

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. HAKIKAT BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Secara etimologi kata bimbingan merupakan terjemahan dari *Guidance* dalam bahasa Inggris, *guidance* berasal dari kata “*guidance*” adalah kata dalam bentuk mashdar (kata benda) yang berasal dari kata kerja “*to guide*” artinya menunjukkan, membimbing atau menuntun orang lain ke jalan yang benar. Jadi kata *guidance* berarti petunjuk, pemberian bimbingan atau pemberian tuntutan kepada orang lain yang membutuhkan.¹

Aqib mengatakan bahwa, “Bimbingan merupakan usaha untuk mencapai kebahagiaan hidup pribadi, kehidupan yang efektif dan produktif dalam masyarakat, dapat hidup bersama dengan individu-individu lain, dan keharmonisan dalam cita-cita individu dengan kemampuan yang dimilikinya”.

Prayitno mendefinisikan bahwa Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seseorang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa; agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan, berdasarkan norma-norma yang berlaku.²

Selanjutnya Sunaryo Kartadinata memberikan pengertian bimbingan adalah proses membantu individu untuk mencapai perkembangan yang optimal. Sedangkan Rochman Natawidjaya mengartikan bimbingan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan bertindak secara wajar, sesuai dengan

¹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2015), h. 3

² Purbatua Manurung, dkk, *Media pembelajaran dan Pelayanan BK*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), h. 65-66

tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya.³

Kata konseling dalam literatur bahasa Arab disebut *al-Irsyad* atau *al-Istisyarah*. Secara etimologi kata Irsyad berarti: *al-Huda, ad-Dalalah*, dalam bahasa Indonesia berarti: petunjuk, sedangkan kata *Istisyarah* berarti: *thalaba minh al-masyurahan-nashihah*, dalam bahasa Indonesia berarti: meminta nasihat, konsultan.⁴

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "sama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami". Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti "menyerah" atau "menyampaikan".

Menurut Jones Konseling adalah kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi sendiri oleh yang bersangkutan, dimana ia diberi bantuan pribadi dan langsung dalam pemecahan masalah itu. Konselor tidak memecahkan masalah untuk klien. Konseling harus ditujukan pada perkembangan yang progresif dari individu untuk memecahkan masalah-masalahnya sendiri tanpa bantuan.

Menurut Maclean konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan tatap muka antara seseorang individu yang terganggu oleh karena

³ Sutirna, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2013), h. 6

⁴ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2017), h. 56-57

masalah-masalah yang tidak diatasinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional, yaitu orang yang telah terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi

Menurut Smith konseling adalah suatu proses dimana konselor membantu konseli membuat interpretasi-interpretasi tentang fakta-fakta yang berhubungan dengan pilihan, rencana atau penyesuaian-penyesuaian yang perlu dibuatnya.⁵ Dari uraian diatas dapat peneliti simpulkan pengertian bimbingan dan konseling adalah suatu bantuan yang diberikan konselor kepada klien dalam rangka untuk membantu klien agar dapat mengembangkan potensi dirinya atau memecahkan permasalahan yang dialaminya.

2. Tujuan Bimbingan Konseling

Secara umum, ada 5 tujuan yang akan dicapai siswa dengan usaha bimbingan dan konseling di sekolah:

a. Untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan

Dengan mengenal diri sendiri dan lingkungannya, diharapkan siswa dapat melihat hubungan dan kemungkinan yang tersedia serta memperkirakan apa yang dapat mereka capai sesuai dengan diri mereka sendiri. Dengan kata lain mereka mampu untuk mengenal kelebihan dan kekurangan mereka.

⁵ Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT RinekaCipta, 2013), h. 99-10

b. Untuk dapat menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis.

Maksudnya mereka dapat menerima keterbatasan yang mereka miliki, dengan mengenal keterbatasan diharapkan mereka mampu menerima apa yang ada atau apa adanya yang terdapat pada diri mereka secara positif dan dinamis.

c. Untuk dapat mengambil keputusan sendiri tentang berbagai hal

Kenyataan menunjukkan bahwa seseorang yang dapat menentukan sendiri dari suatu hal tanpa dipaksa oleh pihak lain, akan memberikan kepuasan tersendiri bagi dirinya sendiri

d. Untuk dapat mengarahkan diri sendiri

Sejalan dengan tujuan sebelumnya, bimbingan dan konseling menginginkan agar pada akhirnya siswa mampu mengarahkan diri mereka sendiri yang didasarkan pada keputusan yang mereka ambil sesuai dengan apa yang ada pada diri mereka.

e. Untuk dapat mewujudkan diri sendiri

Dengan pengenalan diri dan lingkungan, mengambil keputusan sendiri, dan dengan mengarahkan diri sendiri, akhirnya diharapkan siswa dapat mewujudkan dirinya sendiri

Secara khusus, bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya yang meliputi aspek pribadi- sosial (*afektif*), belajar (*akademik/kognitif*), dan karier (*psikomotorik*).

a. Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait aspek pribadi-sosial siswa adalah:

- 1) Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah/madrasah, tempat kerja, maupun masyarakat pada umumnya
- 2) Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain, dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajiban masing-masing.
- 3) Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan; baik fisik maupun psikis.
- 4) Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain.
- 5) Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat
- 6) Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat dan harga dirinya.
- 7) Memiliki rasa tanggung jawab, yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas dan kewajibannya.
- 8) Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (*Human relationship*), yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia.
- 9) Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal (dalam diri sendiri) maupun dengan orang lain.

b. Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait aspek belajar (akademik) siswa adalah:

- 1) Memiliki kesadaran tentang potensi diri dalam aspek belajar dan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialaminya.
- 2) Memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang positif, seperti kebiasaan membaca buku, disiplin dalam belajar, mempunyai perhatian terhadap semua pelajaran, dan aktif mengikuti semua kegiatan belajar yang diprogramkan.
- 3) Memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat
- 4) Memiliki keterampilan atau teknik belajar yang efektif, seperti ketrampilan membaca buku, menggunakan kamus, mencatat pelajaran, dan mempersiapkan diri menghadapi ujian.
- 5) Memiliki ketrampilan untuk menetapkan tujuan dan perencanaan pendidikan, seperti membuat jadwal belajar, mengerjakan tugas-tugas, memantapkan diri dalam memperdalam pelajaran tertentu dan berusaha memperoleh informasi tentang berbagai hal dalam rangka mengembangkan wawasan yang lebih luas.
- 6) Memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian.

c. Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait aspek karier siswa (kebanyakan bagi siswa SMA/ sederajat) adalah:

- 1) Memiliki pemahaman diri (kemampuan, minat, dan kepribadian) yang terkait dengan pekerjaan.

- 2) Memiliki pengetahuan mengenai dunia kerja dan informasi karier yang menunjang kematangan kompetensi karier
- 3) Memiliki sikap positif terhadap dunia kerja. Dalam arti mau bekerja dalam bidang pekerjaan apapun, tanpa merasa rendah diri, asal bermakna bagi dirinya dan sesuai dengan norma agama.
- 4) Memahami relevansi kompetensi belajar (kemampuan menguasai pelajaran) dengan persyaratan keahlian atau keterampilan bidang pekerjaan yang menjadi cita-cita kariernya masa depan.
- 5) Memiliki kemampuan untuk membentuk identitas karier, dengan cara mengenali ciri-ciri pekerjaan, kemampuan (persyaratan) yang dituntut, lingkungan sosiopsikologis pekerjaan, prospek kerja, dan kesejahteraan kerja.
- 6) Memiliki kemampuan merencanakan masa depan, yaitu merancang kehidupan secara rasional untuk memperoleh peran-peran yang sesuai minat, kemampuan, dan kondisi kehidupan sosial ekonomi.
- 7) Dapat membentuk pola-pola karier yaitu kecenderungan arah karier.
Apabila seorang siswa bercita-cita menjadi seorang guru, maka dia senantiasa harus mengarahkan dirinya kepada kegiatan-kegiatan yang relevan dengan karier keguruan tersebut.
- 8) Mengenal ketrampilan, kemampuan dan minat. Keberhasilan atau kenyamanan dalam suatu karier amat dipengaruhi oleh kemampuan dan minat yang dimiliki.

Oleh karena itu, maka setiap orang perlu memahami kemampuan dan minatnya dalam bidang pekerjaan apa dia mampu, dan apakah ia berminat terhadap pekerjaan tersebut.⁶

3. Asas-asas Bimbingan dan Konseling

Di dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling diperlukan adanya asas-asas sebagai dasar layanan. Ada 12 asas yang harus diperhatikan dan pemakaiannya disesuaikan dengan kegiatan layanan.

- a. Asas Kerahasiaan yaitu asas bimbingan dan konseling yang menuntut kerahasiaan data dan keterangan tentang peserta didik yang menjadi sasaran layanan, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh diketahui orang lain.
- b. Asas Kesukarelaan yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan peserta didik mengikuti/menjalani layanan/kegiatan yang diperuntukkan baginya.
- c. Asas keterbukaan yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar peserta didik dan atau orang tua/wali yang menjadi sasaran terbuka dan tidak berpura-pura.
- d. Asas Kegiatan yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar peserta didik atau orang tua/wali sasaran layanan berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan bimbingan dan konseling.

