**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Penyesuaian diri pada peserta didik diperlukan karena terdapat banyak peserta didik yang tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidak-mampuan dalam menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, dan dalam masyarakat pada umumnya. Tajiri, (2012:51) menyebutkan bahwa “tidak jarang ditemui peserta didik yang mengalami stres dan depresi disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi penuh tekanan”.

Semua peserta didik secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan, agar dapat bertahan dalam keadaan yang berbeda dari sebelumnya. Namun pada kenyataannya, banyak peserta didik yang gagal dalam penyesuaian diri karena belum tentu tahu apa yang dinamakan dengan proses penyesuaian diri, selain itu peserta didik tidak memiliki konsep penyesuaian diri dan tidak melakukan penyesuaian diri dengan baik. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kehidupan peserta didik dalam menghadapi segala tantangan dan perubahan-perubahan yang akan terjadi nanti.

Selama periode penyesuaian diri itu, ada masa dimana peserta didik tidak dapat begitu saja dilepaskan pada pengaruh luar, sehingga dibentuklah usaha dalam cara mengatur pengaruh luar itu dengan sebaik-baiknya, disesuaikan dengan sifat-sifat kodrat anak didik yang dikenal dengan nama sekolah.

Pengalaman-pengalaman pahit dan manis menjadi suatu pelajaran bagi usaha penyesuaian diri. Agar peserta didik pada usia selanjutnya mampu mengadakan penyesuaian diri secara layak dan sehat, maka harus memiliki kecakapan dasar dalam penyesuaian diri. Pendidik berkewajiban melatih peserta didik menyadari kemampuannya, mengadakan penyesuaian diri terhadap pengaruh dan tuntutan luar melalui cara yang benar agar dapat hidup dengan harmonis.

1

Peserta didik yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuain diri yang buruk. Individu ini tidak memiliki ketertarikan untuk berpartisipasi dengan aktivitas dilingkungannya serta tidak mampu untuk mengekspresikan diri mereka sendiri, sedangkan bentuk penyesuaian akan dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai nilai-nilai yang berlaku di masyarakat.

Sesuai dengan pendapat yang diungkapkan oleh Fatimah, (2010:194) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan “suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjalin hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya”.

Penyesuaian diri dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan pikiran dan perilakunya sesuai kriteria sosial dan hati nuraninya untuk mengatasi hambatan dan rintangan yang terjadi pada proses penyesuaian dirinya, sehingga ia dapat mengambil manfaat dan mendapatkan kepuasan dari setiap usaha dan perilaku yang ditampakkannya. Sebaliknya, individu dikatakan mengalami hambatan penyesuaian diri apabila ia tidak memiliki kemampuan mengendalikan pikiran dan perilakunya dalam mengatasi hambatan dan rintangan yang dihadapi sehingga ia tidak dapat mengambil manfaat dari apa yang telah diusahakannya, bahkan perilakunya cenderung tidak sesuai dengan kriteria sosial dan tidak mendatangkan kepuasan.

Banyak kasus terjadi di kalangan remaja yang cenderung merupakan perilaku menyimpang siswa yang disebabkan oleh kurangnya kontrol diri Apabila remaja yang berada pada masa transisi mampu mengontrol diri, tentu saja remaja akan dapat menjalani kehidupannya dengan tentram dan dapat diterima oleh lingkungannya. Keadaan sebaliknya apabila remaja tidak dapat mengontrol diri maka remaja tersebut akan cenderung melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat. Sebab, dengan kontrol diri yang dimilikinya tersebut dengan sendirinya pula akan mampu mengendalikan segala tindakan untuk memenuhi kebutuhan dirinya dengan mempertimbangkan manfaat dan tujuannya, bukan hanya untuk mencari kesenangan saja sebagaimana banyak terjadi di kalangan siswa di sekolah.

Penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Haryati (2017:54) mengungkapkan bahwa:

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah terdapat *korelasi rendah* yaitu sebesar 0,29 antara data disiplin belajar dengan prestasi belajar siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa: Terdapat Hubungan antara Disiplin Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI di SMA Negeri 10 Kota Jambi, dengan kriteria hubungan yang jelas tetapi kecil.

