

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lingkungan baru adalah sebuah stimulus yang terkadang dapat menjadi penyebab terjadinya kesulitan dalam penyesuaian diri bagi beberapa orang. Hal ini berlaku juga bagi mahasiswa yang baru mengenal lingkungan perguruan tinggi yang sangat berbeda dengan lingkungan saat masih SMA. Menjadi seorang mahasiswa merupakan tujuan utama bagi mayoritas siswa lulusan dari jenjang SMA. Namun euphoria menjadi mahasiswa baru pasti tetap memiliki kendala dalam pelaksanaannya. Beberapa hal yang dapat menjadi perubahan mendasar yang tiba-tiba yaitu lingkungan baru, teman baru dari berbagai kalangan bervariasi dan pemberian kebebasan secara akademik. Dengan kata lain, menjadi seorang mahasiswa tidak memiliki tuntutan untuk hadir dalam perkuliahan atau mengerjakan tugas seperti saat di SMA. Hal ini dapat menyebabkan keterkejutan bagi beberapa individu.¹

Penyesuaian diri merupakan permasalahan umum yang dapat ditemui pada mahasiswa baru. Hampir semua mahasiswa baru memiliki masalah berkaitan dengan penyesuaian diri pada situasi baru di perguruan tinggi. Penyesuaian diri tidak mudah dilakukan oleh remaja yang juga sedang mengalami masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional dengan rentang usia antara 13-17 tahun.²

Mahasiswa baru dapat mencapai hubungan yang baik apabila mahasiswa baru memiliki keterampilan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Komunikasi interpersonal merupakan bagian penting yang tidak dapat dipisahkan dari keseluruhan aktivitas manusia, terutama bagi mahasiswa baru yang memerlukan terbentuknya komunikasi secara aktif dengan lingkungan di perguruan tinggi.

DeVito menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan interaksi yang terjadi antara dua orang atau sekelompok kecil orang

¹ Rini (2002) dalam Anggi Raylian Arum dan Riza Noviana Khoirunnisa, "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Psikologi Anggi Raylian Arum Riza Noviana Khoirunnisa," *Jurnal Penelitian Psikolog*, 8.8 (2021), 187-98.

² Iflah Iflah dan Winda Dwi Listyasari, "Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru," *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2.1 (2013), 33 <<https://doi.org/10.21009/jppp.021.05>>.

dan adanya pemberian timbal balik. Namun, tidak semua mahasiswa baru dapat terbuka dengan orang lain sehingga dapat menjadikan mahasiswa baru sulit beradaptasi dengan lingkungan perguruan tinggi. Penyesuaian diri memang diawali dengan diri sendiri, lingkungan terkecil hingga lingkungan terbesar dilingkungan kampus, tolak ukur keberhasilan mahasiswa baru dapat dilihat dari bagaimana dia bisa menyesuaikan diri dilingkungan baru. Oleh karena itu, penyesuaian diri berperan penting dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.³

Menurut Tsytsaev & Krichmar stress akulturasi merupakan salah satu dampak negatif yang timbul akibat dari individu yang kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Stres akulturasi merupakan serangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, biasanya dapat memunculkan perasaan yang tidak menyenangkan dan mengganggu. Furnham & Bochner menyatakan kondisi tersebut sebagai *culture shock* (gegar budaya) yang ditandai dengan munculnya rasa kehilangan, kebingungan tentang perannya, dan kecemasan berlebihan yang membuat individu menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Bersikap positif dapat dilakukan dengan cara mengambil keuntungan saat terdapat beberapa peluang yang dapat terjadi ketika mereka berada di lingkungan baru dan menghadapi hal-hal baru. Mobilitas yang terbatas merupakan salah satu kekurangan bagi pendatang baru, hal ini dapat menyebabkan gagal mereka untuk dapat menikmati pengalaman baru sebagai pendatang. Besarnya tingkat keinginan mereka untuk belajar bagaimana berinteraksi dengan masyarakat lokal dapat mengurangi tingkat stres akulturasi yang mereka alami. Penyesuaian diri dapat terjadi dengan baik apabila individu dapat mengatasi stress akulturasi. Efek selanjutnya yang muncul jika stress akulturasi sudah dapat diatasi adalah terbentuknya kesejahteraan psikologis (*well being*) sehingga memungkinkan tercapainya tujuan belajar yang optimal bagi para mahasiswa baru.⁴

Scheneiders menyatakan bahwa proses penyesuaian diri yang baik ditandai dengan tidak adanya emosi yang berlebihan dalam menanggapi situasi dan masalah yang ada sehingga dapat teratasi

³ Putri Nabila Bilicha et al., "Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Baru Ditinjau Dari Tawadhu' Dan Penyesuaian Diri," *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 5.2 (1970), 109–18 <<https://doi.org/10.19109/psikis.v5i2.3890>>.