⁶ Purbatua Manurung, dkk, *Media pembelajaran dan Pelayanan BK*, h. 79-83

- e. Asas kemandirian yaitu asas bimbingan dan konseling yang merujuk pada tujuan umum bimbingan dan konseling, yaitu peserta didik diharapkan menjadi individu yang mandiri.
- f. Asas Kekinian yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki objek sasaran layanan bimbingan dan konseling ialah permasalahan kondisi sekarang
- g. Asas Kedinamisan yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar isi layanan bergerak maju, tidak monoton dan terus berkembang.
- h. Asas Keterpaduan yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar adanya layanan yang dilakukan guru atau pihak lain saling menunjang, harmonis, dan terpadu.
- i. Asas Kenormatifan yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar layanan diselenggarakan berdasarkan norma-norma yang ada yaitu norma agama, hukum dan peraturan.
- j. Asas Keahlian yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki diselenggarakan atas dasar-dasar profesional.
- k. Asas alih tangan yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan layanan secara tuntas mengalih tangankan ke pihak yang lebih ahli.
- l. Asas Tut Wuri Handayani yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar layanan secara keseluruhan dapat menciptakan suasana yang mengayomi (memberikan rasa aman), mengembangkan

keteladanan, memberikan rangsangan dan dorongan, serta kesempatan yang seluas-luasnya kepada peserta didik untuk maju.⁷

4. Fungsi-fungsi Bimbingan dan Konseling

Adapun fungsi-fungsi bimbingan dan konseling sebagai berikut:

- a. Fungsi Pencegahan: Untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya
- b. Fungsi Pemahaman: Memberikan pemahaman tentang klien atau siswa beserta permasalahannya dan juga lingkungannya oleh klien itu sendiri dan oleh pihak-pihak yang membantunya (pembimbing).
- c. Fungsi Pengentasan: Untuk mengentaskan permasalahan melalui pelayanan bimbingan dan konseling
- d. Fungsi Pemeliharaan: Memelihara segala sesuatu yang baik (positif) yang ada pada diri individu (siswa), baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini.
- e. Fungsi Penyaluran: Pelayanan bimbingan dan konseling berupaya mengenali masing-masing siswa secara perorangan, selanjutnya memberikan bantuan menyalurkan kearah kegiatan atau program yang dapat menunjang tercapainya perkembangan yang optimal
- f. Fungsi Penyesuaian: Pelayanan bimbingan dan konseling membantu terciptanya penyesuaian antara siswa dengan lingkungannya.

⁷ Sutirna, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*, h.27-28

- g. Fungsi Pengembangan: Pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada para siswa untuk membantu para siswa dalam mengembangkan keseluruhan potensinya secara lebih terarah
- h. Fungsi Perbaikan: Pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada siswa untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi siswa. Bantuan yang diberikan tergantung kepada masalah yang dihadapi siswa.
- i. Fungsi Advokasi: Membantu peserta didik memperoleh pembelaan atas hak dan atau kepentingannya yang kurang mendapat perhatian.⁸

5. Guru Bimbingan dan Konseling

Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling sebagai pihak yang paling memahami dasar teknik konseling secara luas, konselor dalam menjalankan perannya bertindak sebagai fasilitator bagi klien. Selain itu konselor juga bertindak sebagai penasihat, guru, konsultan yang mendampingi klien sampai klien dapat menemukan dan mengatasi masalah yang dihadapinya.⁹

Konselor/guru BK adalah pengampu pelayanan bimbingan dan konseling terutama dalam jalur pendidikan formal dan non formal. Konteks tugas konselor bertujuan memandirikan individu yang normal dan sehat dalam menavigasi perjalanan hidupnya melalui pengambilan keputusan termasuk yang terkait dengan keperluan untuk memilih, meraih serta mempertahankan karier untuk mewujudkan kehidupan yang produktif dan sejahtera, serta untuk

⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2007), h. 39-50

⁹ Namora lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. (Jakarta: Kencana, 2014), h. 21

menjadi warga masyarakat yang peduli kemaslahatan umum melalui pendidikan. Prayitno mengatakan bahwa konselor sekolah adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan konseling terhadap sejumlah peserta didik.¹⁰

Menjadi konselor tidak semudah yang dibayangkan karena menjadi konselor harus punya keahlian khusus dibidangnya yakni diperoleh melalui pendidikan, pelatihan dan keterampilan, sebagaimana dikemukakan Musfir bin Said bahwa Islam pun banyak menyinggung tentang akhlak dan etika seorang konselor, seperti; hal bagaimana ia harus menjaga kerahasiaan informasi sang konseli dan juga menjadi suri teladan baik bagi konselinya. Sesungguhnya Islam telah menjadikan dasar konseling ini sebagai suatu seruan untuk berbuat baik, melarang perbuatan buruk, menghindari kerusakan dan juga menjadikannya suatu perbuatan yang diikhlasakan demi mengharap keridaanNya.

