

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi yang penuh badai dan *stress*. Selama periode ini, banyak perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, serta tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh remaja. Menurut Hurlock (2000, h. 213) salah satu tugas perkembangan remaja yang paling sulit adalah berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus banyak melakukan penyesuaian baru yaitu dengan meningkatkan pengaruh kelompok teman sebaya, perubahan perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai dalam dukungan dan penolakan sosial. Remaja harus beradaptasi dengan lawan jenis dalam hubungan yang belum pernah terjadi sebelumnya dan harus beradaptasi dengan orang dewasa di luar rumah dan lingkungan sekolah. Sebagai salah satu faktor, sekolah juga berdampak dalam membimbing siswa agar kepribadiannya dapat dikembangkan secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Namun dalam proses perkembangannya, siswa tidak lepas dari berbagai masalah dan salah satunya adalah masalah penyesuaian diri.

Penyesuaian diri merupakan masalah yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Berbagai permasalahan dalam kehidupan manusia hampir selalu berkaitan dengan penyesuaian diri, namun tidak semua perilaku manusia dapat dikatakan sebagai proses penyesuaian diri. Menurut Schneiders (dalam Yusuf, 2011, h.210), penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan reaksi mental dan tindakan seseorang untuk mencoba memenuhi kebutuhan dan berhasil mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik dengan baik, serta kemampuan antara

kebutuhannya dengan norma atau persyaratan lingkungan tempat tinggalnya. Schneiders (1964, h.51) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang baik adalah siswa yang dapat memberikan respons yang baik, bermanfaat efisien dan memuaskan. Penyesuaian diri yang baik tersebut menurut Schneiders (1964, h. 274), yaitu tidak menunjukkan adanya emosi yang berlebihan, tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologi, tidak menunjukkan adanya rasa frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap yang realistik dan objektif. Penyesuaian diri yang keliru dalam melakukan penyesuaian diri yang baik dapat mengakibatkan siswa melakukan penyesuaian yang tidak baik. Penyesuaian yang tidak baik ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba keliru, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif, dan sebagainya.

Penyesuaian diri tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor penyesuaian diri adalah faktor kelompok teman sebaya, kelompok teman sebaya akan memengaruhi proses penyesuaian diri individu dan kelompok teman sebaya dapat menjadi alat yang baik dalam proses penyesuaian diri. Teman sebaya ada untuk saling berbagi, saling memberikan pendapat dan saling mendukung. Menurut Papalia dan Olds (dalam Yudrik, 2011, h.234), perkembangan sosial pada remaja lebih banyak melibatkan kelompok teman sebaya daripada orang tua. Teman sebaya juga akan memengaruhi penilaian dan keputusan remaja atas perilaku mereka sendiri, karena mereka menghabiskan banyak waktu di luar rumah dengan teman sebayanya. Teman sebaya adalah sumber referensi dan informasi utama bagi remaja dalam hal yang berhubungan dengan gaya hidup,

seperti cara berpakaian yang menarik, musik, film, pembelajaran, dan sebagainya. Kelompok teman sebaya juga memberikan dorongan kepada remaja sebagai siswa untuk mengambil peran dan tanggung jawab baru mereka seperti belajar. Selain menjadi sumber referensi bagi siswa, teman sebaya juga dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengemban peran dan tanggung jawab baru dengan memberikan dukungan sosial.

Dukungan sosial adalah suatu upaya yang membantu siswa dengan tujuan meningkatkan kualitas kesehatan mental, meningkatkan rasa percaya diri, semangat atau dorongan, nasehat dan sebuah penerimaan. Menurut Sarafino (2011, h.81), seseorang dengan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari jaringan sosial seperti keluarga atau organisasi komunitas yang dapat membantu pada saat dibutuhkan.

Dukungan sosial teman sebaya mengacu pada teman sebaya sebagai sumber daya yang memberikan kenyamanan fisik dan mental melalui interaksi antara siswa dan teman sebayanya sehingga siswa tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dan disayangi sehingga dapat beradaptasi dengan kelompok sosial. Oleh karena itu, diperlukan dukungan sosial dari teman sebaya agar siswa dapat merasa nyaman dan disayangi, dan melalui penyesuaian diri yang tepat dapat terhindar dari berbagai tanda bahaya.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui angket terbuka, angket tersebut dibagikan kepada 50 siswa kelas VII SMP Swasta Imelda Medan dengan hasil 33 siswa menunjukkan gejala selalu pasif, kurang percaya diri, mudah kesal dengan temannya, kurang toleran kepada temannya dan merasa takut mengikuti kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi di sekolah. Berdasarkan hal tersebut terkait dengan

