

**UPAYA MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA “F” TERHADAP  
PERUBAHAN KONDISI KELUARGA MELALUI KONSELING REALITAS  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 INDRALAYA UTARA**

**Skripsi Oleh**

**DEVITA SARY**

**NOMOR INDUK MAHASISWA 06101007021**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2014**

**UPAYA MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA “F” TERHADAP  
PERUBAHAN KONDISI KELUARGA MELALUI KONSELING REALITAS  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 INDRALAYA UTARA**

**Skripsi Oleh:**

**Devita Sary  
Nomor Induk Mahasiswa 06101007021  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan**

**Disetujui,**

**Pembimbing 1**

**Pembimbing 1**

**Dra. Harlina, M.Sc  
NIP 195904251987032001**

**Drs. Imron A Hakim, M.S  
NIP 195503281982031002**

**Disahkan  
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**

**Drs. Romli Menarus, SU., Kons  
NIP. 195110101979031003**

**UPAYA MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA “F” TERHADAP  
PERUBAHAN KONDISI KELUARGA MELALUI KONSELING REALITAS  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 INDRALAYA UTARA**

**Skripsi Oleh:**

**Devita Sary  
Nomor Induk Mahasiswa 06101007021  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan**

**Disetujui Untuk Diajukan Dalam Ujian Akhir Program Strata 1**

**Pembimbing 1**

**Pembimbing 1**

**Dra. Harlina, M.Sc  
NIP 195904251987032001**

**Drs. Imron A Hakim, M.S  
NIP 195503281982031002**

**Disahkan,  
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons  
NIP 195902201986112001**



*Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan Ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan segenap ketulusan hati, skripsi ini ku persembahkan kepada :*

- ♥ *Kedua orang tuaku yang telah mendidiku dengan penuh cinta dan kasih sayang sejak kecil hingga sekarang, serta memberikan semangat, do'a, nasehat, dan dukungan untukku. Terima kasih untuk segalanya.*
- ♥ *Adikku Muhammad Muttathohirin Tia, Widi, Mike yang selalu menjadi penyemangatku untuk terus menjadi lebih baik.*
- ♥ *Keluarga besar Marhum, Ibu, Ayah, Bunda, Waksak, Waknga, sepupu-sepupu tersayang yuk Ana, Ida, Nanda, Rara, Rafif dan semua Keluarga besar Marhum tanpa terkecuali, terima kasih telah memberikan semangat, dukungan, penguatan, nasehat, inspirasi, dan do'anya selama ini. They are the best familly.*
- ♥ *Topan Anggara (Mi Favourite) terimakasih untuk dukungan, motivasi, doa, kesabaran, perhatian, dan selalu ada dalam suka maupun duka. Terimakasih kakak ^\_\**
- ♥ *Dosen Pembimbing Skripsiku Ibu Dra. Harlina, M.Sc. dan Bapak Drs. Imron A Hakim, M.S. terimakasih untuk kesabaran dalam membimbingku, untuk setiap ilmu yang diajarkan, untuk motivasi, semangat, dan doa yang telah diberikan.*
- ♥ *Semua Dosen penguji dan seluruh dosen BK terimakasih untuk setiap ilmu yang sudah diberikan.*
- ♥ *Sahabat-sahabatku tersayang UNOface, si hujau (Dhona) yang selalu setia menemani saat-saat penting dalam perjuangn skripsiku, Sapiku (SFH) yang tangguh dalam berjuang bersamaku, Hestyas (yank ti) yang selalu membantu*

*dan mendoakanku serta terimakasih untuk Vatiny , Neneng yang selalu mendukungku, Aak (Dian) yang selalu memberikan motivasi untukku. UNOface boy Kakde, Waone, Tamir, Imam, Opa, Rizky, Meri. Terima kasih UNOface yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan menemani sepanjang perjalananku menjadi mahasiswa. Serta Edek Pink (Winda) yang juga selalu memberikan dukungan dan doa untukku*

