

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Penyesuaian Diri

a. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. “hidup manusia sejak lahir sampai mati tidak lain adalah penyesuaian diri”.¹³ Penyesuaian diri dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Menurut Schneider penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.¹⁴

Penyesuaian diri menurut Schneiders dapat ditinjau dari tiga sudut pandang yaitu:

- 1) Pengetian penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Dengan demikian, dilihat dari sudut pandang ini penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai

¹³Alex Sobur. *Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah*. Bandung: CV Pustaka Setia. 2013.h.523

¹⁴ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *loc.Cit.*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

usaha mempertahankan diri secara fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Padahal dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekedar penyesuaian fisik, melainkan yang lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

- 2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dalam pengetahuan ini penyesuaian diri mencakup konformitas terhadap norma. Menyiratkan bahwa disana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat dan harus mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial maupun emosional. Dalam sudut pandang ini individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.
- 3) Penyesuaian diri sebagai usahapenguasaan (*mastery*), bahwa penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan repons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan frustrasi tidak terjadi.¹⁵

Sedangkan menurut Kartono penyesuaian diri adalah usaha seseorang untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya,

¹⁵*Ibid*,h.173

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sehingga rasa permusuhan, depresi dan emosi negatif yang muncul sebagai akibat dari respon yang tidak sesuai dan kurang efisien dapat diatasi.¹⁶

Haber dan Runyon mengatakan penyesuaian diri adalah suatu proses dan bukan keadaan yang statis sehingga efektivitas dari penyesuaian diri itu sendiri ditandai dengan seberapa baik seseorang mampu menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berubah, dimana seseorang merasa sesuai dengan lingkungan dan merasa mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya. Salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat mentalnya adalah memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya.

Dari pendapat ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, yang 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.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri.

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, terkadang ada rintangan tertentu yang menyebabkan tidak

¹⁶ Kartono, K. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju. 2000.h. 124

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berhasilnya individu dalam melakukan penyesuaian diri. Dalam hubungannya dengan rintangan tersebut ada individu yang melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah.

1) Penyesuaian diri secara positif.

Mereka yang tergolong mampu menyesuaikan diri secara positif ditandai dengan hal-hal berikut :

- a) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional
- b) Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis
- c) Tidak menunjukkan adanya frustrasi
- d) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri
- e) Mampu dalam belajar
- f) Menghargai pengalaman
- g) Bersikap realistis dan objektif

Dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukannya dalam berbagai bentuk, antara lain :

- a) Penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung. Dalam situasi ini individu secara langsung menghadapi masalahnya dengan segala akibat-akibatnya. Ia melakukan segala tindakan sesuai dengan masalah yang dihadapinya. Misalnya siswa yang tidak hadir karena sakit dan terlambat menyerahkan tugasnya, maka ia akan menghadapinya secara langsung, ia mengemukakan segala masalahnya kepada gurunya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b) Penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan). Dalam situasi ini individu mencari berbagai bahan pengalaman untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya. Misalnya, seorang siswa yang merasa kurang mampu dalam mengerjakan tugas, maka ia akan mencari bahan supaya mampu dalam menyelesaikan tugas tersebut.

c) Penyesuaian dengan trial and error atau coba-coba.

Dalam cara ini individu melakukan suatu tindakan coba-coba, dalam arti kalau menguntungkan diteruskan dan kalau gagal tidak diteruskan. Taraf pemikiran kurang berperan dibandingkan dengan cara eksplorasi.

d) Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti).

Jika individu merasa gagal dalam menghadapi masalah, maka ia dapat memperoleh penyesuaian dengan jalan mencari pengganti.

e) Penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri.

Dalam hal ini individu mencoba menggali kemampuan khusus dalam dirinya, dan kemudian dikembangkan sehingga dapat membantu penyesuaian diri.

f) Penyesuaian dengan belajar.

Dengan belajar, individu akan banyak memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang dapat membantu penyesuaian diri.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

g) Penyesuaian dengan pengendalian diri.

Penyesuaian diri akan lebih berhasil jika disertai dengan kemampuan memilih tindakan yang tepat dan pengendalian diri secara tepat pula. Dalam situasi ini individu berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan, dan tindakan mana yang tidak perlu dilakukan.

h) Penyesuaian dengan perencanaan yang cermat.

Dalam situasi ini tindakan yang dilakukan merupakan keputusan yang diambil berdasarkan perencanaan yang cermat. Keputusan diambil setelah dipertimbangkan dari berbagai segi baik untung atau ruginya.

2) Penyesuaian diri yang salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis dan agresif.

c. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Haber & Runyon (dalam Hapsariyanti & Taganing) terdapat lima aspek penyesuaian diri, yaitu:

1) Persepsi realitas

Individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan yang realistis sesuai dengan kemampuannya serta mampu

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengendalikan konsekuensi dan tindakannya agar dapat menuntut pada perilaku yang sesuai.

- 2) Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan.

Mempunyai kemampuan untuk mengatasi stres dan kecemasan berarti individu mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam hidup dan mampu menerima kegagalan yang dialami.

- 3) Gambaran diri yang positif

Gambaran diri yang positif berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif baik melalui penilaian pribadi maupun melalui penilaian orang lain, sehingga individu dapat merasakan kenyamanan psikologis.

- 4) Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik.

Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik berarti individu memiliki kontrol emosi yang baik.

- 5) Memiliki hubungan interpersonal yang baik.

Memiliki hubungan interpersonal yang baik berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan orang lain yang berkualitas dan bermanfaat.¹⁷

¹⁷M. Ulfa. *Penyesuaian Diri Mantan PSK*. Digilib.uinsby.ac.id. 2016. h. 26

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pendapat lain diungkapkan oleh Atwater(1983, p.36), ia menjabarkan ada dua aspek penyesuaian diri yaitu, penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

1) Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima diri sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri dan lingkungan sekitar. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, dongkol, kecewa atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya guncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya.

2) Penyesuaian sosial.

