

## BAB II

### KERANGKA TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Lansia

Menurut werner, perkembangan merupakan sebuah proses perubahan yang bersifat tetap dan tidak dapat diulang. Salah satu objek dari perkembangan yakni manusia atau person.<sup>1</sup> Perkembangan manusia dikemukakan oleh Hurlock menjadi 10 fase perkembangan.

##### a. Periode Pranatal

Pranatal merupakan masa sebelum kelahiran. Dalam masa ini kondisi lingkungan dapat mempengaruhi periode pranatal. Terdapat beberapa ciri-ciri dari periode pranatal, yaitu:

- 1) Sifat bauran yang berfungsi untuk dasar dari perkembangan selanjutnya, sifat ini meliputi sifat fisik, sifat psikologis, dan sifat bawaan.
- 2) Kondisi yang baik pada ibu dapat menunjang sifat bawaan.
- 3) Kondisi ibu tidak dapat mengubah jenis kelamin pada saat pembuahan
- 4) Selama periode perkembangan, waktu Sembilan bulan didalam kandungan menjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang normal dibandingkan periode lain.
- 5) Periode pranatal menjadi periode perkembangan yang sensitif terhadap bahaya, baik bahaya secara fisik maupun bahaya secara psikologis.
- 6) Orang yang berkepentingan berperan dalam membentuk sikap individu yang baru.

Selain ciri-ciri diatas, pada periode pranatal terdapat sikap orang yang dapat mempengaruhi fase perkembangan, yaitu ibu. Keadaan emosi ibu dapat mempengaruhi perkembangan anak.<sup>2</sup>

##### b. Masa Bayi Baru Lahir

Masa bayi baru lahir disebut masa bayi neonatal. Masa neonatal merupakan masa awal kehidupan seseorang setelah

---

<sup>1</sup> F J Monks dan A M P Knoers, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, terj. Siti Rahayu Haditono (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2002), 1.

<sup>2</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 28-37

keluar dari rahim ibu atau disebut kehidupan pertama. Masa neonatal memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Masa bayi neonatal merupakan periode tersingkat dalam perkembangan

Masa bayi neonatal dihitung sejak awal dilahirkan hingga bayi berusia dua minggu, sehingga menjadikan masa ini merupakan masa yang paling singkat sepanjang fase perkembangan. Menurut medis fase ini akan berakhir setelah tali pusar lepas dari pusarnya. Menurut psikologis bayi akan mulai menunjukkan kemajuan perilaku.

- 2) Masa bayi neonatal merupakan masa terjadinya penyesuaian yang radikal

Setelah bayi lahir terdapat pola perubahan yang awalnya perkembangan di dalam perut ibu berubah menjadi perkembangan diluar perut ibu. Kelahiran bayi menjadikan gangguan terhadap perkembangan bayi dalam pembuahan, hal ini menjadikan bayi harus menyesuaikan diri dengan peralihan tersebut.

- 3) Masa bayi neonatal merupakan masa terhentinya perkembangan

Pada periode prenatal pertumbuhan dan perkembangan terjadi begitu pesat selama Sembilan bulan, setelah kelahiran seringkali terjadi sedikit kemunduran. Contohnya berkurangnya berat badan bayi, kemunduran ini berlangsung hanya beberapa hari sampai seminggu, setelah itu perkembangan bayi akan meningkat kembali.

- 4) Masa bayi neonatal merupakan awal dari perkembangan selanjtnya

Perkembangan bayi yang baru lahir menjadi petunjuk awal dari berkembangnya individu seperti apa yang diharapkan.

- 5) Masa bayi neonatal merupakan periode yang berbahaya

Secara fisik, periode ini berbahaya dikarenakan pentingnya penyesuaian diri dilingkungan yang baru dan sangat berbed, itulah penyebab banyaknya kasus bayi yang meninggal. Sedangkan secara psikologis, masa ini merupakan masa dimana sikap dari orang tertentu pada bayi terbentuk, pada periode prenatal dan periode neonatal mungkin terdapat beberapa perubahan.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 52-53

### c. Masa Bayi

Masa bayi merupakan masa yang berlangsung selama dua tahun setelah masa bayi neonatal. Pada periode ini bayi ditandai dalam keadaan sangat tidak berdaya. Namun keadaan ini berangsur-angsur menurun. Berikut ciri-ciri dari masa bayi:

- 1) Masa bayi merupakan masa dasar yang sesungguhnya  
 Masa bayi merupakan periode dasar kehidupan yang sesungguhnya. Pada masa ini terdapat pola perilaku, pola ekspresi emosi serta sikap yang terbentuk.
- 2) Masa bayi merupakan masa pertumbuhan dan perubahan berjalan pesat  
 Bayi berkembang pesat pada periode ini, perkembangan itu meliputi perkembangan fisik dan juga perkembangan psikologisnya. Selain perkembangan tersebut, intelektual bayi juga berkembang seiring dengan kemampuan bayi dalam mengenali objek dari lingkungannya.
- 3) Masa bayi adalah masa berkurangnya ketergantungan  
 Kemungkinan bayi untuk dapat duduk, berdiri, berjalan dan menggerakkan benda-benda yang berada disekitarnya menjadikan sedikit terbentuknya kemandirian pada bayi.
- 4) Masa bayi merupakan masa meningkatnya individualitas  
 Meningkatnya kemandirian menjadikan bayi mampu mengembangkan hal sesuai dengan minat dan kemampuannya. Menjelang akhir masa bayi, individualitas akan semakin menonjol.
- 5) Masa bayi merupakan awal sosialisasi  
 Egosentrisme menjadikan bayi memiliki keinginan untuk menjadi bagian dari suatu kelompok. Contohnya bayi akan mulai protes jika ditinggal sendiri dan mencoba memperoleh perhatian dari orang lain melalui hal-hal yang dapat dilakukannya.
- 6) Masa bayi merupakan masa awal perkembangan pengolongan peran seks  
 Setelah anak dilahirkan, anak laki-laki akan diperlakukan seperti anak laki-laki dan anak perempuan akan diperlakukan seperti anak perempuan. Misalnya anak laki-laki diberikan pakaian dengan warna biru, sedang anak perempuan diberikan hiasan-hiasan, mainan yang diberikan pun berbeda, anak laki-laki diberikan mainan mobil dan

anak perempuan diberikan boneka. Pada masa ini anak mulai dikenalkan dengan jenis kelaminnya.

7) Masa bayi merupakan masa yang menarik

Tubuh bayi yang berdasarkan ukuran memiliki kepala yang besar dan perut buncit menjadikan ia menarik. Sedangkan menurut beberapa orang ketidakberdayaan seorang bayi menjadikannya menarik. Setelah beranjak besar, bayi yang memiliki tubuh seperti boneka dan mulai sulit diatur menjadikan bayi tidak menarik lagi.

8) Masa bayi merupakan awal kreativitas

Dalam bulan-bulan awal, bayi akan mengembangkan minat dalam membentuk kreativitas, melalui pola-pola yang diletakkan orang lain.

9) Masa bayi adalah masa berbahaya

Pada masa ini bayi akan lebih rentan terhadap bahaya, baik bahaya secara fisik dan bahaya secara psikologis. Bahaya fisik dapat berupa penyakit atau kecelakaan. Sedangkan bahaya psikologis dapat berupa dasar yang buruk yang diberikan oleh orang tua.<sup>4</sup>

**d. Masa Awal Anak-Anak**

Masa anak-anak merupakan periode perkembangan terpanjang. Masa anak-anak dimulai dari setelah periode masa bayi yaitu 2 tahun sampai tahap anak matang secara seksual. Masa anak-anak dibagi menjadi dua periode yaitu masa awal dan masa akhir. Garis pemisah antara masa awal anak-anak dan masa akhir anak-anak digunakan untuk anak yang mencapai usia wajib belajar. Terdapat ciri-ciri dari masa awal anak-anak yaitu sebagai berikut:

1) Sebutan yang digunakan orang tua

Sebagian orang tua menganggap masa awal anak-anak merupakan masa yang sulit. Masa yang sulit diartikan sebagai masa dimana lebih banyak masalah yang ditimbulkan, karena pada masa ini anak sedang mengembangkan kepribadian yang unik dan menuntut kebebasan.

2) Sebutan yang digunakan para pendidik

Pendidik menyebutkan bahwa tahun awal masa anak-anak disebut masa praseskolah. Masa ini dianggap fase dimana anak harus membedakan situasi dan menyiapkan anak dalam memasuki dunia pendidikan formal.

---

<sup>4</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 76-78

3) Sebutan yang digunakan para ahli psikologi

Para ahli psikologi menyebutkan masa awal anak-anak merupakan usia kelompok. Masa yang mana anak mulai mempelajari dasar dari perilaku sosial yang menjadi bekal dalam penyesuaian diri kedepannya.<sup>5</sup>

**e. Masa Anak-Anak Akhir**

Masa anak-anak akhir dimulai dari anak usia enam tahun sampai anak mencapai matang secara seksual. Masuknya fase akhir dari anak-anak dimulai saat anak sudah menjalani pendidikan formal kelas satu. Anak akan mulai menyesuaikan diri dengan tuntutan dan harapan baru pada pendidikan formal. Ciri-ciri dari masa anak-anak akhir yaitu:

1) Label yang digunakan oleh orang tua

Orang tua menyebut masa anak-anak akhir sebagai masa dimana anak mulai tidak menuruti perintah. Sebagian orang tua juga menyebutkan bahwa masa anak-anak akhir sebagai masa yang tidak rapi.

2) Label yang digunakan para pendidik

Pendidik memberikan label pada masa anak-anak akhir sebagai masa usia dasar sekolah. Karena pada masa ini anak mendapatkan dasar pengetahuan dan dasar pengembangan yang dianggap penting untuk anak menyesuaikan diri di usia dewasa.