- ♥ *Hendri Kapandra, Nora, Nanda, Sundari, Mpeb dan semua Teman-teman yang selalu membantu dan memberikan dukungan untukku dalam menyelesaikan skripsiku.*
- ♥ *Seluruh teman-teman BK'10 Sanna, Renda, Melissa, Hersi, Wirda, Umi, Rara, Debby, Deli, Chatrine, Pipit, Yevi, Rancan, Lulu, Meki, Fade, Reska, Zila, Ratna, Ayu F, Ayu M, Aap, Euis, Nanda, Junita, Rian.*
- ♥ *Untuk Ibu Damayanti selaku Guru BK SMA Negeri 1 Indralaya Utara yang senantiasa mendukung dan membimbingku. Ibu Novdalena selaku Guru BK SMA Negeri 4 OKU yang menjadi inspirasiku. Serta semua guru SD, SMP, SMA, terimakasih untuk semua ilmu dan pelajaran yang sudah diberikan.*
- ♥ *Sahabat-sahabatku KGG, D'Alra, Kurcaci Racun, terima kasih atas motivasi, dukungan, semangat dan doanya.*
- ♥ *Kak Asep (Seprianto) yang selalu sabar dalam menghadapi dan membantu kami.*
- ♥ *Seluruh mahasiswa FKIP Bimbingan dan Konseling UNSRI angkatan 2008, 2009, 2011, 2012 dan 2013 sukses selalu untuk kalian.*
- ♥ *Almamater kuning kebanggaanku.*

## *MOTTO*

*“wa man jaahada fa-innamaa yujaahidu linafsihi.”*  
*“Barangsiapa bersungguh-sungguh,*  
*sesungguhnya kesungguhannya itu adalah untuk dirinya sendiri.”*  
*(QS Al-Ankabut [29]: 6)*

*Jangan pernah menyalahkan keadaan,*  
*bagaimanapun keadaan kita, kita harus terus berusaha untuk melakukan*  
*hal baik dan terus menjadi lebih baik*  
*(Devita Sary)*

*Bermimpilah untuk sukses dan berjuang untuk meraihnya,*  
*karna tidak ada kesuksesan tanpa perjuangan.*  
*(Devita Sary)*

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : DEVITA SARY

NIM : 06101007021

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa “F” Teradap Perubahan Kondisi Keluarga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara” ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Indralaya, April 2014  
Yang membuat pernyataan,

Devita Sary  
NIM 06101007021

## UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur Alhamdulillahirabbil'alamin, penulis haturkan kepada Allah SWT, atas rahmat, ridho, dan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa "F" Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara". Salawat dan Salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan sahabiah, serta umat beliau yang senantiasa menegakkan kalimat-kalimat Allah swt.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada program studi Bimbingan dan Konseling, jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dra. Harlina, M.Sc. dan Bapak Drs. Imron A Hakim, M.S., selaku pembimbing, atas kesediaannya untuk membimbing, menyisihkan dan meluangkan waktu selama proses penyelesaian skripsi ini.

Penulis juga tak lupa mengucapkan terima kasih kepada Bapak Drs. Sofendi, M.A., Ph.D selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, Bapak Drs. Romli Menarus, S.U., Kons selaku ketua jurusan Ilmu Pendidikan dan Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, seluruh Bapak dan Ibu Dosen pengasuh mata kuliah pada Program Studi Bimbingan dan Konseling di FKIP Universitas Sriwijaya, dan staf pegawai di lingkungan FKIP Unsri yang telah memberikan kemudahan administrasi selama saya kuliah.

Terimakasih juga penulis ucapkan kepada Ibu Dra. Hj. Darmawati, M.M selaku Kepala SMA Negeri 1 Indralaya Utara, Ibu Dra. Damayanti selaku guru BK SMA Negeri 1 Indralaya Utara, Bapak dan Ibu guru, staf kepegawaian serta siswa-siswi SMA Negeri 1 Indralaya Utara atas kerjasama dan bantuannya sehingga



penelitian ini dapat terselesaikan. Semua pihak yang membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terimakasih untuk semuanya.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pendidikan dan pengajaran bidang studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya, serta bermanfaat bagi semua pembaca. Amin

Penulis,

DEVITA SARY

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT</b> .....	vii
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>ABSTRAK</b> .....	xii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Penyesuaian Diri Terhadap Keluarga .....	6
2.1.1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	6
2.1.2. Karakteristik Penyesuaian Diri .....	7
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri .....	10
2.1.4. Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	11
2.1.5. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga .....	12

	<b>Halaman</b>
2.2. Layanan Konseling Individual.....	12
2.2.1.Pengertian Layanan Konseling Individual.....	12
2.2.2.Tujuan Layanan Konseling Individual .....	13
2.2.3.Proses Layanan Konseling Individual .....	14
2.3. Konseling Realitas .....	16
2.3.1.Pengertian Konseling Realitas .....	16
2.3.2.Konsep Utama Konseling Realitas.....	17
2.3.3.Tujuan Konseling Realitas.....	17
2.3.4.Ciri-ciri Konseling Realitas .....	18
2.3.5.Prosedur Konseling Realitas .....	21
2.3.6.Sistem Intervensi dalam Konseling Realitas .....	23