Menurut Yahya Jaya lebih lanjut professional secara konseptual memiliki tiga pengertian yang saling berkaitan antara satu dengan lainnya sebagai berikut:

“Berhubungan dengan keahlian dan *life-skill* (keterampilan hidup). Dalam pengertian ini orang yang professional adalah orang yang memiliki dasar pendidikan spesialis, kemampuan intelektual, dan *life skill* dengan bidang tugas dan pekerjaan yang ia laksanakan, orang yang profesional adalah orang yang memiliki wawasan yang luas, persepsi yang baik, dan tahu persis dengan bidang tugas dan tanggung jawab yang diemban. Profesional berhubungan dengan rasa tanggung jawab dan sifat amanah. Dalam

¹⁰ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 278

Bimbingan Konseling kedua hal ini berhubungan erat pula dengan akhlak, adab, dan kode etik (etika standar) yang ada dalam dunia konseling, seorang konselor dalam melaksanakan praktek konseling harus memiliki akhlak, adab, dan kode etik. Profesional juga berhubungan dengan kemampuan seseorang dalam bekerja sama dengan orang lain dalam bidang tugas dan tanggung jawab yang ia emaban guna memperoleh keselamatan dan rasa sukses dalam profesi”¹¹.

Dalam Hadis Rasulullah bersabda sebagai berikut:

Artinya: *Apabila pekerjaan diserahkan pengelolaan dan pelaksanaannya kepada orang yang bukan ahlinya, maka tunggulah kehancuran pekerjaan itu.*¹²

Dari hadis diatas jelas dapat dipahami bahwa bila mengerjakan sesuatu yang menuntut keahlian dikerjakan oleh orang yang bukan ahli dibidang pekerjaanya maka pekerjaan yang dilakukan itu tidak akan bisa mencapai hasil dengan baik bahkan bisa semakin hancur hasil dari pekerjaan itu.

6. Tugas Guru Bimbingan dan Konseling

Tugas konselor di sekolah adalah melaksanakan bimbingan dan konseling serta mengasuh siswa sebanyak 150 orang. “Sesuai dengan ketentuan surat keputusan bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan dan kepala Badan Administrasi Negara nomor 0433/p/1993 dan nomor 25 tahun 1993, diharapkan pada setiap sekolah ada petugas yang melaksanakan layanan bimbingan yaitu konselor untuk 150 orang siswa.¹³

Pelayanan bimbingan dan konseling disekolah dilaksanakan dengan berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan yaitu: pelayanan

¹¹ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 278

¹² Jalaluddin As-Suyuthi, *Jami' a-Ahadits*, jilid. L (Beirut: Dar al-Fikri, 1994), No. Hadis. 1854, h. 274

¹³ Abu Bakar M. Luddin, *Kinerja kepala Sekolah dalam Kegiatan Konseling*, (Bandung: Citapustaka Media perintis, 2009), h. 52

bimbingan dan konseling pola 17 plus yang terdiri dari enam bidang bimbingan yaitu bidang pribadi, sosial, belajar, karier, berkeluarga dan keberagamaan. Sembilan jenis layanan yaitu orientasi, informasi, penempatan/penyaluran, pembelajaran, konseling perorangan, konseling kelompok, bimbingan kelompok, konsultasi dan mediasi. Enam kegiatan pendukung yaitu instrumentasi bimbingan konseling, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, alih tangan kasus dan tampilan pustaka.¹⁴

Adapun tugas Guru BK yang dinyatakan Slameto dalam buku bimbingan di sekolah adalah:

- a. Menyusun program bimbingan dan konseling bersama kepala sekolah
- b. Memberikan garis-garis kebijaksanaan mengenai kegiatan bimbingan dan konseling
- c. Bertanggung jawab terhadap jalannya program
- d. Memberikan laporan kegiatan kepada kepala sekolah
- e. Membantu siswa untuk memahami dan mengadakan penyesuaian kepada dirinya sendiri, lingkungan sekolah, yang makin lama makin berkembang.
- f. Menerima dan mengklasifikasikan informasi pendidikan, informasi pekerjaan, dan informasi lainnya yang diperoleh, serta mengirimnya sehingga menjadi catatan kumulatif siswa.
- g. Menganalisa dan menafsirkan data siswa guna mendapatkan suatu rencana tindakan positif terhadap siswa.

¹⁴ Abu Bakar M. Luddin, *Kinerja kepala Sekolah dalam Kegiatan Konseling*, h. 150

- h. Melaksanakan bimbingan kelompok dan konseling individu
- i. Memberikan informasi pendidikan dan jabatan kepada siswa dan menafsirkannya untuk keperluan perencanaan pendidikan dan jabatan.¹⁵

B. HAKIKAT PERILAKU MALADAPTIF

1. Pengertian Perilaku Maladaptif

Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas, antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca dan sebagainya. Dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) perilaku diartikan sebagai tindakan atau perilaku suatu organism yang dapat diamati dan bahkan dapat dipelajari.

Sedangkan menurut Noto Atmodjo perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu aktivitas dari pada manusia itu sendiri, lebih jauh lagi menurutnya perilaku adalah apa yang dikerjakan oleh *organism* tersebut, baik yang diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati secara langsung.¹⁶

Terdapat dua bentuk permasalahan perilaku yang dapat dikelola, yaitu perilaku lemah (*defisit*) dan perilaku maladaptif (*excessive behavior*). Disini peneliti meneliti tentang perilaku maladaptif. Perilaku maladaptif adalah perilaku yang menyebabkan individu bersangkutan mengalami kesulitan beradaptasi (menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar).