Penyesuaian sosial yaitu penyesuaian yang terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan individu lain. Hubungan sosial mencakup hubungan dengan masyarakat, keluarga, sekolah, teman sebaya dll. Agar individu dapat melakukan penyesuaian sosial, individu harus mematuhi norma-norma sosial yang ada di masyarakat.¹⁸

¹⁸AS.Arifin. *BAB II Kajian Teori 1.1 Penyesuaian Diri*. Etheses. Uin-Malang.ac.id. 2013 h.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

d. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri

Bentuk-bentuk penyesuaian diri itu diklasifikasikan dalam dua kelompok yaitu :

1) Adaptive

Bentuk penyesuaian diri yang *adaptive* atau sering dikenal dengan adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini lebih bersifat badani. Artinya, perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Adaptabilitas atau kemampuan untuk beradaptasi, merupakan kunci kemampuan bertahan dari semua spesies tumbuh-tumbuhan dan binatang, termasuk manusia. Darwin (dalam ilmu biologi) mengamati bahwa spesies yang mampu bertahan adalah yang mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam lingkungan mereka.

Pada dasarnya, pengertian luas mengenai proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan kegiatan mereka.

2) Adjustive

Bentuk penyesuaian diri yang bersangkutan dengan kehidupan psikis, karena tersangkutnya kehidupan psikis dalam penyesuaian

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang *adjustive* ini, dengan sendirinya penyesuaian ini berhubungan dengan tingkah laku. Sebagaimana kita ketahui, tingkah laku manusia sebageian besar dilatarbelakangi oleh hal-hal psikis, kecuali tingkah laku tertentu dalam bentuk gerakan-gerakan yang sudah menjadi kebiasaan atau gerakan-gerakan refleks. Maka, penyesuaian ini adalah penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma-norma.¹⁹

e. Ciri-ciri Penyesuaian Diri.

Penyesuaian diri merupakan proses yang berlangsung secara terus menerus sepanjang kehidupan manusia, schneiders(1964) memberikan ciri-ciri individu dengan penyesuaian diri yang baik, yaitu:

- 1) Mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri.
- 2) Objektif dalam menerima keadaan diri
- 3) Mengontrol perkembangan yang terjadi dalam diri
- 4) Integrasipribadi yang baik
- 5) Memiliki tujuan yang jelas dalam bertindak
- 6) Adanyaperspektif, skalanilai, filsafathidup yang adekuat
- 7) Memiliki rasa humor yang tinggi
- 8) Memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi
- 9) Menunjukkankematanganrespon
- 10) Adanyaperkembangankebiasaan yang baik
- 11) Adanyaadabtabilitas
- 12) Bebasdarirespon-respon yang simtomatisataucacat

Schneiders mengatakan bahwa konsep penyesuaian diri tidak dikenakan pada aktivitas manusia yang bersifat netral, penyesuaian diri timbul apabila terdapat kebutuhan, dorongan, dan keinginan yang harus dipenuhi oleh seseorang, termasuk juga saat seseorang menghadapi suatu masalah atau konflik yang harus diselesaikan. Individu pada kondisi ini, akan mengalami proses belajar, belajar memahami, mengerti, dan berusaha untuk melakukan apa yang diinginkan oleh dirinya, maupun lingkungannya.²⁰

¹⁹ Alex Sobur.*op.cit.* h.529-531

²⁰HellyAgustina. *PenyesuaianDiriRemaja di Sekolah.*

<http://psychologyaddict.wordpress.com/category/kumpulan-teori/>. 2011.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri.

Menurut schneiders (dalam Mohammad Ali, dkk) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah:

1) Faktorfisik

Kondisi fisik individu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, apabila terdapat kondisi fisik yang cacat atau terdapat penyakit kronis akan menghambat individu dalam menyesuaikan diri. Seringkali kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri, karena termasuk kedalam sistem utama tubuh, yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar dan otot. Sistem syaraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi-fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal yang akhirnya berpengaruh secara baik pada penyesuaian diri individu. Sebaliknya penyimpangan didalam syaraf akan berpengaruh terhadap kondisi mental, selain itu kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri.

2) Faktor Psikologis

Keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustrasi, kecemasan dan cacat mental akan menghambat individu dalam melakukan penyesuaian diri. Selain itu, keadaan mental yang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungan. Yang termasuk kedalam keadaan psikologis adalah:

- a) Pengalaman, pengalaman terdiri dari dua jenis yaitu pengalaman yang menyenangkan dan pengalaman traumatik. Pengalaman yang menyenangkan cenderung menimbulkan penyesuaian diri yang baik namun sebaliknya pengalaman traumatik cenderung menimbulkan kegagalan dalam penyesuaian diri.
 - b) Belajar, belajar merupakan unsur terpenting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap kedalam diri individu melalui proses belajar.
 - c) Determinasi, bahwa sesungguhnya individu itu sendiri harus mampu menentukan dirinya sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri.
- 3) Faktor Lingkungan

Keadaan lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang dimaksud meliputi :

- a) Lingkungan keluarga, merupakan lingkungan utama yang sangat penting. Keluarga adalah suatu kelompok kecil dalam masyarakat dan dikeluarga lah tempat anak pertama kalinya berinteraksi. Ada

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

beberapa pola hubungan orang tua dan anak yang mempengaruhi penyesuaian diri.

- (1) Penerimaan (*acceptance*), penerimaan orang tua terhadap anak yang diwujudkan dalam bentuk perhatian, kehangatan, kasih sayang akan memberikan sumbangan yang berarti bagi anak.
- (2) Penolakan (*rejection*), dengan penolakan orang tua terhadap anak, anak akan merasa bahwa dirinya tidak berharga, tidak berguna. Perasaan itu akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri anak.
- (3) Identifikasi (*identification*), anak memiliki kecenderungan untuk mengidentifikasikan dirinya terhadap sikap dan perilaku orang tuanya.
- (4) Idealisasi (*idealization*), suatu bentuk proses identifikasi yang sifatnya lebih mendalam. Proses idealisasi diwujudkan dalam bentuk mengidealkan sosok salah satu dari kedua orang tuanya.
- (5) Identifikasi negatif (*negative identification*), proses ini muncul jika anak justru mengidentifikasi sifat-sifat negatif dari orang tuanya.
- (6) Identifikasi menyilang (*cross identification*), identifikasi yang dilakukan oleh anak kepada orang tuanya yang berlawanan jenis, misalnya anak laki-laki mengidentifikasi dirinya kepada ibunya, identifikasi menyilang seperti ini berpengaruh kurang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menguntungkan terhadap perkembangan penyesuaian diri anak.