3) Label yang digunakan ahli psikologi

Bagi para ahli psikologi mengatakan bahwa pada masa anak-anak akhir, anak akan fokus pada bagaimana ia dapat diterima di lingkungan atau kelompok anak usia sebayanya. Maka dari itu anak akan menyesuaikan dirinya untuk memenuhi standar tersebut. Dari hal ini para ahli psikologi berpendapat bahwa masa anak-anak akhir sebagai masa penyesuaian diri.<sup>6</sup>

**f. Masa Puber**

Pubertas merupakan perkembangan anak menuju makhluk seksual. Menurut Root mengatakan bahwa masa puber merupakan tahap perkembangan terjadinya kematangan alat seksual agar tercapai kemampuan reproduksi. Pada masa

---

<sup>5</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 108-109

<sup>6</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 146-147

pubertas terjadi beberapa perubahan fisik. Beberapa ciri-ciri masa puber yaitu:

- 1) Masa puber merupakan periode tumpang tindih  
Masa puber dianggap masa tumpang tindih karena masa ini mencakup masa anak-anak akhir dan masa awal remaja.
- 2) Masa puber adalah periode yang singkat  
Masa puber menjadi masa yang relatif singkat yaitu dua sampai empat tahun.<sup>7</sup>

#### g. Masa Remaja

Dalam bahasa latin remaja berasal dari kata *adolescere* yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Dalam periode masa remaja tidak jauh berbeda dengan periode lainnya. Melalui istilah *adolescere* diartikan bahwa pertumbuhan mencakup kematangan mental, kematangan emosional, kematangan sosial, dan fisik. Ciri-ciri masa remaja yaitu:

- 1) Masa remaja merupakan masa yang penting  
Setiap periode memiliki kadar kepentingan yang berbeda-beda. Pada masa remaja terdapat alasan langsung mengapa periode ini menjadi penting. Perkembangan fisik remaja yang cepat harus dibarengi dengan perkembangan mental yang baik. Perlunya perkembangan penyesuaian mental agar dapat membentuk sikap yang baik.
- 2) Masa remaja sebagai periode peralihan  
Periode peralihan yang dimaksudkan adalah pada masa remajastatus individu tidak jelas, remaja bukan lagi anak-anak dan juga bukan orang dewasa. Hal ini mempengaruhi tingkat perilaku individu dan menyesuaikan diri dengan nilai-nilai yang baru.
- 3) Masa remaja sebagai periode perubahan  
Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan perubahan yang sejajar antara sikap atau perilaku dan perubahan fisik. Terdapat lima perubahan yang bersifat menyeluruh. Pertama meningkatnya emosi yang bergantung dengan perubahan fisik dan psikologis. Kedua perubahan terhadap minat dan peran dari kelompok sosial. Ketiga, masalah baru yang timbul terasa lebih sulit dalam menyelesaikannya. Keempat berubahnya minat mempengaruhi perubahan pola perilaku yang berakibat

---

<sup>7</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 184

berubahnya nilai-nilai. Kelima, sebagian besar remaja menginginkan kebebasan tapi sering takut dalam mempertanggungjawabkan akibatnya.

4) Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Penyesuaian diri remaja terhadap kelompoknya menjadikan remaja ambat laun mulai mencari identitas dirinya dan mulai tidak puas dengan teman-temannya.<sup>8</sup>

**h. Masa Dewasa Dini**

Masa dewasa dini merupakan fase penyesuaian diri dalam menjalani pola kehidupan baru. Orang dewasa diharapkan dapat menjalani peran baru dan mengembangkan sikap baru. Terdapat beberapa ciri-ciri masa dewasa dini:

1) Masa dewasa dini sebagai masa pengaturan

Masa dewasa dini menjadi masa dimana individu mulai mengatur masa depannya. Menentukan pola hidup yang diyakini dapat memenuhi kebutuhan hidup.

2) Masa dewasa dini sebagai usia reproduktif

Salah satu peran yang penting dalam hidup individu adalah menjadi orang tua. Pada masa dewasa dini beberapa individu sudah memantapkan diri untuk menjadi orang tua.

3) Masa dewasa dini sebagai masa ketegangan emosional

Ketika suatu individu berada dilingkungan baru, maka pemahaman terhadap lingkungan baru sangat dibutuhkan. Terkadang dalam situasi yang baru seseorang merasa resah.