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Pendekatan Penelitian .....	25
3.2 Fokus Penelitian.....	25
3.3 Definisi Operasional Fokus Penelitian.....	25
3.4 Lokasi Penelitian.....	27
3.5 Subjek Penelitian .....	27
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	27
3.6.1. Observasi .....	27
3.6.2. Wawancara .....	28
3.7 Prosedur Penelitian .....	29
3.8 Teknik Analisis Data.....	39

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	41
4.1.1 Persiapan Penelitian .....	41
4.2 Penyajian Data .....	42

	<b>Halaman</b>
4.2.1 Siklus Pertama .....	42
4.2.2 Siklus Kedua .....	53
4.3 Analisi Data .....	62
4.3.1 Analisis Data Siklus Pertama .....	62
4.3.2 Analisi Data Siklus Kedua .....	64
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian .....	67
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	70
5.2 Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1 Skor Pernyataan .....	39
Tabel 2 Kategori Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga .....	40
Tabel 3 Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga Setelah Siklus Pertama .....	51
Tabel 4 Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga Setelah Siklus Kedua .....	61
Tabel 5 Analisis Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga Setelah Siklus Pertama .....	63
Tabel 6 Analisis Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga Setelah Siklus Pertama .....	64
Tabel 7 Skor Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga .....	65
Tabel 8 Hasil Wawancara dan Pengamatan Penyesuaian Diri Siswa Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga .....	66

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Bagan Alur Penelitian Tindakan .....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Foto Penelitian .....	74
Lampiran 2. Kisi-Kisi Lembar Observasi .....	77
Lampiran 3 Hasil Observasi siklus 1 .....	80
Lampiran 4 Hasil Observasi siklus 2 .....	85
Lampiran 5 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara .....	90
Lampiran 6 Hasil Wawancara .....	93
Lampiran 7 Transkrip Wawancara “F” Sebelum tindakan .....	99
Lampiran 8 Transkrip Wawancara “F” Siklus Pertama .....	104
Lampiran 9 Transkrip Wawancara “F” Setelah Siklus Pertama .....	110
Lampiran 10 Transkrip Wawancara “F” Siklus Kedua .....	113
Lampiran 11 Transkrip Wawancara “F” Setelah Siklus Kedua .....	117
Lampiran 12 Kisi-kisi1 Wawancara “M” .....	121
Lampiran 13 Hasil Wawancara “M” .....	123
Lampiran 14 Usul Judul Skripsi .....	127
Lampiran 15 Persetujuan Seminar Proposal .....	128
Lampiran 16 Pengesahan Seminar Proposal .....	129
Lampiran 17 Surat Keputusan Pembimbing .....	130
Lampiran 18 Surat Izin Penelitian dari Fakultas .....	131
Lampiran 19 Surat Penelitian dari Dinas Pendidikan Ogan Ilir .....	132
Lampiran 20 Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 1 Indralaya Utara .....	133
Lampiran 21 Persetujuan Seminar Hasil Penelitian .....	134
Lampiran 22 Persetujuan Ujian .....	135
Lampiran 23 Kartu Bimbingan Skripsi .....	136

UPAYA MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA “F” TERHADAP PERUBAHAN KONDISI KELUARGA MELALUI KONSELING REALITAS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 INDRALAYA UTARA

---

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga melalui konseling realitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara. Metode penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan wawancara. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini ditandai dengan adanya peningkatan skor penyesuaian diri dari sebelum dilakukan konseling realitas sampai setelah pada siklus kedua. Sebelum dilakukan konseling realitas, konseli mendapatkan skor lima, setelah siklus pertama skor penyesuaian diri siswa “F” meningkat menjadi sepuluh. Kemudian pada siklus kedua skor menjadi 15. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan konseling realitas yang menekankan pada tahap eksplorasi keinginan dan tahap perencanaan tindakan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga. Dengan demikian, tindakan konseling realitas dapat digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa “F” terhadap perubahan kondisi keluarga.

