

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pada hakikatnya, manusia merupakan pribadi yang utuh, khas dan memiliki sifat-sifat sebagai makhluk individu. Dalam kehidupannya terdapat kebutuhan yang diperuntukan bagi kepentingan pribadinya, kebutuhan pribadi ini meliputi kebutuhan fisik dan kebutuhan sosio-psikologis yang harus dipenuhi oleh setiap individu. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Allport (dalam Gerungan 2004:58) tentang kepribadian manusia yang dirumuskan sebagai berikut “Kepribadian adalah organisasi dinamis dari sistem psiko-fisik dalam individu yang turut menentukan cara-cara yang khas dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya”. Berdasarkan pengertian tentang kepribadian maka penyesuaian diri sangat perlu ditanamkan pada diri setiap individu. Apabila individu mampu menyesuaikan diri maka individu tersebut akan mudah diterima dilingkungannya dan hubungan sosialnya akan baik.

Manusia sejak dilahirkan akan berhadapan dengan lingkungan yang menuntutnya untuk menyesuaikan diri. Penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia diawali dengan penyesuaian secara fisiologis, yang dikenal dengan adaptasi. Sejak kecil individu belajar bertingkah laku, tingkah laku yang berhasil dalam memenuhi kebutuhannya berarti dapat menyesuaikan diri dan mengalami keseimbangan. Sebagaimana yang dikemukakan Lazarus (dalam Hastuti, 2008:66), *adjustment involves a reaction of the person to demand imposed upon him*. Maka, penyesuaian diri termasuk reaksi seseorang karena adanya tuntutan

yang dibebankan pada dirinya. Demikian pula pendapat Thorindike dan Hogen yang disitir oleh Mustafa Fahmi (dalam Hastuti, 2008:66). yakni penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk mendapatkan ketentraman secara internal dan hubungannya dengan dunia sekitarnya. Uraian tersebut, bila tak ada reaksi akan terasa beban dan tidak mendapat ketentraman batin. (dalam Sundari, 2005:39).

Maka, dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk bereaksi karena tuntutan dalam memenuhi dorongan atau kebutuhan dan mencapai ketentraman batin dalam hubungannya dengan sekitar.

Ahli Psikologi mendefinisikan penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai usaha individu dalam mengatasi kebutuhan, ketegangan, frustrasi serta konflik dan tercapainya keharmonisan antara tuntutan diri dan lingkungan dengan melibatkan proses mental dan perilaku. Jadi dalam penyesuaian diri (*adjustment*) terdapat dua bentuk proses, yaitu proses mental/psikologis dan perilaku.

Penyesuaian diri bersifat relatif, karena tidak ada orang yang mampu menyesuaikan diri secara sempurna. Alasan pertama penyesuaian diri bersifat relatif adalah melibatkan kapasitas seseorang dalam mengatasi tuntutan dari dalam dan dari lingkungan. Kapasitas ini bervariasi antara setiap orang, karena berkaitan dengan kepribadian dan tingkat perkembangan seseorang. Kedua adalah karena kualitas penyesuaian diri bervariasi antara satu masyarakat atau budaya dengan masyarakat atau budaya lainnya. Dan terakhir adalah karena adanya perbedaan-perbedaan pada setiap individu, setiap orang mengalami masa naik dan turun dalam penyesuaian diri.

Penyesuaian diri (adjustment) yang dilakukan manusia sepanjang hayat. Pada dasarnya manusia ingin mempertahankan eksistensinya, sejak lahir berusaha memenuhi kebutuhannya yaitu kebutuhan fisik, psikis dan sosial. Sejak kecil individu belajar bertingkah laku, tingkah laku yang berhasil dalam memenuhi kebutuhannya berarti dapat menyesuaikan diri dan mengalami keseimbangan. Orang yang mampu menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitarnya dengan baik, belum tentu bisa dikatakan sebagai sehat secara mental. Kesehatan mental tidak hanya sekedar dilihat dan diukur dari derajat penyesuaian diri yang tinggi saja, tapi masih ada hal lain yang perlu diperhatikan, seperti misalnya nilai-nilai kebaikan yang dihidupi oleh orang yang bersangkutan.

Penyesuaian diri sebagai aspek penting yang sangat dibutuhkan manusia dalam kehidupannya harus bisa dilakukan dengan baik oleh siapa saja dan dimana saja karena penyesuaian diri adalah syarat utama bagi keharmonisan dalam kehidupan manusia. Penyesuaian diri juga merupakan aspek penting dalam pencapaian tahapan-tahapan perkembangan yang dialami manusia secara lebih matang. Untuk itu kemampuan menyesuaikan diri yang baik harus dimiliki oleh setiap individu dari manusia.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMA Prasetya kota Gorontalo. Diperoleh data sebanyak 40% siswa SMA Prasetya Kota Gorontalo memiliki penyesuaian diri yang rendah. Adapun gejala yang nampak yaitu penerimaan diri yang rendah, belum dapat mengontrol emosi, mengatasi rasa inferiority, self concept negatif, kurangnya pengendalian diri, rendahnya minat sosial dan minat terhadap pendidikan, kurang bersahabat dengan lingkungan, serta kurang

penerimaan terhadap orang lain. Penulis juga menemukan karakteristik yang menunjukkan bahwa sebagian remaja di SMA Praseya Kota Gorontalo cenderung mempunyai sifat yang sama, yaitu inferior, rendah diri, kaku dalam bergaul, merasa takut dan cemas, suka bersitegang, kurang percaya diri dan lebih suka sendirian. Contohnya, ada siswa yang cenderung memiliki sifat rendah diri, tertutup dan merasa takut, yang bersangkutan merasa malu karena menganggap bahwa dirinya terjelek di antara teman-temannya. juga merasa takut selama berada di sekolah, dirinya menganggap semua temannya sadis karena suka mengganggunya. Banyak di antara mereka yang suka bersitegang, seperti suka mengganggu teman, saling mengejek dan bertengkar. Misalnya, siswa yang tidak percaya diri, merasa bahwa dirinya mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain, cenderung menjadi pendiam dan pemalu.

Dengan memperhatikan kondisi tersebut maka, hal ini merupakan masalah dalam penyesuaian diri, apabila masalah ini tidak segera diatasi akan berakibat fatal bagi individu yang tidak dapat dipungkiri masalah yang timbul yaitu individu tersebut tidak dapat menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungannya. Atas dasar inilah dilakukan penelitian dengan merumuskan judul “**Analisis Tentang Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa SMA Prasetya Kota Gorontalo**”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut :

1. Kemampuan penyesuaian diri siswa rendah
2. Kurangnya pengendalian diri, rendahnya minat sosial dan minat pendidikan.
3. kurang bersahabat dengan lingkungan serta kurang penerimaan terhadap orang lain.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian identifikasi masalah maka permasalahan penelitian ini adalah : Bagaimana kemampuan penyesuaian diri siswa SMA Prasetya Kota Gorontalo?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan penyesuaian diri siswa SMA Prasetya Kota Gorontalo.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari hasil penelitian ini adalah:

- a. Memberikan kontribusi berupa informasi kepada guru BK di sekolah tentang kemampuan penyesuaian siswa di sekolah, khususnya pada jenjang pendidikan sekolah menengah atas.
- b. Untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling.