4) Masa dewasa dini sebagai masa komitmen

Ketika beranjak menjadi dewasa, individu akan dihadapkan dengan perubahan tanggungjawab. Menentukan pola hidup baru menjadikan seseorang harus mandiri dan membuat komitmen baru dalam hidupnya.<sup>9</sup>

**i. Usia Madya**

Masa madya merupakan masa dimana terdapat perubahan dengan dimulainya penurunan fungsi fisik dan mental. Penurunan ini menjadikan masa madya merasa sulit dan harus menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Beberapa ciri-ciri usia madya yaitu:

---

<sup>8</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 206-208

<sup>9</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 246-250

- 1) Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti  
Semakin mendekati usia lanjut menjadikan usia madya menjadi periode yang menakutkan. Hal ini juga didukung faktor stereotip yang kurang menyenangkan pada usia madya.
- 2) Usia madya merupakan masa transisi  
Sama seperti periode puber, masa madya juga menjadi periode transisi antara masa dewasa dan masa usia lanjut.
- 3) Usia madya merupakan masa stress  
Perubahan pola keseharian individu dikarenakan usianya menjadikan periode madya menjadi periode yang rentan terhadap stress. Penyesuaian diri dalam menghadapi penurunan fungsi fisik dan psikologis menjadikan individu harus mengubah pola kehidupannya.
- 4) Usia madya merupakan masa yang jenuh  
Rutinitas kehidupan menjadikan individu pada usia madya merasa jenuh dan membutuhkan hiburan.<sup>10</sup>

#### **j. Usia Lanjut**

Menurut undang-undang nomor 13 tahun 1998 dijelaskan bahwa lansia merupakan orang yang telah mencapai usia 60 tahun. Dalam psikologi perkembangan proses yang berkesinambungan merupakan pengertian dari perkembangan. Perubahan akan berjalan seiring berjalannya waktu sepanjang kehidupan. Pada umumnya psikolog menetapkan usia lanjut dimulai dari usia 60 tahun.<sup>11</sup>

Fungsi imunitas tubuh dalam fungsi melawan infeksi akan menurun dalam peningkatan usia. Ketika usia meningkat maka resiko penyakit akan meningkat. Selain imunitas tubuh, peningkatan usia juga menurunkan fungsi dari kognitif. Kecepatan dalam memproses informasi pelan-pelan juga akan mengalami penurunan.<sup>12</sup>

Salah satu karakteristik lansia yang sering disebutkan adalah penurunan daya ingat. Salah satunya disebabkan oleh menurunnya sistem saraf yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir otak. Meliputi:

---

<sup>10</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 320-324

<sup>11</sup> M. Shoffa Saifillah Al Faruq, Sukatin, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2020), 228

<sup>12</sup> M. Shoffa Saifillah Al Faruq, Sukatin, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2020), 233

- a. Penurunan daya ingat
- b. Penurunan fungsi penglihatan, peraba dan indra pendengaran
- c. Memburuknya kesehatan seorang lansia.<sup>13</sup>

Usia lanjut ditandai juga melalui perubahan fisik dan perubahan psikologis. Efek sejauh mana perubahan ini berpengaruh terhadap sejauh mana lansia dapat menyesuaikan diri dengan baik atau buruk. Akan tetapi kecenderungan usia lanjut membawa lansia kepada penyesuaian diri yang buruk.

Sikap sosial yang kurang menyenangkan menjadikan lansia tidak mengembangkan konsep diri yang baik. Hal ini menjadikan lansia menjadi kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri. Hal ini terjadi dengan salah satu alasan yaitu, semakin hilangnya kegiatan sosial yang dijalani oleh lansia.<sup>14</sup>

Lansia terlantar merupakan lansia yang ditelantarkan oleh keluarganya dan juga masyarakat sehingga lansia tersebut menggelandang.<sup>15</sup> Hal ini menjadi perhatian bagi panti-panti lansia. Lansia yang terlantar diterima untuk tinggal di panti, sebagai lansia yang diterima dipanti, banyak hal baru dan lingkungan baru yang menjadikan lansia harus melakukan penyesuaian diri untuk tinggal di panti.

Permasalahan penyesuaian diri lansia yang tinggal di panti biasanya terjadi dalam aspek hubungan sosial. Lansia tidak mampu menjalin hubungan dengan penghuni panti, serta kurang bisanya lansia dalam menerima perbedaan yang dimiliki oleh setiap individu.<sup>16</sup>

---

<sup>13</sup> M. Shoffa Saifillah Al Faruq, Sukatin, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2020), 49

<sup>14</sup> Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2014), 380

<sup>15</sup> Marcella Oktavia Gosal, Yuwono Prianto, "Perlindungan Hukum Terhadap Lanjut Usia Yang Mengalami Kekerasan Psikologis dan Finansial," *Era Hukum Jurnal Ilmiah ilmu Hukum 15*, No 2 (2017): 301, di akses pada 20 Oktober, 2023, <https://journal.untar.ac.id/index.php/hukum/article/view/1072>

<sup>16</sup> Fitri Febriani, Dkk, "permasalahan yang dialami lansia dalam melakukan penyesuaian diri di panti sosial dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling (studi deskriptif terhadap lansia di PTSW sabai nan aluih sicincin)," *jurnal konseling dan pendidikan 3*, No 1 (2015): 25, di akses pada 20 Oktober, 2023, <https://server.iicet.org/jkp/index.php/jkp/article/view/123/pdf>

## 2. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok merupakan kegiatan kelompok yang dipimpin oleh pimpinan kelompok yang menyampaikan informasi serta mengarahkan anggota kelompok untuk menjalankan diskusi untuk mencapai tujuan. Didalam bimbingan kelompok dapat berisi mengenai pembahasan masalah, pemberian informasi, masalah pribadi dan juga masalah sosial.<sup>17</sup>