**Kata Kunci :** Penyesuaian Diri, Kondisi Keluarga, Konseling Realitas

---

Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling FKIP  
UNSRI Tahun 2014

Nama : Devita Sary  
NIM : 06101007021  
Pembimbing 1 : Dra. Harlina, M.Sc  
Pembimbing 2 : Drs. Imron A Hakim, M.S



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan sebagai faktor utama dalam pembentukan pribadi manusia. Salah satu komponen dalam sistem pendidikan adalah peserta didik. Peserta didik merupakan pribadi-pribadi yang sedang berada dalam proses perkembangan. Dalam tahap perkembangannya siswa SMA digolongkan sebagai masa remaja. Hurlock (1999:206) memberi batasan masa remaja berdasarkan usia kronologis, yaitu antara tiga belas tahun hingga enam belas atau tujuh belas tahun. Masa remaja ditinjau dari rentang kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Setiap individu mempunyai tugas-tugas perkembangan yang berbeda dalam fase kehidupannya. Menurut Hurlock (1999:213) salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Penyesuaian sosial pada masa remaja dipengaruhi kemampuan menyesuaikan diri individu masing-masing.

Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, pransangka, dan emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis (Kartono, 2002:56). Fatimah (2006:198) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, (Schneiders dalam Desmita, 2009:192)

Dari pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk memiliki hubungan yang harmonis dengan lingkungan, dapat mengatasi kebutuhan dirinya, konflik-konflik dan frustrasi yang terjadi dalam hidupnya, serta memiliki perilaku sesuai dengan kondisi lingkungannya.

Menurut Willis (2012:55) salah satu dari jenis penyesuaian diri adalah penyesuaian diri di dalam keluarga. Fatimah (2006:210) menjelaskan bahwa perkembangan penyesuaian diri remaja sangat bergantung pada sikap penolakan orangtua, suasana psikologi dan sosial dalam kehidupan keluarga.

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan yang pertama dan utama bagi anak-anak dan remaja. Pendidikan keluarga lebih menekankan pada aspek moral atau pembentukan kepribadian daripada pendidikan untuk menguasai kepribadian (Hartinah, 2010:164). Sebuah keluarga dikatakan harmonis apabila struktur keluarga itu utuh dan interaksi diantara anggota keluarga berjalan dengan baik, artinya hubungan psikologis diantara mereka cukup memuaskan dirasakan oleh setiap anggota keluarga. Apabila struktur keluarga tidak utuh lagi atau tergantikan dengan orang lain misalnya kematian atau perceraian dan pernikahan kedua, maka kehidupan keluarga bisa jadi tidak harmonis lagi (Willis, 2012:105). Keluarga yang utuh tidak sekedar berkumpulnya ayah, ibu, dan anak, tetapi juga dalam kondisi fisik dan juga psikis. Antara keluarga yang utuh dan yang pecah mempunyai pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan anak (Ahmadi, 2007:229)

Keluarga utuh memiliki perhatian yang penuh atas tugas-tugasnya sebagai orang tua. Sebaliknya keluarga yang pecah atau *broken home* perhatian terhadap anaknya kurang (Ahmadi 2007:230). Kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua dapat berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti selama Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara serta hasil dari kegiatan konseling individual dapat diketahui bahwa seorang siswa "F" kelas X.4 di SMA Negeri 1 Indralaya Utara memiliki daya penyesuaian diri

yang kurang terhadap kondisi keluarga khususnya perubahan kondisi keluarga. Keluarga "F" mengalami perubahan sejak ibu "F" meninggal. Ibu "F" meninggal saat ia duduk di kelas VIII SMP dan saat ini ayahnya menikah dengan wanita yang memiliki tiga orang anak. Siswa tersebut dikategorikan siswa yang memiliki penyesuaian diri yang kurang terhadap perubahan kondisi keluarga dapat dilihat dari cara "F" yang tak acuh dengan keluarga barunya, "F" tidak menyukai ibu tirinya dan merasa diperlakukan tidak adil oleh ayahnya, nilai pelajaran yang menurun sejak ibunya meninggal, "F" sering merasa kesepian, merasa tidak ada yang menyayangi dan memperhatikan, juga sering merasa iri kepada teman-temannya yang memiliki keluarga utuh dan merasa tidak nyaman di rumah. "F" lebih senang berada di asrama daripada di rumah, ia jarang pulang ke rumah saat akhir pekan.

Jika hal ini diabaikan maka akan membuat siswa tersebut memiliki hambatan-hambatan di masa yang akan datang serta dapat menimbulkan sikap dan perilaku negatif yang merugikan dirinya maupun lingkungan.

Dari permasalahan di atas peneliti merasa perlu memahami lebih dalam masalah yang dialami "F" dan membantu "F" untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam hal ini siswa "F" memiliki penyesuaian diri yang kurang terhadap perubahan kondisi keluarga. Bantuan yang diberikan berupa layanan konseling individual melalui konseling realitas. Konseling Individual menurut Prayitno dan Amti (2004:105) adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.