rendahnya tingkat penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah, apabila kebutuhan pribadi, sosial dan belajar siswa tidak dapat segera diatasi maka pembelajaran mereka akan terhambat sehingga mengakibatkan penurunan kemampuan belajar siswa. Jika siswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru, maka siswa tersebut kemungkinan besar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Hal ini juga dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Reny Maharani, dkk (2019) yaitu tentang hubungan antara dukungan sosial dengan konsep diri pada anak jalanan di rumah singgah sanggar alang-alang di Surabaya. Ia menjelaskan di rumah singgah sanggar alang-alang surabaya, terdapat hubungan yang positif dan penting antara dukungan sosial dengan konsep diri anak jalanan yaitu dengan kata lain ada hubungan yang penting antara keduanya. Dari hasil penelitian hubungan kedua variabel tersebut dapat disimpulkan, semakin tinggi dukungan sosial yang mereka terima maka semakin baik pula konsep diri yang dimiliki anak jalanan tersebut.

Berdasarkan penelitian di atas memengaruhi peneliti untuk meneliti tentang penyesuaian diri. Masalah-masalah dalam penyesuaian diri sering terjadi pada remaja karena masa remaja mengalami masa pencarian jati diri. Menurut Djaali (2000, h.75) dalam masa perkembangannya, pribadi dari para remaja mengalami banyak masalah dalam penyesuaian diri bila dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, karena pada masa anak-anak cukup tenang dan bahagia. Sedangkan dalam masa pertumbuhannya ia mengalami ketegangan batin akibat dari ingin lepasnya ketergantungan dan pengawasan dari orang lain menuju kebebasan dari pengawasan dan pengekangan orang dewasa.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII di SMP Swasta Imelda Medan” sebagai judul penelitian.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah adalah masalah-masalah yang mungkin muncul dan dapat di angkat sebagai masalah penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut ada beberapa yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Ada siswa yang menunjukkan gejala selalu pasif dan kurang percaya diri.
2. Masih ada siswa yang masih merasa takut untuk ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi sekolah.
3. Masih banyak siswa yang mudah kesal dengan temannya dan kurang toleran kepada temannya.

### **1.3. Batasan Masalah**

Agar penelitian ini tidak melebar karena keterbatasan waktu, tenaga dan biaya maka masalah pada penelitian ini dibatasi hanya pada “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas VII di SMP Swasta Imelda Medan”. Sehingga penelitian ini hanya dilakukan di kelas VII SMP Swasta Imelda Medan pada tahun ajaran 2020/2021.

### **1.4. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan pembatasan masalah sebagaimana diuraikan di atas, maka permasalahan yang akan peneliti kemukakan adalah “Adakah hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMP Swasta Imelda Medan?”.

## **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMP Swasta Imelda Medan”.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling dan psikologi pendidikan.
2. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan informasi tentang khasanah keilmuan di bidang psikologi pendidikan dan bimbingan yang berkaitan dengan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri siswa di sekolah.

### **1.6.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi Pihak Sekolah

Merupakan bahan informasi agar lebih meningkatkan perhatian dalam mendidik serta membimbing siswa dengan memberikan dukungan dengan baik sehingga siswa dapat berinteraksi dan menyesuaikan diri sebagai siswa yang baik demi kehidupan yang lebih baik di masa yang akan datang dan diharapkan dapat membantu agar terciptanya program layanan bimbingan dan konseling yang dibutuhkan oleh guru bimbingan dan konseling.

## 2. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru bimbingan dan konseling SMP Swasta Imelda Medan untuk menciptakan program layanan bimbingan dan konseling guna mencegah bertambahnya permasalahan yang ada sekaligus untuk mengatasi permasalahan yang telah terjadi.

## 3. Bagi Siswa

Membina siswa di SMP Swasta Imelda Medan agar dapat memahami bagaimana cara memberi dukungan sosial yang baik kepada teman sebaya sehingga siswa dapat mengetahui berbagai kelebihan dan kekurangan dirinya, termotivasi untuk melakukan hal yang positif sehingga melahirkan perilaku positif dan agar mereka dapat menyelaraskan antara harapan dirinya dengan tuntutan lingkungan.

## 4. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan pembandingan kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan yang sama di masa yang akan datang.