Bimbingan kelompok merupakan bantuan yang diberikan dalam situasi kelompok yang berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok dengan membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan juga masalah sosial. Bimbingan kelompok diberikan kepada kelompok kecil yang beranggotakan 2-10 konseli dengan tujuan anggota kelompok dapat melakukan pencegahan masalah serta mengembangkan keterampilan hidup yang dibutuhkan.<sup>18</sup>

Menurut prayitno bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok dimana anggota kelompok dapat bebas mengutarakan pendapat yang bermanfaat untuk diri sendiri atau peserta yang lain.<sup>19</sup>

Dari uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang beranggotakan 2-10 konseli dengan pemimpin kelompok (konselor) dalam menjalankan diskusi terkait masalah tertentu dengan tujuan terselesaikannya masalah yang ditentukan. Dalam bimbingan kelompok dibutuhkan konselor yang profesional dalam pelaksanaan imbingan kelompok.

Tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan-kesulitan yang dialami oleh konseli, memecahkan masalah yang sedang dihadapi

---

<sup>17</sup> Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok* (Tulungagung: UD Duta Sablon, 2022), 11

<sup>18</sup> Ardimen, dkk, "Model Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Muhasabah," *Jurnal Pendidikan Islam* 8, No 2 (2019): 280-281, di akses pada 18 Oktober, 2023, <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/TADIBUNA/article/view/2232>

<sup>19</sup> Sabrina Dachmiati, "Program Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Sikap Dan Kebiasaan Belajar Siswa," *Jurnal Ilmu Kependidikan II*, No 1(2015): 12-13, di akses pada 18 Oktober, 2023, <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/Faktor/article/view/371>

oleh konseli.<sup>20</sup> Layanan bimbingan kelompok juga memiliki tujuan dalam membangun kemampuan bersosialisasi, mendorong pengembangan perasaan pikiran, persepsi, sikap dan tingkah laku yang lebih efektif melalui peningkatan kemampuan berkomunikasi yang baik.<sup>21</sup>

Prayetno mengungkapkan materi yang dibahas dalam bimbingan kelompok merupakan permasalahan yang menjadi perhatian dari peserta bimbingan kelompok. Pembahasan topik dapat mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan bahkan sikap dari anggota bimbingan. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok pemilihan anggota dalam bimbingan kelompok dapat disamakan berdasarkan masalah yang dialami anggota.<sup>22</sup>

Proses layanan pasti diperlukan tahapan yang harus dilalui, dengan tujuan layanan yang dilakukan dapat terarah dan sistematis tepat sasaran. Menurut prayitno terdapat empat tahapan dalam bimbingan kelompok, yaitu:

a. Tahap pembentukan

Tahap ini berisi pengenalan keterlibatan diri dalam kelompok. Dalam tahap ini antar anggota kelompok memperkenalkan diri serta menyampaikan tujuan yang ingin dicapai. Menyampaikan penjelasan terkait bimbingan kelompok dengan tujuan setiap anggota dapat memahami apa itu bimbingan kelompok serta alasan diadakannya bimbingan kelompok. Asas kerahasiaan juga sangat perlu untuk disampaikan kepada anggota agar masalah yang akan dibahas tidak menyebar ke orang yang diluar anggota bimbingan kelompok.

b. Tahap peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan dari tahap pertama menuju tahap ketiga. Adapun yang dilakukan dalam tahap peralihan ini yaitu:

---

<sup>20</sup> Ardimen, dkk, "Model Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Muhasabah," *Jurnal Pendidikan Islam* 8, No 2 (2019): 281, di akses pada 18 Oktober, 2023, <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/TADIBUNA/article/view/2232>

<sup>21</sup> Jahju Hartanti, Bimbingan Kelompok (Tulungagung: UD Duta Sablon, 2022), 12

<sup>22</sup> Ardimen, dkk, "Model Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Muhasabah," *Jurnal Pendidikan Islam* 8, No 2 (2019): 281-282, di akses pada 18 Oktober, 2023, <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/TADIBUNA/article/view/2232>

- 1) Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan ditahap ketiga
  - 2) Memastikan kesiapan anggota terhadap kegiatan ditahap ketiga
  - 3) Membahas suasana yang terjadi
  - 4) Meningkatkan kemampuan anggota dalam ikut serta dalam jalannya bimbingan kelompok
- c. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan merupakan inti dari bimbingan kelompok. Aspek yang menjadi topik pembahasan perlu diperhatikan dengan seksama oleh pemimpin kelompok. Kegiatan yang berada ditahap ini meliputi:

- 1) Setiap anggota bebas mengungkapkan masalah yang ingin dibahas
  - 2) Menetapkan topik masalah yang ingin dibahas terlebih dahulu
  - 3) Anggota membahas setiap masalah secara mendalam dan tuntas
- d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini yang menjadi pokok perhatian adalah hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut. Dalam tahap pengakhiran kelompok sendiri yang akan menentukan jadwal melakukan bimbingan selanjutnya.<sup>23</sup>

Layanan bimbingan kelompok memiliki tiga fungsi yaitu fungsi pengembangan, fungsi pencegahan, dan fungsi pengentasan.