Konseling realitas diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat bertanggung jawab atas semua tindakan yang dilakukan. Konseling realitas dapat digunakan secara individu maupun kelompok. Dalam hal ini peneliti menggunakan sistem intervensi konseling realitas dalam pemberian layanan konseling individual. Glesser (dalam Corey, 2010:263) mengemukakan bahwa konseling realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang, terapi ini berfungsi untuk membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan

dirinya sendiri maupun orang lain. Dengan memahami kondisi dan keadaan dirinya sekarang akan membantu siswa untuk mencapai kebutuhan yang salah satunya adalah penyesuaian diri. Pemberian layanan konseling realitas diharapkan dapat membantu siswa meningkatkan penyesuaian diri khususnya terhadap perubahan kondisi keluarga. Dengan demikian nantinya siswa akan mampu menerima atas pengalaman hidup yang dilaluinya khususnya di dalam keluarga, mampu menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi keluarga, dan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan keluarga. Untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga, peneliti menggunakan layanan konseling individual melalui konseling realitas.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah melalui konseling realitas dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa "F" terhadap perubahan kondisi keluarga melalui konseling realitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralaya Utara.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, yaitu :

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sumbangan yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang bimbingan dan konseling dengan ditemukannya hasil penelitian baru tentang upaya meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap perubahan kondisi keluarga.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Guru Pembimbing**

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi guru pembimbing di SMA Negeri 1 Indralaya Utara untuk dapat menggunakan konseling realitas untuk membantu meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap perubahan kondisi keluarga.

#### **2. Bagi Siswa**

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri melalui konseling realitas, sebab dengan pendekatan konseling realitas mereka bisa menyesuaikan diri mereka terhadap lingkungan mereka khususnya lingkungan keluarga dan dapat fokus pada keadaan dirinya sehingga mereka dapat memenuhi kebutuhan dan tujuan yang mereka inginkan secara bertanggung jawab sehingga mereka mendapatkan keyakinan dalam bertindak dan berperilaku yang lebih baik.

#### **3. Bagi Sekolah**

Penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi guru untuk selalu memperhatikan keadaan siswanya khususnya tentang kemampuan penyesuaian diri yang ditinjau dari latar belakang keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial. Cetakan ketiga*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chaplin, J. P. (1999). *Kamus Lengkap Psikologi*. penerjemah : Kartini Kartono. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Cholifatul dan Indah. (2002). *Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah*. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Corey, Gerald.2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Desmita, R. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya
- Farman, Adi. 2011. *Terapi Konseling Realitas*, (Online), (<http://adipsi.blogspot.com/2011/04/terapikonseling-realitas.html>, diakses 7 Desember 2013).
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi perkembangan*. Bandung. Pustaka Setia
- Gibson, Robert. 2011. *Bimbingan dan Konseling (Introduction to Counseling and Guidance)*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Hartinah, Sitti. 2010.*Pengembangan Peserta Didik. Cetakan kedua*. Bandung. Refika Aditama
- Heryadi, Akbar . 2013. *Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realitas di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013*. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Hurlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Kartini Kartono, 2002. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press

- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Cetakan kedua. Jakarta: Rineka Cipta
- Sobur, Alex. 2010. *Psikologi Umum. Edisi ketiga*. Bandung. Pustaka Setia
- Soedarmadji, Hartono. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group
- Sudrajat, Akhmat, 2008. *Tahapan Konseling Individual*. (online), (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/26/proses-layanan-konseling-individual/> diakses 9 Desember 2013)
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan. Cetakan keenam belas*. Bandung : Alfabeta
- Sukardi, Dewa K. 2007. *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sutarno. 2012. *Model Konseling Reality-Realitas* (online) (<http://himcyoo.wordpress.com/2012/06/25/model-konseling-reality-realitas/>, Diakses pada tanggal 7 Desember 2013)
- Wijayanti, Wahyu. 2012. *Makalah Pendekatan Konseling Realitas BK UNNES* (online). (<http://www.scribd.com/doc/98149822/Konseling-Realitaq-New>. Diakses pada tanggal 6 Desember 2013)
- Willis, Sofyan S. 2008. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung : Alfabeta
- Willis, Sofyan S. 2012. *Remaja dan Masakahnya*. Bandung. Alfabeta
- Willis, Sofyan S. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek* . Bandung : Alfabeta