

mahasiswa baru yang berasal dari desa menjadi aspek krusial untuk diteliti. Hal ini karena suksesnya mereka dalam menjalani studi ini akan berdampak pada kemampuan mereka di masa depan dalam menjalankan profesi sebagai konselor. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok diharapkan dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu mahasiswa baru mengatasi berbagai tantangan dalam proses penyesuaian diri, baik di bidang akademik maupun sosial. Dalam upaya mendukung mahasiswa baru dalam menghadapi berbagai tantangan, layanan bimbingan kelompok diharapkan dapat memberikan dampak positif. Layanan ini ditujukan untuk sekelompok individu, dengan tujuan membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, mengatasi masalah emosional, serta meningkatkan kemampuan penyesuaian diri.² Dalam bimbingan kelompok, mahasiswa baru diberi kesempatan untuk berbagi pengalaman, berdiskusi mengenai kesulitan-kesulitan yang dihadapi, dan mendapatkan dukungan sosial dari sesama peserta.

Layanan bimbingan kelompok membahas berbagai topik umum serta khusus yang menjadi perhatian bersama dalam kegiatan. Dalam layanan ini, permasalahan yang diangkat akan dibicarakan dengan suasana dinamika kelompok yang lebih mendalam dan terstruktur, di mana seluruh anggota kelompok terlibat aktif dengan arahan dari seorang pemimpin. Secara umum, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk memperbaiki kualitas berinteraksi, terutama dalam hal berkomunikasi para peserta. Lebih khusus lagi, layanan ini bertujuan untuk mendorong perkembangan fisik dan psikis siswa. Winkel juga mendefinisikan bahwa konseling kelompok adalah suatu rangkaian kegiatan konseling yang dilakukan dengan cara bersama-sama oleh beberapa klien dalam sebuah kelompok.³

Berdasarkan pengertian di atas, diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok berfungsi untuk memberikan upaya bantuan kepada individu melalui dinamika secara berkelompok guna membahas permasalahan. Tujuan utama dari layanan ini adalah yaitu untuk meningkatkan kemampuan komunikasi dan sosialisasi para peserta, sekaligus mengembangkan pola pikir dan sikap mereka. Melalui

² Mulia Sartika and Hengki Yandri, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya," *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1, no. 1 (2019): h. 9–17.

³ Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, (Tulungagung: Ud Duta Sablon, 2022), h. 11-13.

bimbingan kelompok, mahasiswa memiliki kesempatan bertukar pemikiran, mempunyai dukungan dari peserta kelompok, serta menerima masukan dari konselor yang bertindak sebagai fasilitator. Pendekatan ini tidak hanya memungkinkan mahasiswa untuk mengeksplorasi berbagai masalah penyesuaian diri yang mereka hadapi, tetapi juga memfasilitasi mereka dalam menemukan solusi yang lebih efektif.

Peneliti menemukan beberapa fenomena terkait dengan penyesuaian diri, mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu cenderung malu atau enggan berkomunikasi dengan teman-teman baru, terutama yang berasal dari daerah perkotaan atau latar belakang berbeda. Mereka sering merasa takut membuat kesalahan, atau dianggap kurang mampu dibandingkan dengan teman-teman mereka, kondisi ini membuat mereka cenderung pasif dalam kegiatan sosial dan akademik, seperti diskusi kelas atau kerja kelompok. Mereka juga kesulitan mengatur waktu antara belajar, bersosialisasi, dan memenuhi tanggung jawab lain. Keterampilan manajemen diri mereka, yang sebelumnya tidak terlalu ditekankan di lingkungan sekolah menengah, memperburuk hal ini, dan mereka merasa kesepian dan kehilangan dukungan emosional yang biasa mereka dapatkan di rumah. Kondisi ini membuat mereka merasa tidak nyaman di lingkungan baru, membuat mereka lebih sering menyendiri dan membuat sulit untuk membangun hubungan sosial yang positif.