- 1) Fungsi pengembangan, merupakan fungsi untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh individu, terutama dalam sosialisasi dan komunikasi.
- 2) Fungsi pencegahan, merupakan fungsi untuk mencegah timbulnya permasalahan dalam anggota kelompok.
- 3) Fungsi pengentasan, merupakan fungsi untuk menyelesaikan sebuah permasalahan. Dinamika kelompok dapat dimanfaatkan untuk mengambil tindakan terhadap suatu permasalahan.<sup>24</sup>

### 3. Pendekatan altruisme

Menurut KBBI edisi kelima, disebutkan bahwa arti kata altruisme merupakan sebuah sifat yang lebih memperhatikan dan

---

<sup>23</sup> Jahju Hartanti, Bimbingan Kelompok (Tulungagung: UD Duta Sablon, 2022), 15-18

<sup>24</sup> Jahju Hartanti, Bimbingan Kelompok (Tulungagung: UD Duta Sablon, 2022), 20-21

mengutamakan kepentingan orang lain. Sikap ini bersifat naluri yang berupa dorongan untuk melakukan jasa terhadap orang lain, atau dalam kata yang lebih ringkas, altruisme merupakan kebalikan dari egoisme.

Dalam rumpun ilmu psikologi salah satu objeknya yaitu ilmu sosial. Bidang ini mengkaji terkait topik tertentu yang ada dilapangan dalam perspektif psikologi sosial. Menurut meyr, baron dan bryne mendefinisikan psikologi sosial yaitu kajian yang digunakan untuk mengetahui sebab dari munculnya perilaku individu dalam situasi sosialnya. Salah satu sikap dalam psikologi sosial yaitu prososial.

Baron dan Bryne menjelaskan bahwa prososial merupakan sebuah sikap atau perilaku yang dilakukan untuk memberikan keuntungan bagi orang lain yang belum tentu memberikan keuntungan yang jelas bagi yang melakukan. Salah satu bentuk dari prososial adalah altruisme.<sup>25</sup>

Altruisme merupakan tindakan suka rela yang dilakukan untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun. Menurut myers, altruistik dideskripsikan keinginan seseorang untuk menolong orang lain tanpa memikirkan kepentingan diri sendiri.<sup>26</sup>

Berdasarkan pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa, altruisme merupakan sikap menolong orang lain yang dilakukan secara suka rela tanpa mengharapkan imbalan.

Agar dapat dikatakan seseorang memiliki sikap altruisme, maka diperlukan indikator sebagai berikut:

- a. Menolong sesama tanpa pamrih
- b. Tidak egois
- c. Bersedia berkorban untuk orang lain
- d. Peka dan siap membantu sesama
- e. Murah hati dan memiliki empati.<sup>27</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan tindakan prososial atau altruisme, sebagai berikut:

---

<sup>25</sup> Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta Timur: Bumi Aksara, 2021), 77-79

<sup>26</sup> Fina Hidayati, "Konsep Altruisme Dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (Itsar)," *Jurnal Psikoislamika* 13, No 1 (2016): 60

<sup>27</sup> Fina Hidayati, "Konsep Altruisme Dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (Itsar)," *Jurnal Psikoislamika* 13, No 1 (2016): 60

- a. Faktor kepribadian  
 Dalam faktor kepribadian memandang bahwa lingkungan sosial individu memiliki harapan tinggi untuk diterima dalam lingkungannya.
- b. Faktor personal dan situasional  
 Kebanyakan seseorang akan suka menolong orang yang disukainya atau orang yang memiliki kesamaan dengannya ketika membutuhkan pertolongan. Selain faktor personal, terkadang seseorang mau menolong orang lain dikarenakan situasi yang mendorong untuk melakukan pertolongan.
- c. Hubungan sosial  
 Dalam kehidupan keseharian, seseorang akan lebih suka menolong orang yang sudah dikenal daripada menolong orang asing.
- d. Nilai agama dan moral  
 Salah satu faktor seseorang memberikan pertolongan yaitu penghayatan seseorang terhadap nilai-nilai agama dan tuntutan moral yang mendorong individu tersebut.
- e. Tanggung jawab  
 Kesadaran individu akan keterlibatannya dalam suatu komunitas masyarakat menjadikan seseorang sadar akan tanggung jawab dirinya dalam bekerjasama dengan orang lain.
- f. Latar belakang keluarga  
 Salah satu faktor yang berpengaruh dalam tindakan altruisme yaitu latar belakang keluarga. Ketika seseorang ditumbuhkan dari keluarga yang memiliki altruistic tinggi maka akan berpengaruh dalam perilaku altruisme dalam kehidupannya.
- g. Suasana hati  
 Ketika suasana hati seseorang sedang Diana Agustining baik atau positif akan berpengaruh dalam dorongan diri individu untuk menolong orang lain. Ketika suasana hati sedang bagus seseorang akan cenderung selalu melakukan hal positif.
- h. Norma timbal balik  
 Perasaan timbal balik menjadikan seseorang merasa harus melakukan perbuatan tolong menolong dikarenakan balas jasa yang diberikan.<sup>28</sup>  
 Perilaku altruisme adalah bagian penting dalam kehidupan kemanusiaan. Namun seiring bergesernya keadaan dan kemajuan