¹⁵ Slameto, *Bimbingan di Sekolah*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2004), h. 17

¹⁶ Sujoko, *Psikologi Pendidikan "Modifikasi Perilaku"*, (Yogyakarta: Budi Utama, 2017), h. 1-2

Sebagai contoh adalah kebiasaan yang dilakukan dengan tidak bergaul dengan teman sebaya (suka menyendiri), mengejek/menghina teman sebaya, tidur saat jam pelajaran, datang terlambat ke sekolah, dan ada juga yang ekstrim seperti tidak masuk sekolah (bolos) hingga perilaku melawan guru.

Individu tidak mampu memenuhi tuntutan lingkungan berupa aturan, hukum yang berlaku, sehingga dalam pergaulan mereka dibenci dan bahkan diisolir oleh kawan-kawan. Perilaku seperti ini merupakan perilaku yang kurang pantas untuk ditunjukkan kepada orang lain dan dapat menyulitkan dirinya sendiri.¹⁷

Menurut Satmoko penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan dunianya. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai *symptom* yang mengganggu (seperti kecemasan kronis, kemurungan, depresi, obsesi atau gangguan *psikosomatis* yang dapat menghambat tugas seseorang), frustrasi dan konflik.

Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali dan keadaan tidak memuaskan. Tinggi rendahnya penyesuaian diri dapat diamati dari banyak

¹⁷ Kartika Sari Dewi, *Kesehatan Mental*, (Semarang: CV. Lestari Mediakreatif, 2012), h. 28

sedikitnya hambatan penyesuaian diri. Banyaknya hambatan penyesuaian diri mencerminkan kesukaran seseorang dalam penyesuaian dirinya.¹⁸

Proses penyesuaian diri ini menimbulkan berbagai masalah terutama bagi diri individu sendiri. Jika individu dapat berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian bagi lingkungannya, hal itu disebut “*well adjusted*” atau penyesuaian dengan baik. Dan sebaliknya jika individu gagal dalam proses penyesuaian diri tersebut disebut “*maladjusted*” atau salah suai.¹⁹

Perbedaan tingkah laku yang salah suai dengan tingkah laku yang tidak sesuai, terletak pada tingkat puas dan tidaknya tingkah laku itu bagi individu lain dimasyarakat. Jika tingkah laku seseorang memuaskan dirinya dan orang lain (masyarakat) maka tingkah laku itu sesuai, sebaliknya apabila tingkah laku itu memuaskan dirinya tetapi tidak memuaskan orang lain dimasyarakat, maka itu tidak sesuai.

Kebudayaan dimana individu dan masyarakat hidup menentukan sekali apakah tingkah laku itu layak atau tidak. Nilai-nilai budaya, nilai-nilai agama, menjadi kriteria yang sangat menentukan diterima dan tidaknya tingkah laku dari anggota masyarakat.²⁰

¹⁸ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), h. 50

¹⁹ Syamsu Yusuf dan Junika Nurishah, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), h. 210

²⁰ Kusno Effendi, *Proses dan Keterampilan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), h. 164

2. Karakteristik Penyesuaian Menyimpang

Penyesuaian diri yang menyimpang atau tidak normal merupakan proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara-cara yang tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat. Dapat juga dikatakan bahwa penyesuaian yang menyimpang ini adalah sebagai tingkah laku abnormal (*abnormal behavior*), terutama terkait dengan kriteria sosiopsikologis dan agama. Penyesuaian yang menyimpang atau tingkah laku abnormal ini ditandai dengan respon-respon berikut:

a. Reaksi Bertahan. Mekanisme dapat diartikan sebagai respon yang tidak disadari yang berkembang dalam kepribadian individu, dan menjadi menetap, sebab dapat mereduksi ketegangan dan frustrasi, dan dapat memuaskan tuntutan-tuntutan penyesuaian diri. Orang ini berusaha mempertahankan diri sendiri, seolah-olah tidak mengalami kegagalan, menutupi kegagalan, atau menutupi kelemahan dirinya sendiri dengan cara-cara atau alasan-alasan tertentu. Bentuk reaksi ini diantaranya:

- 1) *kompensasi*: menutupi kelemahan dalam satu hal, dengan cara mencari kepuasan dalam bidang lain.
- 2) *sublimasi*: menutupi atau mengganti kelemahan atau kegagalan dengan cara atau kegiatan yang mendapatkan pengakuan (sesuai dengan nilai-nilai) masyarakat; dan
- 3) *proyeksi*: melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain.