Hasil ini menjelaskan bahwasannya kontrol diri siswa berpengaruh terhadap prilaku disiplin siswa dalam belajar yang mana hal itu berhubungan dengan prestasi belajar yang diraih oleh siswa di sekolah.

Hasil penelitian yang dilakukan alumni pada Program Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi, yaitu: Pratama, A (2015:48) membuktikan bahwa “terdapat hubungan yang memadai antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Kota Jambi dengan nilai korelasi yang diperoleh sebesar 0,44 berada pada korelasi sedang”.

Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik, tentunya diperlukan suatu keterampilan yang dapat menunjangnya, hasil penelitian Wansyah,R (2014:48) membuktikan bahwa “dengan nilai korelasi yang diperoleh sebesar 0,46, terbukti bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan memadai antara keterampilan sosial dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 19 Kota Jambi”.

Hasil penelitian terdahulu yang telah dilakukan sebelumnya dan dianggap relevan dengan penelitian ini telah membuktikan bahwa kemampuan kontrol diri dan kemampuan menyesuaikan diri bagi siswa dapat memberikan pengaruh positif terhadap hubungan sosial siswa dan membantu siswa dalam proses pembelajarannya di sekolah untuk mencapai tujuan belajar yang lebih memuaskan.

Pengamatan yang dilakukan penulis saat melakukan kegiatan PLKPS di lingkungan SMP Adhyaksa Kota Jambi, diperoleh hasil yang memperlihatkan bahwa terdapat siswa kelas VIII yang memiliki kontrol diri yang kurang baik. hal ini diperlihatkan dengan cara berbicara siswa dengan temannya. Selain itu, perilaku yang menunjukan kurang baiknya kontrol diri siswa dalam bertingkah laku diperlihatkan dengan perilaku yang sering saling mengejek antar siswa bahkan sampai terjadi perkelahian karena disebabkan hal tersebut.

Berkaitan kurangnya kontrol diri yang kurang baik pada perilaku siswa, juga diperlihatkan dengan bentuk pelanggaran disiplin yang dilakukan oleh siswa, seperti membolos atau berada di kantin sekolah saat proses pembelajaran sedang berlangsung di kelas.

Kurang mampunya siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa dalam menyesuaikan diri diperlihatkan dengan fenomena lapangan menunjukan bahwa masih adanya siswa kelas VIII yang kurang berhasil dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolah. Hal ini terlihat dengan adanya siswa yang menyendiri /terisolasi, dan tidak memiliki teman.

Hal lain yang terlihat adalah dari siswa tersebut adalah kurang terampil dalam mengeluarkan pendapat atau gagasan, kurang mampu menjalin komunikasi yang baik, tidak mau menerima kritikan dan saran yang diberikan teman, belum bisa menjalin dan mempertahankan hubungan pertemanan yang baik di lingkungan sekolah, serta bertindak tidak sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah.

Siswa kelas VIII di SMP berada pada masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa. Pada masa ini, perasaan mereka lebih peka, sehingga menimbulkan jiwa yang sensitif dan peka terhadap diri dan lingkungannya. Siswa menjadi seseorang yang sangat mempedulikan dirinya sendiri sehingga tidak menyukai hal-hal yang menggangu dirinya sehingga menghambat proses penyesuaian diri siswa di lingkungan tempatnya berada.

Sesungguhnya dalam diri setiap individu siswa memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku. Mekanisme yang dimaksud adalah kontrol diri. Menurut Mahoney & Thoresen dalam Ghufron & Risnawita, (2010:22), kontrol diri merupakan “jalinan yang secara utuh (*intergrative*) yang dilakukam individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi”.

Kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Peserta didik yang memiliki kontrol diri yang tinggi, kemungkinan akan mampu mengontrol dan mengarahkan perilakunya.

Peserta didik tersebut pada umumnya masih dapat mengontrol dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya. Sedangkan peserta didik yang memiliki kontrol diri rendah, kemungkinan cenderung tidak mampu melepaskan diri dari dorongan untuk melakukan hal-hal yang negatif.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, kemampuan mengontrol diri peserta didik termasuk dalam bidang bimbingan pribadi. Guru pembimbing dapat memberikan layanan yang sesuai sebagai usaha peningkatan kontrol diri siswa untuk mengantisipasi terjadinya perilaku yang tidak diinginkan. Siswa yang tidak mampu mengontrol dirinya akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi atau diterima oleh lingkungan. .