- (7) Tindakan hukuman dan disiplin yang terlalu keras (*punishment and overdiscipline*), berdampak buruk terhadap perkembangan penyesuaian diri anak karena akan menimbulkan perasaan terancam dan tidak aman.
 - (8) Pemanjaan dan perlindungan yang berlebihan (*overindulgence and over protection*), memberikan perasaan aman terhadap anak, tetapi sesungguhnya secara psikologis yang sifatnya mendasar justru menimbulkan perasaan tidak aman, kurang percaya diri dan kesulitan dalam penyesuaian diri anak.
- b) Lingkungan sekolah, pada umumnya sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap dan moral siswa. Oleh karena itu, proses sosialisasi yang dilakukan melalui iklim kehidupan sekolah yang diciptakan oleh guru dalam interaksi edukatifnya sangat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri anak.
- c) Lingkungan masyarakat, karena keluarga dan sekolah itu berada didalam lingkungan masyarakat, konsistensi nilai-nilai, sikap, aturan, norma, moral dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

oleh individu yang berada dalam masyarakat sehingga berpengaruh terhadap proses perkembangan penyesuaian diri.

- d) Agama dan budaya, agama secara konsisten dan terus menerus kontinu mengingatkan manusia tentang nilai-nilai instrinsik dan kemuliaan manusia, bukan sekedar nilai-nilai instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia. Selain agama, budaya juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh hal ini terlihat dari adanya karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan.²¹

Faktor lain yang mempunyai pengaruh besar dalam menciptakan penyesuaian diri pada individu, diantaranya adalah :

- 1) Pemuasan kebutuhan pokok dan kebutuhan pribadi.

Yang dimaksud dengan kebutuhan pokok adalah kebutuhan jasmani dan fisik, seperti kebutuhan makan, minum, beristirahat dll. Pemuasan kebutuhan itu termasuk hal yang mutlak perlu karena tanpa pemuasan individu akan binasa.

- 2) Hendaknya ada kebiasaan-kebiasaan dan keterampilan yang dapat membantu dalam pemenuhan kebutuhan yang mendesak.

Tidak diragukan lagi bahwa kecakapan dan kebiasaan-kebiasaan itu terbentuk pada tahap-tahap pertama dari kehidupan manusia. Oleh karena itu, dapat di katakan bahwa penyesuaian diri itu sebenarnya adalah hasil dari semua pengalaman dan percobaan yang dilalui oleh individu, yang mempengaruhi cara mempelajari berbagai

²¹ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Op.Cit.* h.173

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jalan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dan bergaul dengan orang lain dalam kehidupan sosial.

3) Hendaknya dapat menerima dirinya.

Pandangan individu terhadap dirinya merupakan faktor terpenting yang mempengaruhi tingkah lakunya. Apabila pandangan tersebut baik, penuh dengan kelegaan, hal itu akan mendorongnya untuk bekerja dan menyesuaikan diri dengan anggota masyarakat dan akan membawanya pada kesuksesan. Orang yang tidak menerima dirinya akan berhadapan dengan keadaan frustrasi yang menjadikannya merasa tidak berdaya dan gagal, sehingga tingkat penyesuaian sosialnya buruk. Hal itu akan mendorongnya pada sikap menyendiri dan bermusuhan.

4) Kelincahan.

Yang dimaksud dengan kelincahan disini adalah, orang yang kaku atau tidak lincah tidak dapat menerima perubahan yang terjadi atas dirinya, oleh karena itu penyesuaian dirinya pun terganggu.²²

2. Masa Pubertas

a. Pengertian Masa Pubertas

Masa pubertas (*puberty*) adalah masa kematangan fisik yang cepat yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh yang terjadi terutama selama masa remaja awal.²³

Masa pubertas juga merupakan suatu tahap perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi.

²² Alex Sobur. *Op.cit.* h.537

²³ John W.Santrock. *Loc. Cit.*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tahap ini disertai dengan perubahan-perubahan dalam pertumbuhan somatis dan perspektif psikologis.²⁴ Masa pubertas disebut juga sebagai masa bangkitnya kepribadian ketika minatnya lebih ditujukan kepada perkembangan pribadi sendiri. Pribadi itulah yang menjadi pusat pikirannya.²⁵

Jadi dapat disimpulkan bahwa masa pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terutama terjadi selama masa remaja awal.

b. Ciri-ciri Masa Pubertas.

Menurut Hurlock ciri-ciri masa pubertas adalah :

1) Masa puber adalah periode tumpang tindih.

Masa puber harus dianggap sebagai periode tumpang tindih karena mencakup tahun-tahun akhir kanak-kanak dan tahun-tahun awal masa remaja.

2) Masa puber adalah periode yang singkat

Dibandingkan dengan banyaknya perubahan yang terjadi didalam maupun diluar tubuh masa puber adalah periode yang singkat, sekitar dua sampai empat tahun.

3) Masa puber dibagi dalam tahap-tahap

Meskipun masa puber relatif merupakan periode yang singkat dalam rentang kehidupan, namun biasanya dibagi beberapa tahap.

²⁴ Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga. 1980. h.184

²⁵ Zulkifli L. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2005. h.70

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a) Tahap prapuber.

Tahap ini bertumpang tindih dengan satu atau dua tahun terakhir masa kanak-kanak pada saat anak dianggap sebagai prapuber yaitu bukan lagi seorang anak tetapi belum juga seorang remaja. Ciri-ciri seks sekunder mulai tampak tetapi organ-organ reproduksi belum sepenuhnya berkembang.

b) Tahap puber.

