

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Manusia sebagai *homo socius* (makhluk sosial) tidak bisa hidup tanpa keberadaan orang lain. Setiap manusia akan saling ketergantungan dalam memenuhi kebutuhannya. Hal itu diwujudkan dengan adanya interaksi antar individu maupun kelompok dalam lingkungannya masing-masing.

Untuk mewujudkan interaksi yang baik dibutuhkan adanya keselarasan antar individu dengan orang lain dalam lingkungannya. Keselarasan itu akan tercapai jika individu mampu menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungannya dimana individu bisa menyatu dan diterima sebagai bagian dari lingkungannya. Kemampuan untuk menyesuaikan diri ini perlu dimiliki seseorang terlebih ketika memasuki lingkungan baru. Salah satunya adalah lingkungan pendidikan yang akan berubah seiring dengan meningkatnya jenjang pendidikan yang dijalani.

Kondisi yang dialami seorang siswa SMA akan jauh berbeda dengan yang dialami oleh mahasiswa di perguruan tinggi. Perbedaan itu meliputi banyak hal misalnya mahasiswa menjadi lebih gelisah dengan penampilan, gaya mengajar di perguruan tinggi membuat mereka kesulitan dalam memahami pelajaran dan kesulitan untuk berkonsentrasi, takut terhadap pola tugas yang diberikan dan cemas dengan permasalahan yang tidak terduga yang akan muncul serta merasa kesulitan dalam menjalin relasi dengan mahasiswa lain dari latar belakang yang berbeda. Banyak dari mahasiswa tersebut dilaporkan mempunyai ketegangan mental dan menjadi mudah marah, cemas, menghindari lingkungan sosial, merasa kesepian dan menjadi pesimis (Sharma, dalam Irfan 2014: 173).

Dalam kondisi seperti ini seorang mahasiswa yang berada di tahun pertama perkuliahan dituntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya tanpa merasa tertekan dan ditolak oleh lingkungan barunya. Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya (Sunarto dan Hartono, 2002)

Penyesuaian diri yang paling utama dan paling sulit dilakukan mahasiswa sebagai seorang remaja adalah penyesuaian diri dengan teman sebayanya (Hurlock 1980: 213). Yang dimaksud dengan teman sebaya adalah anak atau remaja yang kurang lebih berada pada taraf usia yang sama atau berada pada taraf perkembangan yang sama pula (Padmomartono, 2014: 66)

Penyesuaian diri dengan teman sebaya sangat penting karena remaja memiliki ketergantungan yang tinggi dengan teman sebayanya, hal ini ditandai dengan banyaknya waktu yang dilalui oleh remaja bersama teman sebaya lebih besar dibanding bersama keluarga sehingga teman sebaya memberikan pengaruh yang besar bagi remaja pada sikap, pembicaraan, penampilan serta perilaku yang lebih besar daripada pengaruh keluarga (Hurlock, 1980: 213).

Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebayanya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama-sama ( Singgih D. Gunarsa, dalam Hartinah, 2008: 68) Lebih jauh lagi kelompok teman sebaya adalah sumber kasih sayang, simpati, pengertian, dan tuntutan moral, serta sarana untuk mencapai otonomi dan kemandirian dari orangtua (Papalia *et all*, 2013: 95 )

Selain itu, salah satu tugas perkembangan remaja sebagai mahasiswa adalah mampu mengembangkan hubungan yang matang dengan teman sebayanya (Chickering dalam Evans et al. 2010: 66). Hal ini sependapat dengan Laursen (dalam Papalia *et al*, 2013: 95) mengatakan bahwa kelompok teman sebaya adalah tempat untuk membentuk hubungan dekat yang berfungsi sebagai latihan bagi hubungan yang akan mereka bina di masa dewasa. Mahasiswa hanya akan mampu mencapai tugas perkembangan ini apabila ia diterima sebagai bagian dari kelompok teman sebaya tersebut. Dengan demikian penyesuaian diri dengan teman sebaya merupakan kunci utama penerimaan suatu kelompok teman sebaya.

Namun kemampuan dalam menyesuaikan diri setiap individu berbeda-beda. Ada mahasiswa yang mudah melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru terutama dengan teman sebayanya sehingga ia tidak mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan memenuhi kebutuhannya. Ada juga mahasiswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan teman sebaya sehingga ia mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan memenuhi kebutuhannya serta akan mendapatkan hambatan dalam kehidupan sehari-hari di perkuliahannya.

Banyak faktor yang menyebabkan mahasiswa tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya seperti kondisi fisik yang tidak sehat, faktor kepribadian, proses belajar, kondisi lingkungan serta pengaruh agama dan budaya (Scneiders, dalam Ali & Asrori 2001: 181). Ada juga faktor lain yang sangat erat kaitannya dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa yaitu faktor kesehatan mental dimana seseorang yang memiliki mental yang sehat akan mudah melakukan penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya ketidakmampuan seseorang

untuk melakukan penyesuaian diri dengan baik menandakan adanya masalah kesehatan mental (Tiyaningsih, 2013: 3)

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari hasil angket di kelas BK Reguler D stambuk 2016 Fakultas Ilmu Pendidikan UNIMED. Sebanyak 56% mahasiswa mengalami masalah penyesuaian diri yang rendah dalam berhubungan sosial terutama dengan teman sebaya.