Penjabaran di atas menjelaskan betapa pentingnya kamampuan mengontrol diri dan menyesuaikan diri bagi seorang siswa di sekolah. Dengan memiliki kemampuan tersebut, maka siswa diharapkan lebih mampu untuk menjaga perilaku sehingga mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan. Disinilah letak pentingnya penelitian ini untuk dilakukan.

Bedasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka penulis merasa sangat tertarik untuk mengangkat permasalahan dalam suatu penelitian yang berjudul: **Hubungan Kontrol Diri dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi.**

1. **Batasan Masalah**

Mengingat luasnya aspek-aspek cakupan variabel penelitian, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi hanya pada:

1. Aspek kontrol diri terdiri dari: a).kontrol perilaku, b).kontrol kognitif dan c).kemampuan mengontrol keputusan (Ghufron & Risnawita:2010)
2. Aspek-aspek penyesuaian diri terdiri dari: aspek a). *Recognition dan b) Participation* (Schneider dalam Fatimah, 2010:208)
3. Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi Tahun Ajaran 2016/2017.
4. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kualitas dari kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi?
2. Bagaimanakah kualitas penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi?
3. Apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi?
4. **Tujuan Peneilitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas penelitian ini dilakukan dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu:

1. Mengungkapkan kualitas kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi.
2. Mengungkapkan kualitas penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi.
3. Mengungkapkan hubungan kontrol diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi.
4. **Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru, peneliti dan siswa, secara rinci dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Manfaat bagi siswa, Memberikan kesadaran akan pentingnya kontrol diri dan penyesuaian diri terhadap lingkungan untuk dapat berhasil dalam aplikasinya di lingkungan serta berhasil dalam proses belajar mengajar secara optimal.
2. Manfaat bagi guru pembmbing, Dengan penelitian ini sekiranya dapat memberikan bahan pertimbangan bagi guru pembimbing serta guru bidang studi untuk dapat saling bekerja sama dalam usaha mengoptimalkan perkembangan siswa di sekolah.
3. Manfaat bagi peneliti, Diharapkan dapat menambah khasanah dan teoritik pengetahuan bagi peneliti agar menjadi pribadi yang profesional dalam meningkatkan kemampuan konrol diri dan usaha penyesuaian diri pada peserta didik di sekolah.
4. **Anggapan Dasar**

Penelitian ini dilaksanakan dengan adanya asumsi sebagai berikut:

1. Kontrol diri merupakan aspek penting yang dibutuhkan individu sebagai usahanya untuk dapat menjalin hubungan sosial yang baik dalam kehidupan bermasyarakat.
2. Pemahaman diri secara fisik dan sosial bisa membantu siswa dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolah.
3. **Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan rumusan dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: terdapat hubungan yang positif dan berarti antara kontrol diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VIII di SMP Adhyaksa Kota Jambi.

1. **Definisi Operasional**

Agar tidak terjadi kesalahan dalam pemahaman variable penelitian ini maka berikut akan dijelaskan definisi operasional dari judul penelitian:

1. Kontrol yang dimaksud dalam penelitian iini adalah kemampuan seorang individu untuk dapat mengontrol perilaku, kognitif dan mengontrol keputusan dalam kehidupannya sehari-hari.
2. Penyesuaian diri dalam penelitian ini adalah kemampuan seorang individu untuk menghormati dan menerima hak-hak orang lain, sehingga mampu menghindari konflik (*Recognition*), serta mampu untuk melibatkan diri dalam berelasi di lingkungannya (*Participation*), yang ditandai dengan Memiliki simpati terhadap orang lain, rendah hati, dan tidak bersikap egois.
3. **Kerangka Konseptual**

y

Penyesuaian diri

(Schneider dalam Fatimah :

2010)

1. *Recognition*
2. *Participation*

x

Kontrol diri

(Ghufron & Risnawita :

2010)

* Kontrol perilaku
* Kontrol kognitif
* Kontrol keputusan

rxy