---

<sup>28</sup> Seto Mulyadi dkk, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Gunadarma, 2016), 46-47

zaman, sikap altruisme menjadi jarang ditemui dikalangan masyarakat. Kemampuan seseorang dalam ikut merasakan masalah atau pengalaman orang lain menjadikan seseorang tidak semena-mena terhadap orang lain. Menurut Myers terdapat aspek dalam sikap altruisme yaitu: empati, meyakini keadilan dunia, tanggung jawab sosial, kontrol diri, dan ego yang rendah.<sup>29</sup>

Dalam Al-Qur'an disebutkan ayat terkait mementingkan kepentingan orang lain diatas kepentingan diri sendiri atau altruisme, yaitu:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ ۚ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya: “Orang-orang (Ansar) yang telah menempati kota (Madinah) dan beriman sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin) mencintai orang yang berhijrah ke (tempat) mereka. Mereka tidak mendapatkan keinginan di dalam hatinya terhadap apa yang diberikan (kepada Muhajirin). Mereka mengutamakan (Muhajirin) daripada dirinya sendiri meskipun mempunyai keperluan yang mendesak. Siapa yang dijaga dirinya dari kekikiran itulah orang-orang yang beruntung.” (QS. Al-Hasyr:9)<sup>30</sup>

Tiga makna yang mewakili kata altruisme, yaitu:

- Loving other as oneself*, mencintai orang lain seperti diri sendiri
- Behavior that promotes the survival chances of other at a cost to ones own*, tingkah laku itu mempromosikan mempertahankan kehidupan harapan orang lain berharga untuk diri sendiri.
- Self-sacrifice for the benefit of others*, pengorbanan diri untuk kebaikan orang lain.<sup>31</sup>

<sup>29</sup> Cahaya Kamilah, Neka Erlyani, “Gambaran Altruisme Anggota Komunitas 1000 Guru Kalimantan Selatan,” *Jurnal Ecopsy* 4, No 1 (2017): 34, diakses pada 19 Oktober, 2023, <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/ecopsy/article/viewFile/3413/2964>

<sup>30</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya

<sup>31</sup> Fina Hidayati, “Konsep Altruisme Dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (Itsar),” *Jurnal Psikoislamika* 13, No 1 (2016): 60

Aspek-aspek seseorang melakukan tindakan altruisme, yaitu sebagai berikut:

a. Perilaku memberi

Perilaku memberi memberikan keuntungan bagi orang lain dengan tujuan memenuhi kebutuhan atau keinginan orang lain. Pemberian dapat berupa sebuah barang atau sebuah jasa.

b. Empati

Empati merupakan sebuah kemampuan seseorang dalam memahami perasaan orang lain. Seseorang yang memiliki empati yang tinggi biasanya memiliki ciri-ciri dapat memahami dengan baik minat serta keinginan orang lain. Empati juga sikap yang terus menerus akan terlibat dalam pertimbangan moral seseorang.

c. Suka rela

Suka rela dimaksudkan tidak mengharapkan imbalan suatu apapun dalam sikap membantu kepentingan orang lain.

d. Komponen altruisme

Dalam altruisme terdapat tiga komponen, yaitu: *loving others, helping them doing their of need, dan making sure that they are appreciated.*<sup>32</sup>

Terdapat tiga cara dalam membiasakan perilaku altruisme yang dapat ditanamkan, yaitu:

- a. Mengajarkan penyertaan moral, sisi religiuitas memberika pengajaran cakupan altruisme. Melalui cara menanamkan pandangan bahwa “cinta kepada semua makhluk ciptaan Tuhan” mengangap bahwa semuanya keluarga.
- b. *Learning by doing*, yaitu pengembangan sikap bahwa tindakan menolong seseorang akan meningkatkan kepedulian dalam menolong orang lain di masa depan.
- c. Menghubungkan perilaku menolong dengan motif altrusme, dengan memberikan dukungan terhadap orang-orang yang melakukan perilaku menolong akan menjadikan motivasi intrinsic dalam melakukan tindakan menolong.<sup>33</sup>

Selain pendapat diatas, terdapat juga model dalam pengambilan keputusan seseorang yang mengarah pada pembentukan tindakan altruisme, yaitu:

---

<sup>32</sup> Seto Mulyadi dkk, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Gunadarma, 2016), 48-49

<sup>33</sup> Miftahul Jannah, “Konsep Altruisme dalam Perspektif Al-Qur’an Kajian integrative antara Islam dan Psikologi” (Tesis, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016), 26-27.