Sedangkan berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penelitian pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA dinyatakan bahwa 53,2% mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang rendah dengan teman sebaya yang ditandai dengan ketidakmampuan melihat dari sudut pandang orang lain dalam menilai dan memperlakukan dirinya, kurang mampu dalam menghadapi kesulitan, serta kurang mampu melibatkan diri dalam situasi sosial (Rosiana, 2011: 494).

Apabila masalah tersebut tidak segera diatasi maka akan timbul masalah yang lebih besar lagi bagi para mahasiswa dalam hubungan sosial mereka baik didalam maupun diluar lingkungan pendidikan. Untuk mengatasi hal tersebut perlu diberikan salah satu layanan bimbingan konseling. Layanan yang dinilai lebih tepat oleh peneliti dalam memecahkan masalah ini adalah dengan melakukan konseling kelompok teknik *symbolic models*.

Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan, penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. ( Nurihsan dalam Kurnanto, 2013: 7). Konseling kelompok dianggap sangat efektif karena dengan dinamika kelompok yang dibangun saat proses konseling dapat memaksimalkan peran setiap anggota kelompok untuk turut berpartisipasi aktif

dalam kegiatan kelompok yang secara tidak langsung menjadi sarana dalam berkomunikasi dan menjalin hubungan baik serta melakukan penyesuaian diri masing-masing anggota kelompok secara inovatif. Hal ini sesuai dengan pendapat Mc Clure (dalam kurnanto, 2013: 1) melalui kelompok individu mencapai tujuannya dan berhubungan dengan yang lainnya dengan cara yang inovatif dan produktif.

Selain itu, Konseling kelompok juga bisa melayani banyak konseli dalam satu pertemuan sehingga konselor bisa memberikan pelayanan yang meluas. Kemanfaatan yang lebih meluas inilah yang paling menjadi perhatian semua pihak berkenaan dengan layanan kelompok itu, apalagi pada zaman yang menekankan perlunya efisiensi, perlunya pelayanan perluasan jasa yang lebih mampu menjangkau lebih banyak konsumen secara tepat dan cepat (Prayitno, 2004: 307).

Adapun *Symbolic Models* adalah tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain. Tokoh tersebut akan dijadikan sebagai model yang akan ditiru perilakunya sehingga terjadi perubahan positif bagi individu yang mampu menyerap perilaku model tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari (Singgih D. Gunarsa, dalam Astuti 2015: 221).

Adapun *symbolic model* yang dipilih dalam penelitian ini adalah model berupa video yang dibuat oleh peneliti yang disesuaikan dengan indikator penyesuaian diri. Pemilihan media video sebagai model karena video merupakan media audiovisual yang melibatkan indera penglihatan dan pendengaran sehingga konseli lebih mudah memahami dan mempraktikkan pesan yang disampaikan dari video tersebut.

Teknik ini sangat efektif diterapkan di era serba modern ini, karena pengaruh film serta video yang disaksikan oleh remaja lebih mempengaruhi diri mereka jika dibandingkan dengan nasihat yang diberikan secara verbal. Film/video menyajikan contoh tingkah laku yang tidak terhitung yang mungkin mempengaruhi pengamatannya. Dengan demikian nilai-nilai serta kemampuan yang seharusnya dimiliki oleh remaja dapat ditransfer ke dalam diri mereka melalui apa yang mereka saksikan (Alwisol, dalam Arumsari 2016: 6).

Selain itu, dengan media interaktif yang ditampilkan maka pelaksanaan konseling kelompok akan semakin menarik sehingga klien tidak merasa bosan. Apalagi media ini bisa disaksikan oleh klien secara berulang diluar sesi konseling sehingga membantu dalam proses latihan *modelling*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioristik Teknik *Symbolic Models* Terhadap Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya Mahasiswa BK Non Reguler 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, masalah penelitian ini diidentifikasi sebagai berikut :

1. Mahasiswa belum siap menghadapi segala perbedaan antara lingkungan SMA dengan Perguruan Tinggi.
2. Mahasiswa mengalami ketegangan mental dan menjadi mudah marah dan cemas
3. Mahasiswa menghindari lingkungan sosial, merasa kesepian dan menjadi pesimis

4. Mahasiswa kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
5. Mahasiswa tidak mampu memenuhi salah satu tugas perkembangannya.
6. Ketidakkampuan penyesuaian diri disebabkan masalah kesehatan mental

### **C. Batasan Masalah**

Setelah permasalahan diidentifikasi, maka perlu adanya pembatasan masalah yang diteliti. Dengan keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti, baik dari segi waktu, pikiran, dan biaya maka penelitian ini dibatasi untuk membahas pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioristik teknik *symbolic models* terhadap penyesuaian diri dengan teman sebaya mahasiswa BK Non Reguler 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah, maka rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah ada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioristik Teknik *Symbolic Models* Terhadap Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya Mahasiswa BK Non Reguler 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioristik Teknik *Symbolic Models* Terhadap Penyesuaian Diri dengan Teman Sebaya Mahasiswa BK Non Reguler 2016 FIP UNIMED T.A 2016/2017.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling terutama dalam hal penyesuaian diri mahasiswa dengan teman sebaya melalui layanan konseling kelompok teknik *Symbolic Models*

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti sebagai sarana memberikan pengalaman penelitian dan mengaplikasikan ilmu bimbingan konseling di lapangan.
- b. Bagi Mahasiswa sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan penyesuaian diri dengan teman sebaya
- c. Bagi Peneliti lain sebagai bahan masukan untuk menyempurnakan penelitian selanjutnya