Tahap ini terjadi pada garis pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja, saat dimana kriteria kematangan seksual muncul, ciri-ciri seks sekunder mulai berkembang dan sel-sel diproduksi dalam organ-organ seks.

c) Tahap pascapuber

Tahap ini bertumpang tindih dengan tahun pertama atau kedua masa remaja. Selama tahap ini, ciri-ciri seks sekunder telah berkembang baik dan organ-organ seks mulai berfungsi secara matang.

4) Masa puber merupakan masa pertumbuhan dan perubahan yang pesat.

Masa puber adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok dalam proporsi tubuh.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5) Masa puber merupakan masa negatif.

Charlthe Buhler menamakan masa puber fase negatif, istilah fase menunjukkan periode yang berlangsung singkat, negatif berarti bahwa individu mengambil sikap “anti” terhadap kehidupan atau kelihatannya kehilangan sifat-sifat baik yang sebelumnya sudah berkembang.²⁶

Terdapat bukti bahwa sikap dan perilaku negatif merupakan ciri dari bagian awal masa puber dan yang terburuk dari fase negatif ini akan berakhir bila individu segala seksual menjadi matang. Juga terdapat bukti bahwa perilaku khas dari “fase negatif” masa puber lebih menonjol pada anak perempuan dari pada anak laki-laki.²⁷

c. Karakteristik Umum Masa Pubertas.

Masa remaja seringkali dikenal dengan nama mencari jati diri, ini terjadi karena masa remaja merupakan peralihan kehidupan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Ditinjau dari segi fisiknya, mereka sudah bukan anak-anak lagi melainkan seperti orang dewasa, tetapi jika mereka diperlakukan sebagai orang dewasa ternyata belum dapat menunjukkan sikap dewasa.

Oleh karena itu ada sejumlah sikap yang sering ditunjukkan oleh remaja, yaitu sebagai berikut :

1) Kegelisahan

Sesuai dengan fase perkembangannya, remaja mempunyai banyak idealisme, angan-angan, atau keinginan yang hendak diwujudkan di

²⁶Elizabeth B.Hurlock. *Op.cit.* h.187

²⁷*Ibid.* h.184

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

masa depan. Namun, sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu. Seringkali angan-angan dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya.

2) Pertentangan.

Sebagai individu yang sedang mencari jati diri, remaja berada pada situasi psikologis antara ingin melepaskan diri dari orang tua dan perasaan masih belum mampu untuk mandiri, oleh karena itu remaja sering mengalami kebingungan karena sering terjadi pertentangan pendapat antara mereka dengan orang tua.

3) Keinginan mencoba hal baru.

Pada umumnya, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, karena didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin berpetualang, menjelajah segala sesuatu, dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Selain itu didorong juga oleh keinginan ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa.²⁸

d. Perubahan Fisik Masa Pubertas.

Hurlock mengatakan selama pertumbuhan pesat masa puber, terjadi empat perubahan yaitu :

1) Perubahan ukuran tubuh.

²⁸ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Op.cit.* h.16

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perubahan fisik pertama pada masa puber adalah perubahan ukuran tubuh dalam tinggi dan berat badan. Diantara anak perempuan rata-rata peningkatan pertahun dalam tahun sebelum *menarche* adalah 3 inci, tetapi peningkatan itu bisa juga terjadi dari 5 sampai 6 inci.

2) Perubahan proporsi tubuh

Daerah-daerah tubuh tertentu yang tadinya terlampau kecil sekarang menjadi besar karena kematangan tercapai lebih cepat dari daerah-daerah lain. Ini tampak jelas pada hidung, kaki dan tangan. Badan yang kurus dan panjang mulai melebar dibagian pinggul dan bahu, dan ukuran pinggang berkembang. Tidak lama sebelum masa puber, tungkai kaki lebih panjang dari pada badan dan keadaan ini bertambah sampai sekitar usia 15 tahun. Pola yang sama terjadi pada pertumbuhan lengan, yang pertumbuhannya mendahului pertumbuhan pesat badan sehingga tampak terlalu panjang.

3) Ciri-ciri seks primer

Remaja yang memasuki masa pubertas ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan iri-ciri seks primer yaitu organ seks. Pada periode tersebut organ seks mulai menjalankan fungsinya. Memasuki masa remaja alat kelamin mulai berfungsi, yaitu saat pertama kali anak laki-lakai mengalami mimpi basah dan pada anak perempuan saat pertama sekali mengalami *menarche* (menstruasi). Alat kelamin yang mulai berfungsi akan disertai dengan kematangan organ seksual selama masa pubertas.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Remaja kurang menerima perubahan yang terjadi pada organ seksualnya, hal ini bisa disebabkan karena kurangnya informasi dari guru dan orang tua mengenai perubahan yang terjadi selama masa pubertas seperti rasa sakit yang dialami oleh remaja perempuan pada waktu menstruasi, kecemasan yang dialami oleh remaja laki-laki pada waktu mimpi basah dan lain sebagainya.

4) Ciri-ciri seks sekunder.

Salah satu sumber keprihatinan remaja pada masa pubertas adalah mengenai perkembangan ciri-ciri seks sekunder misalnya, kulit, rambut dan suara. Remaja sulit menerima perubahan yang terjadi pada dirinya karena penampilan yang diinginkan tidak sesuai dengan keadaan yang terjadi pada dirinya.²⁹

Pada masa remaja kulit menjadi kasar, warna kulit menjadi gelap, kulit pucat dan pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak atau yang memproduksi minyak dalam kulit semakin membesar dan menjadi lebih aktif sehingga menimbulkan jerawat.

e. Perubahan Psikologis Pada Masa Pubertas.

1) Perubahan kemampuan intelektual

Pesatnya kemampuan intelektual remaja akan terjadi pada saat usia 11 hingga 15 tahun. Biasanya mereka terdorong memahami dunia luar, mengembangkan atau mengorganisasikan ide-idenya. Bukti pesatnya perkembangan kognitif remaja ditunjukkan dengan perubahan mental, seperti belajar, daya ingat, berfikir dan bahasa.

2) Perubahan Emosi.