Mekanisme pertahanan diri ini muncul dilatarbelakangi oleh dasar-dasar psikologis, sebagai berikut:

1) Perasaan rendah diri: *Inferiority* ini dapat diartikan sebagai perasaan atau sikap yang pada umumnya tidak disadari yang berasal dari kekurangan diri, baik secara nyata maupun maya (imajinasi). *Inferiority* ini menimbulkan gejala-gejala sikap dan perilaku berikut:

- a) Peka (merasa tidak senang) terhadap kritikan orang lain
- b) Sangat senang terhadap pujian atau penghargaan
- c) Senang mengkritik atau mencela orang lain
- d) Kurang senang untuk berkompetisi
- e) Cenderung senang menyendiri, pemalu dan penakut

2) Perasaan tidak mampu: *Inadequasi* merupakan ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dari lingkungan. Contoh: seorang ibu rumah tangga merasa tidak mampu mengelola urusan keluarga; dan seorang siswa mengeluh, karena tidak mampu memenuhi tuntutan akademik disekolahnya.

Dalam Al-Quran salah satu kebiasaan manusia yang seringkali ditunjukkan adalah sikap mengeluh, Q. S. Al Ma'arij: 19-22

Artinya: 19. *Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir, 20. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, 21. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat baik, 22. Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat.*²¹

Berangkat dari makna ayat di atas menunjukkan bahwa sikap mengeluh, kikir merupakan sebagian kecil sikap yang ada dalam diri manusia. Namun, diakhir ayat, Allah memberikan pengecualian kepada mereka yang berpredikat *Mushollin* (orang-orang yang shalat).

²¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan terjemahannya*, h. 569

- 1) Perasaan gagal: Perasaan ini sangat dekat hubungannya dengan perasaan “*Inadequasi*”, karena jika seseorang sudah merasa bahwa dirinya tidak mampu, maka cenderung mengalami kegagalan untuk melakukan sesuatu atau mengatasi masalah yang dihadapinya.
 - 2) Perasaan bersalah: Perasaan bersalah ini muncul setelah seseorang melakukan perbuatan yang melanggar aturan moral, atau sesuatu yang dianggap berdosa.²²
- b. Reaksi Menyerang (*agresive reaction*) dan *delinquency*. Agresi adalah bentuk respon untuk mereduksi ketegangann dan frustasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa, atau mendoninasi. Agresi ini terrefleksi dalam bentuk-bentuk tingkah laku verbal dan non verbal. Contoh agresi verbal adalah berkata kasar, bertengkar, panggilan nama jelek, jawaban yang kasar, sarkasme (perkataan yang menyakiti hati). Dan kritikan yang tajam. Sementara contoh yang nonverbal, diantaranya menolak atau melanggar aturan (tidak disiplin), memberontak, berkelahi (tawuran), mendominasi orang lain dan membunuh.
- c. Reaksi melarikan diri dari kenyataan (*escape withdrawl reaction* atau *flight from reality*). Reaksi *escape* atau *flight from reality* merupakan pertahanan diri terhadap tuntutan, desakan, atau ancaman dari lingkungan. *Escape* merefleksikan perasaan kejenuhan, atau putus asa, sementara *withdrawl* mengidentifikasi kecemasan atau ketakutan.

²² Syamsu Yusuf dan Junika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, h. 212-214

Bentuk-bentuk reaksi *escape* dan *withdrawl* diantaranya: 1) Berfantasi/melamun; 2) banyak tidur atau tidur yang *patologis*, *narcolepsy* yaitu kebiasaan tidur yang tidak terkontrol; 3) meminum minuman keras; 4) Bunuh diri; dan 5) menjadi pecandu narkoba

d. Penyesuaian diri yang patologis (*flight into illness*). Penyesuaian yang *patologis* berarti individu yang mengalaminya perlu mendapat perawatan khusus dan bersifat klinis, bahkan perlu perawatan dirumah sakit. Adapun yang termasuk penyesuaian diri yang *patologis* adalah *neurosis* dan *psikosis*.

e. Tingkah laku antisocial (*antisocial behavior*). Tingkah laku antisocial merupakan tingkah laku yang bertentangan dengan norma masyarakat, baik secara formal berupa hukum perundang-undangan, maupun informasi seperti adat istiadat dan norma hukum.

f. Kecanduan dan ketergantungan alcohol dan obat-obat terlarang
Kecanduan alcohol (minuman keras) dan penyalahgunaan narkoba merupakan perilaku menyimpang, baik secara hukum maupun psikologis. Dampaknya sangat buruk terhadap kesehatan fisik seperti gangguan fungsi otak dan peradangan lambung dan usus dan psikis seperti pemalas, pembohong, penipi, pencuri dan perasa. Sementara penyembuhannya sangat susah, lama apabila seseorang sudah kecanduan alcohol dan narkoba. Oleh karena itu, yang menjadi perhatian utama yaitu upaya pencegahan.

g. Penyimpangan seksual dan aids. Beberapa perilaku yang menyimpang yang harus mendapat perhatian semua pihak, diantaranya perilaku seksual dan *free sex* yang dapat mengakibatkan aids.²³