⁴ Iflah Iflah dan Winda Dwi Listyasari, "Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru," *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2.1 (2013), 33 <<https://doi.org/10.21009/jppp.021.05>>.

dengan emosi yang tenang dan terkontrol. Tanda lain bahwa penyesuaian diri berjalan dengan baik yaitu adanya sejumlah pertumbuhan atau perkembangan yang berhubungan dengan cara menyelesaikan situasi atau masalah yang penuh konflik, frustrasi dan ketegangan.⁵

Ketika individu menghadapi permasalahan dalam proses penyesuaian diri, maka akan ada upaya untuk mengatasi hal tersebut. Lazarus menyampaikan berbagai cara yang dapat dilakukan untuk menghilangkan stresor yang dihadapi, yaitu dengan menghindari masalah yang dihadapinya (*avoidance*), mengevaluasi kembali masalah yang dihadapinya dengan pola pikir yang positif (*distancing*), mengatur perasaan dan tindakannya (*self control*) dan mengambil langkah aktif untuk mengatasi stresor (*active coping*)⁶. Dampak negative dari ketidakbisaan penyesuaian diri ditandai dengan stress sehingga mengakibatkan ketidaknyamanan di lingkungan baru, bagi seseorang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik maka dia dapat mengatasi berbagai macam permasalahan yang ada.⁷

Salah satu tujuan bimbingan adalah melatih individu untuk beradaptasi dengan lingkungannya, terutama lingkungan baru di mana ia tinggal. Menciptakan keakraban antara individu satu dengan individu lainnya merupakan salah satu cara seseorang dapat berinteraksi dengan baik satu sama lain. Oleh karena itu, bimbingan kelompok dapat dikatakan sebagai sarana untuk mengembangkan dan melatih kemampuan individu dalam menjaga hubungan yang berkualitas sehingga dapat melakukan penyesuaian diri yang sehat.

Adapun tujuan dilakukannya bimbingan konseling islam social, yaitu agar individu mampu berbicara di depan banyak orang, mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak, belajar menghargai pendapat orang lain serta dapat menerima saran dan masukan dari orang lain,

⁵ Eri Wijanarko dan Muhammad Syafiq, “Studi Fenomenologi Pengalaman Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua Di Surabaya,” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 3.2 (2017), 79 <<https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p79-92>>.

⁶ Eri Wijanarko and Muhammad Syafiq, “STUDI FENOMENOLOGI PENGALAMAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA PAPUA DI SURABAYA,” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 3, no. 2 (August 10, 2017): 79, <https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p79-92>.

⁷ Tia Rifa Andriani dan Joko Kuncoro, “Hubungan Antara Konsep Diri dan Penyesuaian Diri dengan Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Banjir dan Rob di UNISSULA,” *Sultan Agung Fundamental Research Journal*, 1.1 (2020), 69–76 <<http://dx.doi.org/10.30659/safjrj.1.1.69-76>>.

bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakan, mampu mengendalikan diri dan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif), dapat bertenggang rasa, menjadi akrab satu sama lainnya, dan membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.⁸

Dari beberapa tujuan yang telah diuraikan tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling islam dapat melatih serta meningkatkan keterampilan individu dalam proses penyesuaian diri. Karena ruang lingkup penyesuaian diri selalu berhubungan dengan interaksi sosial antar individu. Bimbingan konseling ini sendiri juga dapat diterapkan pada perguruan tinggi karena permasalahan yang sering terjadi di lingkungan perguruan tinggi, khususnya pada kalangan mahasiswa tahun pertama atau mahasiswa yang baru meninggalkan pendidikan sebelumnya, yaitu statusnya sebagai siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Permasalahan yang dapat muncul diantaranya sulit berinteraksi dengan teman-teman sekelasnya, sulit memahami posisinya di perguruan tinggi, tidak berani mengemukakan pendapat di depan dosen dan teman-teman sekelasnya, malu bertanya terkait informasi tentang perkuliahan, dan kurangnya interaksi dengan aktivitas di dalam dan di luar kampus, ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan teman-teman yang memiliki latar belakang budaya, adat istiadat, dan kepercayaan yang berbeda, ketidakmampuan untuk mengambil tanggung jawab atas pendapat yang diungkapkan, dan kurangnya pengalaman dalam mengerjakan tugas-tugas sulit serta tidak mampu menempatkan diri di perguruan tinggi.⁹ Peranan bimbingan konseling islam sangat berpengaruh dan sangat membantu para mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri dengan baik.