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan (*strum und drang*), suatu masa yang ditandai dengan ketegangan emosi yang tinggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan

²⁹Elizabeth B.Hurlock. *Op.cit.* h.188

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kelenjar. Pertumbuhan pada tahun-tahun awal masa puber terus berlangsung walau berjalan agak lambat.

3) Perubahan perilaku sosial.

Salah satu tugas pokok perkembangan dari remaja yang tersulit ialah penyesuaian diri secara sosial dan heteroseksual, seperti meningkatkan pengaruh teman sebaya, perubahan-perubahan perilaku, dan kelompok sosial baru.

4) Perubahan Minat

Meskipun banyaknya minat selama periode masa puber, namun tidak semua minat harus dimiliki oleh remaja, karena hal ini sangat tergantung dengan karakteristik dan kebutuhan remaja itu sendiri.

- a) Minat sosial, minat sosial tergantung kesempatan yang diperoleh remaja untuk mengembangkan minat sosial dan kepopulerannya dalam kelompok.
- b) Minat rekreasi, remaja cenderung aktivitas rekreasi yang menuntut banyak tenaga dan sifatnya pasif, kini pola aktivitasnya beralih menjadi bentuk rekreasi baru dan lebih matang.
- c) Minat penampilan diri, hampir seluruh remaja menaruh minat pada penampilan diri, minat penampilan diri itu ditunjukkan dengan minat terhadap penampilan fisik tubuh, daya tarik, jenis pakaian, perhiasan dan kerapian.
- d) Minat pada pakaian, karena penyesuaian pribadi dan sosial dipengaruhi teman sebaya mengenai pakaian, maka sebagian besar dari remaja berusaha menyesuaikan diri terhadap pakaian yang dikehendaki kelompok.
- e) Minat uang, cepat atau lambat semua remaja akan menemukan bahwa uang merupakan kunci dari kebebasannya.
- f) Minat kemandirian, keinginan kuat untuk mandiri sudah banyak berkembang sejak remaja awal mencapai puncak menjelang remaja akhir, kondisi ini sering menimbulkan perselisihan dengan orang tuanya ataupun orang dewasa lainnya.
- g) Minat seks dan perilaku seks, meningkatnya minat seksual membuat remaja selalu berusaha mencari lebih banyak informasi mengenai seks. Hanya sedikit remaja yang memperoleh informasi tentang seksual dari orang tuanya.³⁰

Faktor lain yang menyebabkan tingginya emosi remaja, karena adanya tekanan sosial, menghadapi kondisi dan lingkungan baru, dan kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan dan lingkungan baru tersebut. Tidak semua remaja masa badai dan tekanan, namun

³⁰Herri Zan Pieter dan Namora Lumongga. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.2010.h.169

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sebagian besar remaja mengalami masa badai tersebut dengan ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

Menurut Gesell (dalam Juntika Nurihsan dan Mubiar Agustin), remaja 14 tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, emosinya cenderung meledak, dan tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya remaja 16 tahun cenderung mengatakan bahwa mereka tidak punya keprihatinan. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara gerakan amarah yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau bicara, atau dengan suara keras mengkritik orang yang menyebabkan amarah.³¹

f. Bahaya Pada Masa Puber

1) Bahaya fisik

Meskipun sebagian besar anak pada masa puber secara fisik tidak meras normal, namun penyakit yang aktual tidak banyak dialami anak dalam periode ini dibandingkan dengan periode-periode sebelumnya. Bahaya fisik utama masa puber disebabkan kesalahan fungsi kelenjar endokrin yang mengendalikan pertumbuhan pesat dan perubahan seksual yang terjadi pada periode ini.

³¹ Juntika Nurihsan dan Mubiar Agustin. *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama. 2013. h.78

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Bahayapsikologis

Terhadap banyak bahaya psikologis pada masa puber yang akibat panjangnya lebih penting dari pada akibat berlangsungnya. Beberapa bahaya psikologis yang adalah sebagai berikut :

a) Konsep diri yang kurang baik.

Ada banyak hal yang menyebabkan perkembangan konsep diri kurang baik selama masa puber, beberapa diantaranya alasan pribadi dan alasan lingkungan. Anak yang mengembangkan konsep diri kurang baik pada masa remaja cenderung menguatkan konsep tersebut dengan perilaku yang tidak sosial, dan bukan memperbaikinya. Akibatnya, dasar-dasar untuk kompleks rendah diri semakin tertanam.

b) Prestasi Rendah.

Cepatnya pertumbuhan fisik maka tenaga menjadi melemah, ini mengakibatkan kelesahan untuk bekerja dan bosan pada tiap kegiatan yang melibatkan usaha individu.

c) Kurangnya persiapan untuk menghadapi masa puber. Secara psikologis tidak dipersiapkan tentang perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada masa puber, pengalaman akan perubahan itu dapat merupakan pengalaman traumatis.

d) Menerima kondisi tubuh yang berubah. Diantara tugas perkembangan masa puber yang penting adalah menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan. Hanya sedikit

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

anak yang mampu menerima kenyataan ini, sehingga mereka tidak puas dengan penampilannya.³²

3. Gender

a. Pengertian Gender

Gender adalah suatu istilah yang digunakan menggambarkan perbedaan antara laki-laki dan perempuan secara sosial. Menurut Oakley, dikutip dari fakih dalam buku Dwi Narwoko dan Bagong Suyanto, Gender adalah pembagian laki-laki dan perempuan yang dikonstruksi secara sosial maupun kultural.³³

Istilah *sex* (jenis kelamin) mengacu pada dimensi biologis seseorang sebagai laki-laki atau perempuan, istilah **gender** mengacu pada dimensi sosial-budaya seseorang sebagai laki-laki dan perempuan. sedikit sekali aspek dari pengembangan remaja yang lebih mendasari identitas diri mereka dan hubungan sosial mereka daripada masalah gender. Salah satu aspek dari gender melahirkan pernyataan khusus: **suatu peran gender (gender role) yang merupakan suatu set harapan yang menetapkan bagaimana seharusnya perempuan dan laki-laki berfikir, bertindak laku, dan berperasaan.**³⁴

³²Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Yogyakarta : Erlangga. 2004.h.196-199