3. Bentuk-bentuk Perilaku Maladaptif

Beberapa penyimpangan perilaku yang biasa muncul pada siswa yang mengalami ketidakmampuan penyesuaian diri disekolah ini antara lain: pelanggaran tata tertib, sering datang terlambat, tidak masuk kelas tanpa alasan, meninggalkan jam pelajaran tanpa izin (membolos), tidak mengerjakan PR, sulit bekerja sama, mengganggu teman, mengisior diri, merusak fasilitas sekolah, mencuri, melakukan pemerasan dan kekerasan (*bullying*), dan berkelahi dengan teman sendiri.²⁴

4. Faktor-faktor Perilaku Maladaptif

Berbagai faktor dapat menimbulkan respon yang maladaptif. menurut, Faktor penyebab perilaku maladaptif antara lain :

- a. Faktor Biologis Para pendukung pendekatan biologis percaya bahwa perilaku maladaptif disebabkan oleh tidak berfungsinya tubuh secara fisik, artinya bila seorang remaja bertingkah laku tanpa bisa dikendalikan, tidak menunjukkan kontak dengan realita, atau mengalami depresi yang parah, maka faktor-faktor biologislah yang menjadi penyebabnya.

²³ Ahmad Susanto, *Bimbingan dan konseling disekolah*, h. 82-83

²⁴ Ahmad Susanto, *Bimbingan dan konseling disekolah*, h. 78

- b. Faktor psikologis Para pendukung pendekatan psikologis lebih memperhatikan bahwa perilaku maladaptif disebabkan oleh ketidakstabilan emosional, pembelajaran yang salah, pemikiran yang kacau, dan hubungan dengan orang lain yang tidak berarti
- c. Faktor sosial budaya Selain faktor biologis dan psikologis, penyebab perilaku maladaptif juga disebabkan oleh faktor sosial budaya. Frekuensi dan intensitas perilaku maladaptif sering kali berbeda-beda disetiap kebudayaan, perbedaan dalam gangguan ini berhubungan dengan faktor sosial, ekonomi, teknologi, agama, dan faktor-faktor kebudayaan lainnya.²⁵

Selain faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya, terdapat juga beberapa faktor yang menyebabkan seseorang berperilaku maladaptif. Faktor-faktor tersebut dapat dikelompokkan sebagai berikut:

- a. Kondisi-kondisi fisik, termasuk didalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, dan penyakit.
- b. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional
- c. Penentu psikologis, termasuk didalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentu diri (self-determination), frustrasi, dan konflik
- d. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
- e. Penentu kultural, termasuk agama.

²⁵ Shinto B. Adelar, Sherly Saragih, *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga, 2003, h. 505

Pada dasarnya setiap tindakan penyimpangan yang dilakukan anak didik adalah pesan yang mereka sampaikan kepada lingkungannya. Atau dengan kata lain setiap perilaku aneh yang mereka lakukan adalah dalam rangka merespon lingkungannya bahwa pada diri mereka ada kesenjangan dalam kebutuhannya. Maslow mengidentifikasi enam tingkat kebutuhan pokok manusia yang mendorong perilakunya yaitu:

- a. Kebutuhan fisik yang diperlukan untuk mempertahankan hidup, seperti kebutuhan akan makanan, istirahat, udara segar, air, vitamin dan sebagainya. Kebutuhan ini adalah kebutuhan primer
- b. Kebutuhan akan rasa aman, ditunjukkan oleh anak dengan kebutuhan secara pasti, kontinyu dan teratur. Anak mudah terganggu dalam situasi yang kacau, tak menentu, atau situasi yang dirasakan sebagai sesuatu yang membahayakan, dan ia mudah menarik diri dalam situasi yang asing baginya. Anak membutuhkan perlindungan yang memberikan rasa aman
- c. Kebutuhan untuk mencintai dan dicintai merupakan dorongan atau kehausan baginya untuk mendapatkan tempat dalam suatu kelompok dimana dia memperoleh kehangatan perasaan dalam hubungan dengan masyarakat lain secara umum
- d. Kemampuan akan harga diri, menuntut pengakuan individu sebagai pribadi yang bernilai, sebagai manusia yang berarti dan memiliki martabat. Pemenuhan kebutuhan ini akan menimbulkan rasa percaya diri,

menyadari kekuatannya, merasa dibutuhkan, dan mempunyai arti bagi lingkungan

- e. Kebutuhan akan aktualisasi diri, memberikan dorongan kepada individu untuk mengembangkan dan mewujudkan seluruh potensi dalam dirinya. Dorongan ini merupakan dasar perjuangan setiap individu untuk merealisasikan dirinya, untuk menemukan dirinya/identitasnya, dan untuk menjadi dirinya sendiri. Kebutuhan ini tumbuh secara wajar dalam diri setiap manusia
- f. Kebutuhan untuk mengetahui dan mengerti, tampak pada diri individu yang cenderung untuk mensistematisasikan segalanya, menganalisis, mengorganisasi, dan mencari hubungan dalam kesatuan yang utuh. Jadi bukan hanya ingin tahu secara lebih jelas mengenai sesuatu.²⁶

Selain faktor diatas, ada juga faktor lainnya, yaitu:

- a. Kondisi fisik: lemah, kerdil, cacat, tidak berfungsi, atau wajah yang tidak menarik.
- b. Psikologis: kecerdasan dibawah rata-rata, konsep diri yang negatif sebagai dampak dari frustrasi yang terus menerus dalam memenuhi kebutuhan dasar (seperti selalu gagal untuk memperoleh status, kasih sayang, prestasi, dan pengakuan).