Pola pembelajaran Mahasiswa baru di resimen mahasiswa IAIN Kudus didapati hambatan baik itu pemberian materi atau pendidikan karakter yang diberikan oleh anggota senior kepada anggota baru kurang sesuai dengan perkembangan zaman yang menyebabkan proses pendidikan anggota baru terhambat dan membutuhkan waktu yang banyak agar anggota baru dapat menerima dan melaksanakan ilmu yang telah diberikan dengan baik. Oleh karena itu Bimbingan Konseling terhadap anggota baru merupakan sebuah terobosan atau

⁸ Emmi Kholilah Harahap dan Sumarto, *Bimbingan Kolseling, Cetakan Kedua*, 2020.

⁹ Annisa Lestari dan Siska Dwi Paramitha, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa," *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1.1 (2020), 17–23 <<https://www.lp2msasbabel.ac.id/jurnal/index.php/IJoCE/article/view/1150>>.

inovasi baru agar proses pendidikan yang dijalani anggota baru dapat berjalan secara baik dan efisien.¹⁰

Hal ini selaras dengan yang disampaikan oleh saudara Eva Tiara selaku Wakil Komandan Menwa IAIN Kudus bahwa memang mahasiswa baru dari tahun ke tahun itu berbeda seiring berkembangnya dunia digitalisasi yang semakin maju, dimana era digital ini mempengaruhi pola pikir, budaya, tingkah laku, gaya hidup, kebiasaan hingga berinteraksi sosial. Maka dari itu untuk anggota baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus memerlukan perhatian, pendampingan dan treatment yang lebih sehingga proses pendidikan dan pembelajaran di Menwa dapat berjalan sesuai dengan harapan dan jadwal pendidikan yang sudah dibuat oleh anggota aktif.¹¹

Anggota baru merupakan tanggung jawab semua anggota aktif, dimana semua anggota aktif berkewajiban membentuk, membina serta membimbing anggota baru agar dapat menjadi anggota yang berkarakter islami yaitu mempunyai jiwa tolong menolong, peduli sesama, disiplin, beretika, patuh dan taat pada peraturan atau konstitusi yang ada. Hanan Muhaimin yang merupakan salah satu anggota aktif menyampaikan bahwa pelaksanaan Bimbingan Konseling yang sudah dilaksanakan sangat membantu dan dapat menekan atau mengatasi hambatan-hambatan yang telah menjadi faktor penghambat proses pembelajaran anggota baru di Resimen Mahasiswa IAIN Kudus.¹²

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa baru menghadapi masalah ketika menyesuaikan diri dengan perguruan tinggi, termasuk masalah dalam persahabatan, perasaan rendah diri, komunikasi dengan orang lain, kecemasan menghadapi ujian dan presentasi serta banyak lainnya. Berbagai permasalahan yang muncul akibat proses penyesuaian diri ini akan berdampak pada mahasiswa baru. Dampak negatif yang dideritanya antara lain kesehatan yang buruk dan pesimisme terhadap kemampuannya memimpin organisasi.¹³

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Jamaluddin menunjukkan bahwa permasalahan psikologis pada penyesuaian diri

¹⁰ Hasil observasi bersama Hanan Muhaimin anggota staff pada 25 Desember 2022

¹¹ Eva, wakil komandan, Wawancara Oleh Penulis, pada tanggal 25 Desember 2022

¹² Hanan, anggota staff, Wawancara Oleh Penulis, pada tanggal 25 Desember 2022

¹³ Patricia Oetomo, Listiyo Yuwanto, dan Raharju Soerjantini, "Faktor Penentu Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Emerging Adulthood Tahun Pertama dan Tahun Kedua (Determinants of Adjustment for New Students Emerging Adulthood First Year and Year Two)," *Mind Set*, 8.2 (2017), 67–77.

adalah adanya perasaan diri yang introvert terhadap lingkungan dan tuntutan yang ada, serta ketidakmampuan dalam mengikuti dan mencapai proses beradaptasi dengan baik. Kesulitan yang dihadapi individu dalam penyesuaian diri secara psikologis disebabkan oleh terbatasnya kemampuan mereka dalam mengutarakan pendapatnya di depan umum atau dalam mengungkapkan emosi yang dirasakan berupa perasaan tidak nyaman atau tidak pantas. Tidak semua mahasiswa mampu berkomunikasi secara lisan, terutama mereka yang belum pernah mendapat pelatihan apapun sebelum perguruan tinggi. Oleh karena itu, dalam situasi seperti itu individu akan merasa tidak nyaman.¹⁴ Berbagai macam problematika permasalahan yang dialami mahasiswa baru harus segera tertangani dengan baik sehingga mahasiswa baru dapat menjalani dan melewati permasalahan yang ada agar dapat membuahkan prestasi

Penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling islam sosial berperan penting dalam mengurangi hambatan-hambatan yang sedang dialami oleh anggota baru baik dalam berpendidikan di menwa maupun diperkuliahan dengan akhlakul karimah yang berpedoman pada Rasulullah SAW. Dengan memiliki penyesuaian diri yang baik maka anggota baru akan lebih mudah menghadapi persoalan persoalan yang ada sehingga mendapatkan masa depan yang cerah. Oleh karena itu dengan alasan ini penulis ingin menyampaikan gagasan dengan judul **“Implementasi Bimbingan Konseling Islam Dalam Penyesuain Diri dan Membentuk Karakter Islami Anggota Baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus”**

B. Fokus Penelitian

Definisi batasan masalah dalam penelitian kualitatif disebut fokus, yang memuat pokok masalah. Dalam hal ini, peneliti kualitatif fokus pada penguatan penelitiannya yang menetapkan fokus untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif dan mendalam tentang situasi sosial, kami memutuskan fokus berdasarkan tingkat relevansi informasi yang diperoleh dari situasi sosial. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemilihan fokus penelitian.

Fokus penelitian ini berdasarkan permasalahan yang terkait dengan teori-teori yang sudah ada. Penelitian ini difokuskan pada penyesuaian diri anggota baru resimen mahasiswa IAIN Kudus

¹⁴ Muhammad Jamaluddin, “A Model Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru,” *Indonesian Psychological Research*, 2.2 (2020), 109–18 <<https://doi.org/10.29080/ipr.v2i2.361>>.

terhadap karakter islami. Disini para senior sebagai pelaksana bimbingan konseling islam sosial dimana anggota baru dibimbing, diarahkan dan dibantu agar dapat menyesuaikan diri terhadap karakter islami dengan baik dilingkungan resimen mahasiswa IAIN Kudus

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Implementasi Bimbingan Konseling Islam dalam Membantu Penyesuaian Diri Anggota Baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus
2. Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Islami Anggota Baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus

D. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan deskripsi yang mendalam tentang Implementasi Bimbingan Konseling Islam dalam Membantu Penyesuaian Diri Anggota Baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus
2. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan deskripsi yang mendalam tentang Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Islami Anggota Baru Resimen Mahasiswa IAIN Kudus.

E. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya sebuah tujuan penelitian ini, diharapkan dapat berguna dengan baik dari segi teoritis maupun segi praktis . adapun kegunaan atau manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan mampu memperluas khazanah keilmuan khususnya dibidang bimbingan konseling islam sosial dalam membantu penyesuaian diri terhadap karakter islami
 - b. Sebagai sumber informasi dan referensi khususnya bimbingan konseling islam dan mahasiswa umum dalam penyesuaian diri anggota baru resimen mahasiswa terhadap karakter islami
2. Manfaat praktis
 - a. Penelitian ini mampu memberikan pemahaman baru bagi masyarakat, akademis, praktisi maupun masyarakat umum mengenai penyesuaian diri terhadap karakter islami

- b. Bagi resimen mahasiswa hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam hal penyesuaian diri anggota baru terhadap karakter islami menggunakan bimbingan konseling islam sosial

Dan bagi peneliti, hasil penelitian ini sebagai syarat menyelesaikan studi S.1 dan sebagai bentuk pengabdian yang terakhir kepada masyarakat

F. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran dalam penyusunan skripsi ini secara menyeluruh, maka penyusunan skripsi ini disusun dengan sistematika sebagai berikut:

1. Bagian Muka

Bagian ini terdiri dari halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman motto, persembahan, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar, daftar table.

2. Bagian Isi

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini menguraikan latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini berisi kajian teori, penelitian terdahulu dan kerangka berfikir.

BAB III METODE PENELITIAN

Dalam bab ini mencakup beberapa poin di antaranya membahas mengenai jenis dan pendekatan penelitian, setting penelitian, subyek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data.

BAB IV HASIL PENELITIAN

Bab ini memberikan gambaran obyek penelitian, deskripsi data penelitian, dan analisis data penelitian.

BAB V PENUTUP

Pada bab ini berisi kesimpulan, saran, dan penutup.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir terdiri dari daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung isi skripsi