³³J. Dwi Narwoko dan Bagong Suyanto. *Loc. Cit.*

³⁴ John W. Santrock. *Op. Cit.* h. 365

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Jenis-jenis Layanan Bimbingan dan Konseling

a. Layanan Orientasi

1) Pengertian Layanan Orientasi

Orientasi berarti tatapan ke depan ke arah dan tentang sesuatu yang baru. Hal ini sangat penting berkenaan dengan berbagai kondisi yang ada, peristiwa yang terjadi dan kesempatan yang terbuka dalam kehidupan setiap orang.³⁵

Layanan orientasi dapat diibaratkan sebagai suatu pengalaman para siswa baru atau orang tua siswa terhadap lingkungan sekolah atau pihak lain yang baru dimasuki siswa. Adapun hasil yang diharapkan dari layanan ini adalah siswa mendapatkan kemudahan dalam penyesuaian diri terutama pada pola kehidupan di lingkungan yang baru dimasuki.³⁶

2) Tujuan Layanan Orientasi

a) Tujuan umum

Layanan orientasi berupaya “mengantarkan” individu untuk memasuki suasana atau lingkungan baru. Melalui layanan ini individu mempraktikkan berbagai kesempatan untuk memahami dan mampu melakukan kontak secara konstruktif dengan berbagai elemen suasana baru tersebut. Lebih jauh, individu mampu menyesuaikan diri dan mendapatkan manfaat tertentu dari berbagai sumber yang ada suasana atau lingkungan baru tersebut.

³⁵Prayitno. *L.1-L.9(Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang)*.2004.h. 1

³⁶Suhertina. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru: CV Mutiara Pesisir Sumatra. 2014.h. 118

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b) Tujuan khusus

Tujuan khusus layanan orientasi dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling. *Fungsi pemahaman*, individu memahami berbagai hal yang penting dari suasana baru yang dijumpainya, penyesuaian diri dan perencanaan kegiatan yang bersifat konstruktif dilakukan untuk lebih baik lagi dalam memasuki atau berhubungan dengan suasana baru itu. *Fungsi pencegahan*, dengan pemahaman terhadap elemen suasana baru beserta berbagai keterkaitannya itu, individu yang bersangkutan dapat terhindar dari berbahaya hal-hal negatif yang dapat timbul apabila dia tidak memahaminya. *Fungsi pengembangan dan pemeliharaan*, kemampuan penyesuaian diri dan pemanfaatan secara konstruktif sumber-sumber yang ada situasi, lingkungan dan atau objek-objek baru itu, individu dapat mengembangkan dan memelihara potensi dirinya. *Fungsi pengentasan*, pemahaman dan kemampuan konstruktif ini merupakan jalan bagi pengentasan masalah individu. *Fungsi advokasi*, dalam membela hak-hak diri sendiri.³⁷

b. Layanan informasi

1) Pengertian layanan informasi

Layanan informasi berusaha memahami kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Dalam layanan ini, kepada peserta layanan disampaikan berbagai informasi, informasi itu kemudian

³⁷Prayitno. *Op.cit.* h.3-4

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diolah dan digunakan oleh individu untuk kepentingan hidup dan perkembangannya.³⁸

2) Tujuan

Tujuan layanan informasi adalah dikuasainya informasi tertentu oleh peserta layanan. Informasi tersebut selanjutnya digunakan oleh peserta untuk kepentingan hidupnya sehari-hari dan perkembangan dirinya.

c. Layanan konseling perorangan**1) Pengertian layanan konseling perorangan**

Konseling perorangan merupakan layanan konseling diselenggarakan oleh konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien.

2) Tujuan

Tujuan layanan konseling perorangan memungkinkan siswa mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya.

d. Layanan Bimbingan Kelompok**1) Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam BK. Layanan ini memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai

³⁸*Ibid. h. 2*



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bahan melalui pembahasan alam bentuk kelompok. Dalam layanan ini para siswa yang terlibat dalam kegiatan kelompok dapat diajak untuk bersama-sama membicarakan topik penting yang diharapkan berguna bagi pengembangan siswa.

2) Tujuan

Dalam bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non-verbal ditingkatkan.

e. Layanan Konseling Kelompok

1) Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah layanan perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan, yang mana masalah pribadi ini dibahas melalui suasana kelompok yang intens dan konstruktif diikuti oleh semua anggota kelompok di bawah bimbingan pemimpin kelompok yaitu guru pembimbing yang terdapat di Sekolah tersebut.³⁹

³⁹Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta. Rajawali Pers.2011.h.179

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Gazda, Shertzer & Stone mengemukakan pengertian konseling kelompok yaitu: “konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung”.⁴⁰

Selain itu menurut Juntika Nurishsan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.⁴¹

Layanan konseling kelompok pada hakekatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya. Sehingga lebih saling mempercayai, saling memperlakukan dengan baik, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung antar sesama kelompok dan lingkungan sosialnya.

⁴⁰ Namora Lumongga Lubis. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana. 2011. h. 200

⁴¹ Edi Kurnanto. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta. 2014. h. 7-8

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Prayitno menjelaskan bahwa satu hal yang paling penting dan pokok adalah dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok, yang justru tidak dapat dijumpai dalam konseling perorangan. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi diantara anggota kelompok, permasalahan yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok dicoba diatasi. Lebih jauh Prayitno mengatakan bahwa proses pengentasan masalah individu dalam konseling kelompok mendapatkan dimensi yang lebih luas, dimana klien memperoleh bahan-bahan bagi pengembangan diri dan pengentasan masalahnya baik dari guru pembimbing/konselor maupun rekan-rekan anggota kelompok.⁴²

Berdasarkan beberapa pengertian konseling kelompok diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok merupakan suatu layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah pribadi yang dialaminya melalui dinamika kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

2) Tujuan Konseling Kelompok

Kesuksesan layanan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh sejauh mana keberhasilan tujuan yang akan dicapai dalam layanan konseling kelompok yang diselenggarakan. Secara umum layanan konseling kelompok bertujuan agar berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa.⁴³

⁴²Prayitno, Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:Rineka Cipta. 2009.h.311