²⁶ Yusuf Gunawan, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT. Garamedia Pustaka Utama, 1992, h. 12

- c. Kondisi lingkungan yang tidak kondusif: hubungan interpersonal dalam keluarga tidak harmonis, kemiskinan, dan perlakuan yang keras dari orangtua.²⁷

C. PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN

Penelitian yang relevan dipaparkan di sini dengan maksud untuk menghindari duplikasi pada temuan penelitian, di samping itu untuk menunjukkan keaslian peneliti bahwa topik yang diteliti belum pernah diteliti oleh peneliti lain dalam konteks yang sama. Selain itu dengan mengenal penelitian terdahulu sangat membantu Peneliti dalam memilih metode penelitian yang sesuai serta mendapatkan gambaran dan perbandingan dari metode-metode penelitian yang telah dilaksanakan. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian Penulis adalah:

1. Rusdani dengan judul “Upaya Guru Bimbingan Konseling Untuk Mengatasi Perilaku Maladaptif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pendekatan Behavioristik Di SMK Broadcasting Bina Creative Medan” latar belakang masalah yang diangkat berdasarkan ketertarikan Penulis tentang guru bimbingan konseling membimbing para siswanya untuk terhindar dari perilaku maladaptif sering merasa malu, tidak percaya diri, tidak merasa mampu sulit bergaul dan menarik diri dari lingkungan sehingga guru bimbingan konseling di sekolah SMK Broadcasting Bina Creative Medan mengadakan bimbingan konseling secara berkelompok untuk menghindari

²⁷ Syamsu Yusuf dan Junika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, h. 213

perilaku maladaptif yang memiliki peluang besar untuk memengaruhi siswa dalam pertumbuhannya.

2. Satriya Tubagus, dengan judul “Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa Dengan Layanan Konseling Kelompok di SMPN 14 Banjarmasin” dengan latar belakang masalah judul ini yang dibuat Penulis ialah remaja yang mulai beranjak dari Sekolah Dasar (SD) menuju Sekolah Menengah Pertama (SMP) memerlukan penyesuaian untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan perubahan sifat dari anak-anak menuju remaja awal sehingga jika perilaku maladaptif yang timbul akibat ketidak mampuan siswa menyesuaikan diri menimbulkan perilaku yang menyimpang seperti ribut di dalam kelas, membolos atau membully sehingga hal ini menjadi fokus utama penulis untuk menganalisis perilaku menyimpang, faktor pendorongnya serta cara mengatasi perilaku maladaptif yang terjadi di SMPN 14 Banjarmasin.
3. Yesti Kumala Sari dengan judul “Perilaku Maladaptif dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 Pekanbaru” dengan latar belakang masalah judul ini yang dibuat Penulis tentang bentuk-bentuk perilaku maladaptif siswa, Faktor-faktor penyebab perilaku maladaptif siswa, Akibat terjadinya perilaku maladaptif siswa, Peran orang tua dalam mengatasi perilaku maladaptif siswa, Perilaku maladaptif siswa, Peranan bimbingan dan konseling yang dilakukan guru pembimbing bagi siswa yang berperilaku maladaptif terhadap Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 Pekanbaru.

Penelitian di atas memiliki kesamaan dalam pembahasan penelitian Penulis namun fokus kajian yang berbeda. Secara substansi memiliki perbedaan yang mendasar Rusdani dengan judul Upaya Guru Bimbingan Konseling Untuk Mengatasi Perilaku Maladaptif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pendekatan Behavioristik di SMK Broadcasting Bina Creative Medan berfokus pada upaya guru mengatasi perilaku maladaptif dengan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioristik di SMK Broadcasting Bina Creative Medan oleh karena itu jelas secara mendasar sangat berbeda dari sumber informasi hingga lokasi penelitian saya.

Satriya Tubagus, dengan judul Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa Dengan Layanan Konseling Kelompok di SMPN 14 Banjarmasin memiliki fokus kajian yang berbeda yaitu penelitian yang dilakukan Penulis membahas tentang bagaimana mengatasi perilaku maladaptif yang terjadi akibat ketidak mampuan siswa beradaptasi dengan lingkungannya.

Yesti Kumala Sari dengan judul Perilaku Maladaptif dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah pertama negeri 23 Pekanbaru memiliki fokus kajian yang berbeda yaitu penelitian yang dilakukan penulis membahas tentang keterlibatan lingkungan sekolah dan keluarga dalam mengatasi perilaku maladaptif yang dialami siswa. berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan lebih berfokus pada Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Maladaptif Siswa Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Labuhan Batu Utara.