Fenomena yang diamati di Desa Tenjoayu menunjukkan adanya krisis penyesuaian diri di kalangan mahasiswa baru yang berasal dari Desa Tenjoayu, khususnya bagi mereka yang tidak bisa menyesuaikan dirinya dalam perguruan tinggi. Krisis penyesuaian diri ini terkesan tidak masuk akal karena terjadi pada mahasiswa baru yang seharusnya dapat lebih bisa menyesuaikan dirinya sendiri. Layanan bimbingan kelompok memiliki relevansi yang sangat penting. Mengingat latar belakang mahasiswa baru yang beragam, baik dari segi pendidikan, budaya, maupun lingkungan sosial, layanan ini dapat menjadi sarana yang efektif untuk membangun keterampilan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, serta membentuk identitas diri yang lebih kuat di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan temuan penelitian yang diuraikan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk menggali seberapa besar pengaruh layanan bimbingan kelompok dalam membantu mahasiswa baru yang berasal Desa Tenjoayu dalam menghadapi berbagai tantangan adaptasi yang mereka alami, serta seberapa besar pengaruhnya

terhadap kemampuan penyesuaian diri mereka. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh temuan yang dapat menjadi dasar pengembangan program bimbingan yang lebih efektif dalam membantu mahasiswa baru dari Desa menghadapi masa transisi mereka di perguruan tinggi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih intens dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Dari Desa Tenjoayu”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat identifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Ketidakmampuan mahasiswa baru dalam mengatasi permasalahan terhadap penyesuaian diri
2. Terdapat mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu yang sulit dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan akademiknya
3. Terdapat mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu yang sulit dalam membangun hubungan sosial disekitarnya.

C. Batasan Masalah

Meninjau luasnya cakupan permasalahan yang terdapat pada identifikasi masalah, maka penelitian ini difokuskan pada layanan bimbingan kelompok penyesuaian diri mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu untuk menghasilkan penelitian yang lebih efektif.

1. Bimbingan kelompok adalah jenis layanan yang digunakan untuk mengentaskan permasalahan dengan berfokus pada topik umum atau khusus yang sebelumnya sudah disepakati. Layanan ini, dihadiri oleh minimal delapan orang anggota. Fokus dari bimbingan kelompok adalah pada pengembangan aspek pribadi, sosial, akademik, dan karier. Dalam hal ini, konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu proses diskusi, bukan sebagai pengambil keputusan. Prinsip utama yang dijunjung dalam bimbingan kelompok adalah kerahasiaan dan keterbukaan.

2. Penyesuaian diri mahasiswa baru adalah rangkaian interaksi berkesinambungan antara diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. Proses ini melibatkan berbagai aspek, faktor, dan ruang lingkup yang mempengaruhi adaptasi mereka di dunia perguruan tinggi. Dengan demikian, mereka dapat mengelola konflik dengan efektif dan mencapai keseimbangan dalam menjalin hubungan personal dan interpersonal.
3. Pada penelitian ini, peneliti hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok
4. Penelitian ini hanya di fokuskan terhadap mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat penyesuaian diri sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok.
2. Bagaimana pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat penyesuaian diri sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok.
2. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru dari Desa Tenjoayu.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Temuan penelitian ini tentu menghasilkan kontribusi penting bagi pengembangan teori bimbingan konseling, khususnya yang berkaitan dengan bimbingan kelompok. Penelitian ini dapat memperkuat atau bahkan mengubah pemahaman mengenai penyesuaian diri, terutama dalam konteks mahasiswa baru

yang berasal dari desa. Mereka sering kali mengalami kesulitan untuk melakukan adaptasi dengan lingkungan akademik dan sosial di perguruan tinggi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi mahasiswa

Diharapkan membantu mereka mengembangkan keterampilan adaptasi, baik secara sosial maupun akademik. Melalui bimbingan kelompok, mahasiswa baru dapat belajar mengatasi tekanan, membangun hubungan yang sehat, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam lingkungan kampus

b. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai efektivitas pendekatan bimbingan kelompok sebagai salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi kesulitan penyesuaian diri.