⁴³*Ibid.* h.2

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sedangkan tujuan layanan konseling kelompok secara khusus adalah:

- a) Membahas topik yang mengandung masalah aktual, hangat, dan menarik perhatian anggota kelompok.
- b) Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku dalam bersosialisasi/komunikasi.
- c) Terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah bagi individu peserta konseling kelompok yang lain.
- d) Individu dapat mengatasi masalahnya dengan cepat dan tidak menimbulkan emosi.⁴⁴

3) Komponen dalam Layanan Konseling Kelompok

a) Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan kegiatan layanan konseling kelompok. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok, tugas pemimpin kelompok adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. Secara khusus pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok diantara semua peserta dengan seintensif mungkin, yang mengarah kepada pencapaian-pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus dari layanan konseling kelompok.⁴⁵

b) Anggota kelompok

Tidak semua orang atau individu dapat dijadikan anggota konseling kelompok. Agar kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan efektif seorang konselor perlu membentuk

⁴⁴Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta. 2000.h. 50

⁴⁵ Prayitno. *Op.cit.* h.4

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kumpulan individu menjadi sebuah kelompok dengan memperhatikan besarnya jumlah anggota kelompok dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok, karena kedua hal tersebut sangat mempengaruhi kinerja kelompok.

Yalom (dalam Namora Lumongga Lubis) menyebutkan bahwa jumlah anggota pada konseling kelompok terdiri dari 4-12 orang, karena hasil penelitian menunjukkan bahwa apabila jumlah anggota kelompok kurang dari empat orang dinamika kelompok menjadi kurang hidup, sebaliknya bila anggota kelompok lebih dari 12 orang, maka pemimpin kelompok akan kewalahan mengelola kelompok karena jumlah anggota kelompok terlalu besar.⁴⁶

4) Materi Layanan Konseling Kelompok

Materi layanan konseling kelompok mencakup :

- a) Pemahaman dan pengembangan sikap, kebiasaan, bakat, minat, dan penyalurannya.
- b) Pemahaman kelemahan diri dan penanggulungannya, pengenalan kekuatan diri dan pengembangannya.
- c) Perencanaan dan perwujudan diri.
- d) Mengembangkan kemampuan berkomunikasi, menerima/menyampaikan pendapat, bertindak laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah, maupun masyarakat.
- e) Mengembangkan hubungan teman sebaya baik di rumah, di sekolah, dan di masyarakat sesuai dengan kondisi, peraturan materi pelajaran.
- f) Mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar, disiplin belajar dan berlatih, serta teknik-teknik penguasaan materi pelajaran.
- g) Pemahaman kondisi fisik, sosial, dan budaya dalam kaitannya dengan orientasi belajar di perguruan tinggi.
- h) Mengembangkan kecenderungan karir yang menjadi pilihan siswa.
- i) Orientasi dan informasi karir, dunia kerja, dan prospek masa depan.
- j) Informasi perguruan tinggi yang sesuai dengan karir yang akan dikembangkan.

⁴⁶ Namora Lumongga Lubis. *Op.cit.* h.210

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

k) Pemantapan dalam mengambil keputusan dalam rangka perwujudan diri.⁴⁷

5) Tahap-tahap Kegiatan Layanan Konseling Kelompok

Pada kegiatan layanan konseling kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno, bahwa pada umumnya terdapat empat tahapan perkembangan yaitu :

a) Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota. Winkel menjelaskan bahwa tahap ini sebagai peletakan

b) Tahap peralihan

Setelah suasana kelompok terbentuk dan dinamika kelompok sudah mulai tumbuh, kegiatan kelompok hendaknya dibawa lebih jauh oleh pemimpin kelompok menuju ke kegiatan kelompok yang sebenarnya, untuk itu perlu diselenggarakan tahap peralihan.

c) Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan kelompok, maka aspek-aspek yang menjadi isi dan pengiringnya cukup banyak, dan masing-masing aspek tersebut perlu mendapat perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. Kegiatan pada tahap ketiga ini

⁴⁷Dewa Ketut Sukardi. *Op.cit.* h. 51

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendapatkan alokasi waktu yang terbesar dalam keseluruhan kegiatan kelompok. Pada tahap kegiatan Winkel membaginya kedalam tiga tahapan, yaitu penjelasan masalah, penggalian latar belakang masalah, penyelesaian masalah.⁴⁸

d) Tahap pengakhiran

Pada tahap ini kegiatan suatu kelompok tidak dapat berlangsung terus menerus tanpa berhenti. Setelah kegiatan kelompok memuncak pada tahap ketiga, kegiatan kelompok ini kemudian menurun, dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatannya pada saat yang dianggap tepat. Pada tahap penutup ini, Winkel menjelaskan bahwa masing-masing anggota kelompok mengemukakan pengalamannya selama pertemuan-pertemuan dan menyatakan dalam hal apa dia merasa puas dan masih ingin memperdalam sendiri (evaluasi terhadap kelompok dan diri sendiri).

Mengenal frekuensi pertemuan kegiatan konseling kelompok, Prayitno mengungkapkan bahwa pokok perhatian utama bukanlah pada berapa kali kelompok bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa banyaknya pertemuan kegiatan konseling kelompok adalah tergantung pada sampai sejauh mana tujuan dan harapan yang ada dapat diraih dengan maksimal, baik kepada para siswa yang

⁴⁸ Winkel, Sri Hatuti. *Op Cit.* h.599

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjadi anggota kelompok maupun konselor/guru bimbingan konseling sebagai pemimpin kelompok.

Dengan tata pelaksanaan yang telah dirancang sebelumnya, diharapkan layanan konseling kelompok dapat berjalan secara efektif sehingga tujuan yang diharapkan dapat dicapai dengan optimal. Konselor/guru bimbingan konseling dapat memberikan layanan koonseling kelompok kepada para siswa yang terlibat dalam masalah-masalah, dimana dengan pemberian layanan konseling kelompok tersebut para anggota kelompok yang mempunyai masalah menjalani berbagai kegiatan yang telah dirancang sebelumnya untuk dapat mengidentifikasi penyebab dan akibat masalah yang terjadi, serta dapat merumuskan solusi pemecahan yang terbaik oleh para anggota kelompok itu sendiri, tentunya dengan arahan dan bantuan dari pemimpin kelompok/guru bimbingan konseling. Dengan demikian, para anggota kelompok tersebut dapat memperbaiki masalah-masalah yang dialaminya dan kembali menjadi pribadi yang sehat, menyenangkan, serta mampu bersosialisasi dengan normal terhadap orang-orang yang ada disekelilingnya.

Konseling kelompok merupakan tempat bersosialisasi dengan anggota kelompok dinamika masing-masing anggota kelompok akan memahami dirinya dengan baik. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya, selain itu dalam layanan konseling kelompok ketika dinamika kelompok sudah dapat tercipta dengan baik ikatan batin yang terjalin antar kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara mereka sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya sendiri.

Konseling kelompok sebagai layanan yang dipandang mempunyai kontribusi yang penting bagi kelompok dan sangat membantu siswa untuk meningkatkan penyesuaian diri. Corey menerangkan bahwa kesempatan untuk mengekspresikan perasaan. Konflik dan merealisasikan bahwa mereka senang berbagi perhatian dalam kelompok.

Berdasarkan beberapa jenis layanan yang terdapat dalam Bimbingan dan Konseling, jenis layanan yang sesuai untuk membantu mengetahui Perbedaan Penyesuaian Diri Siswa dalam Menghadapi Masa Pubertas berdasarkan Gender dan peran Guru Bimbingan Konseling di SMP N 1 Singingi adalah Layanan Konseling Kelompok.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan digunakan sebagai suatu perbandingan didalam sebuah penelitian. Penelitian relevan juga bermaksud untuk menghindari manipulasi terhadap suatu karya ilmiah serta sekaligus berguna menguatkan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian yang sedang dilakukan penulis. Penelitian terdahulu yang relevan dengan judul penulis diantaranya:

1. Yossy Vaula (2014), Pelaksanaan Layanan Informasi Bagi Siswa yang Mengalami Masa Pubertas di SMPN 10 Pekanbaru. Dengan teknik Analisa deskriptif kualitatif, hasil penelitiannya Menunjukkan bahwa guru Bk di SMPN 10 Pekanbaru menggunakan layanan informasi bagi siswa yang mengalami masa pubertas, guru Bk menggunakan metode ceramah dan tanya jawab dalam pelaksanaan layanan informasi, dan adanya kerjasama guru Bk dengan narasumber dari luar yaitu dinas kesehatan, selanjutnya guru Bk melakukan tindak lanjut dari layanan yang telah dilaksanakan dengan cara memberikan penguatan kepada siswa.
2. Lilis Suryani (2013), Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas di MTSN Langsung Kab.Pasaman. teknik Analisa data menggunakan teknik Analisa Persentase. Sedangkan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persentase penyesuaian diri remaja terhadap perubahan fisik (31,14%) dan persentase penyesuaian diri remaja terhadap perubahan psikologis (35,47%), hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas berada pada kategori kurang baik. Perubahan ini meliputi ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, ciri-ciri seks primer dan seks sekunder.
3. Fiqoh Handayani (2015), Pelaksanaan Layanan Konseling Individual dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa di SMA Babussalam Pekanbaru. Variabel penelitiannya yaitu Layanan Konseling Individual dan penyesuaian

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Diri, dengan Analisa deskriptif kualitatif. Hasil penelitiannya menunjukkan Pelaksanaan layanan konseling individual dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa di SMA Babussalam Pekanbaru tergolong cukup baik namun guru BK harus tetap meningkatkan kemampuan dalam meningkatkan layanan. Faktor yang mempengaruhi pelaksanaan layanan konseling individual seperti latar belakang pendidikan, siswa asuh, keterbukaan klien, pengalaman, sarana dan prasarana.

C. Konsep Operasional

Konsep operasional ini merupakan suatu konsep yang digunakan untuk memberikan batasan terhadap konsep teoritis, hal ini diperlukan agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam penafsiran penulisan ini. Seperti yang telah dikemukakan diawal bahwa penelitian ini berkenaan dengan perbedaan penyesuaian diri dalam menghadapi masa pubertas berdasarkan gender : kajian pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Singingi.

Penyesuaian Diri dalam masa Pubertas

Penyesuaian diri dalam menghadapi masa pubertas dalam kajian ini adalah kemampuan individu (siswa) dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi dalam hidupnya, untuk mempertemukan tuntutan diri dengan lingkungan agar tercapai keadaan atau tujuan yang diharapkan oleh diri sendiri dan lingkungannya selama masa pubertas.

Dalam penelitian ini siswa dikatakan mampu dalam menyesuaikan diri apabila, berdasarkan indikator dibawah ini:

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Siswa dapat mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya dalam bentuk perilaku yang positif.
2. Siswa memiliki gambaran yang positif tentang dirinya sendiri melalui penilaian pribadi maupun orang lain.
3. Siswa memiliki hubungan sosial yang baik dengan semua orang yang ada dilingkungannya
4. Siswa mampu mengatasi stres, mengontrol emosional dan kecemasannya.
5. Siswa memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri
6. Siswa sepenuhnya sadar akan dirinya, menyadari kekurangan dan kelebihan, serta mampu berperilaku sesuai dengan kondisi diri.

D. AsumsidanHipotesis**1. Asumsi**

Asumsi adalah pernyataan yang kebenarannya tidak perlu diuji lagi di lapangan. Asumsi yang mendasarakan ini adalah, ada perbedaan penyesuaian diri siswa dalam menghadapi masa pubertas berdasarkan gender dan peran guru bimbingan konseling di SMP Negeri 1 Singingi.

2. Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan yang kebenarannya masih perlu diuji di lapangan. Secara sederhana hipotesis sering diartikan jawaban sementara.

Ha: Terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa dalam menghadapi masa pubertas berdasarkan gender dan peran guru Bimbingan Konseling di SMP Negeri 1 Singingi.

Ho: Tidak terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa dalam menghadapi masa pubertas berdasarkan gender dan peran guru Bimbingan Konseling di SMP Negeri 1 Singingi.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.