G. Definisi Operasional

Definisi operasional merujuk pada penjelasan yang diberikan oleh peneliti mengenai variabel penelitian, dengan tujuan untuk memberikan pemahaman yang jelas dan spesifik tentang metode yang akan digunakan. Dalam pengertian lain, definisi operasional berfungsi juga untuk memastikan bahwa pengukuran dilakukan dengan jelas dan objektif, karena ia menjelaskan batasan-batasan dari variabel yang sedang diteliti.

Dalam konteks penelitian, adanya definisi operasional sangat krusial, karena memiliki fungsi atau berperan dalam memberikan informasi yang jelas kepada pembaca mengenai variabel yang ditelaah, diteliti dan dipelajari, sehingga dapat mencegah kesalahpahaman. Dengan adanya definisi yang jelas ini, peneliti pun dapat menggunakan alat ukur yang tepat untuk mengumpulkan data secara akurat. Secara ringkas definisi operasional dapat dijabarkan yaitu:

1. Bimbingan kelompok

Layanan bimbingan kelompok yaitu upaya pemberian bantuan terhadap individu yang menjadi peserta kelompok. Informasi yang diberikan mencakup pendidikan, pekerjaan, dan aspek pribadi atau sosial. Tujuan

utamanya adalah untuk memberi anggota kelompok informasi yang akurat, agar mereka bisa merencanakan hidup dan mengambil keputusan dengan lebih tepat dan bijaksana.⁴

Layanan bimbingan kelompok terdapat asas yang sangat penting untuk diterapkan. Penerapan asas tersebut akan memperlancar pelaksanaan layanan dan memastikan keefektifan dalam mencapai target-target yang telah ditetapkan sebelumnya. Melalui pemberian layanan bimbingan kelompok, anggota kelompok diharapkan dapat berpartisipasi secara aktif, bersikap terbuka, dan mengikuti kegiatan tanpa adanya paksaan dari pihak lain. Selain itu, sikap sopan santun juga diharapkan dapat dijunjung tinggi selama kegiatan. Anggota kelompok diharapkan mampu menjaga kerahasiaan mengenai permasalahan yang telah dibahas dalam sesi bimbingan kelompok.

2. Penyesuaian diri

Penyesuaian diri ialah sebuah kebutuhan yang perlu dimiliki oleh setiap individu untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan, baik yang berasal dari internal maupun dari eksternal. Proses ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan, serta menciptakan harmoni antara individu dan lingkungan secara keseluruhan.⁵ Penyesuaian diri yang positif mencerminkan kemampuan individu untuk beradaptasi yang tepat. Hal ini dapat ditinjau dari beberapa tanda seperti kestabilan emosi, minimnya frustrasi, kemampuan untuk belajar, penghargaan terhadap pengalaman, serta sikap yang bijak dan bermoral dimanapun keberadaannya. Sebaliknya, jika penyesuaian diri tidak dilakukan dengan baik, individu tersebut dapat mengalami kesulitan dalam beradaptasi.

Penyesuaian diri yang kurang tepat akan menyebabkan reaksi melarikan diri dari masalah, yang tentunya akan menghambat perkembangan diri. Di dalam penelitian ini, penyesuaian diri memiliki 4 aspek untuk

⁴ R. L. Gibson and M. H. Mitchell, *Bimbingan Dan Konseling* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar 2011), h.52.

⁵ Vera Imanti Enis Prastiwi, "Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran Online Di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19," *Indonesian Journal of Islamic Psychology* Vol. 4 No. (2022): h. 4.

dijadikan tolak ukur dalam penelitian menurut Albert & Emmons aspek penyesuaian diri, yaitu sebagai berikut:

- 1) Aspek *self knowledge* dan *self insight* / pengetahuan diri dan wawasan diri
- 2) Aspek *self objectivity* dan *self acceptance* / objektivitas diri dan penerimaan diri
- 3) Aspek *self development* dan *self control* / pengembangan diri dan pengendalian diri)
- 4) Aspek *satisfaction* / kepuasan⁶

⁶ Fandi Rosi Sarwo Edi, *Asesmen Dan Intervensi Psikososial* (Yogyakarta Jejak Pustaka, 2021), h. 27-28.