- a. *Social-exchange*, merupakan tindakan menolong atau tindakan altruisme dimana terdapat imbalan yang menjadikan sebuah motivasi adalah rasa senang dalam diri individu setelah menolong seseorang yang berada dalam situasi sulit.
- b. *Social norms*, merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk menolong. Atau dapat dipahami sebagai norma norma sosial yaitu respon atau tanggung jawab sosial yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan menolong.
- c. *Evolutionary psychology*, merupakan tindakan menolong yang didasari oleh adanya perasaan kesamaan atas seseorang yang ditolong.<sup>34</sup>

Menurut Myers terdapat beberapa karakteristik untuk membentuk perilaku altruisme, antara lain sebagai berikut:

a. *Emphaty*

Altruisme dapat terbentuk melalui adanya empati dalam diri individu. Sifat seseorang yang memiliki sifat altruis meliputi, rasa tanggung jawab, memiliki kepedulian terhadap sosial, dapat menyesuaikan diri dengan baik, memiliki sifat toleran terhadap sesama, memiliki control diri yang baik, serta selalu termotivasi untuk selalu membuat kesan yang baik.

b. *Belief On A Just World*

Salah satu karakteristik seseorang yang altruis yaitu seseorang yang percaya terhadap timbal balik. Artinya ketika seseorang melakukan hal baik, maka akan mendapatkan hadiah, begitupun sebaliknya, ketika seseorang melakukan hal buruk maka akan mendapatkan hukuman. Melalui hal ini maka seseorang akan dengan mudah melakukan hal baik.

c. *Social Responsibility*

Perasaan bahwa setiap orang bertanggungjawab terhadap apa yang dilakukan oleh orang lain menjadikan seseorang merasa memiliki tanggung jawab membantu orang lain ketika membutuhkan pertolongan.

d. *Internal LOC*

Kemampuan seseorang dalam melakukan kontrol diri menjadi salah satu karakteristik seseorang yang altruis. Individu

---

<sup>34</sup> Mizro'atul Ayzahroh KS, Ali Mursyid Azisi, "Agama dan Altruisme: Studi Analisis Pengaruh Religiusitas Komunitas Posko Bersama Relawan dalam Aksi Kemanusiaan di Surabaya," *Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin* 21, No 2 (2022): 198, diakses pada 28 Oktober, 2023, <http://etheses.uin-malang.ac.id/5595/1/14750007.pdf>

ini mampu mengontrol diri dan memiliki motivasi yang baik dalam melakukan sesuatu.

e. *Low Egocentric*

Seseorang yang memiliki sifat altruisme memiliki ego yang rendah. Orang tersebut akan lebih mementingkan kepentingan orang lain dibandingkan kepentingan diri sendiri.<sup>35</sup>

#### 4. Penyesuaian diri

Proses penyesuaian diri adalah sebuah proses yang akan dilaksanakan seumur hidup. Respon penyesuaian diri yang baik maupun respon buruk dipandang suatu upaya dari individu dalam memelihara kondisi diri. Penyesuaian diri merupakan sebuah proses yang dinamis dimana tujuannya yaitu mengubah perilaku individu dengan lingkungannya.<sup>36</sup>

Menurut Schneiders mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan respon tingkah laku dan respon mental individu dalam mengatasi ketegangan konflik atas dirinya dengan tujuan dapat menguasai kebutuhan dalam dirinya dan mencapai keselarasan dalam tuntutan lingkungannya.<sup>37</sup>

Penyesuaian diri dimaksudkan sebuah keterampilan dalam menciptakan sebuah hubungan yang baik antar individu dalam sebuah lingkungan. Penyesuaian diri menjadi faktor yang penting dalam menjalari kehidupan sehari-hari. Lingkungan yang dimaksudkan juga merupakan seluruh hal yang mempengaruhi kehidupan seseorang.<sup>38</sup>

Menurut Suparlan penyesuaian diri atau dalam kata lain yaitu adaptasi diri merupakan proses individu dalam memenuhi syarat-syarat dasar dalam melangsungkan kehidupan. Syarat-syarat tersebut yaitu:

- a. Syarat dasar alamiah-biologi
- b. Syarat dasar kejiwaan

---

<sup>35</sup> Seto Mulyadi dkk, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Gunadarma, 2016), 50-51

<sup>36</sup> Khoirul Bariyyah, M Arif, "Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri pada Remaja," *Persona Jurnal Psikologi Indonesia* 5, No 02 (2016): 138-139, diakses pada 19 Oktober, 2023, <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/730/659>

<sup>37</sup> Iskandar Zulkarnain, dkk., *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutur: Tinjauan Psikologi Komunikasi* (Sumatra Utara: Pusantara, 2020), 54

<sup>38</sup> Ishak Fadlurrohim, Dkk, "Integrasi Pelayanan Sosial Untuk Membantu Penyesuaian Diri Lanjut Usia (Studi Kasus Di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten bandung)," *Sosiohumaniora Jurnal Ilmu-ilmu Sosial Dan Humaniora* 22, No 2 (2020): 150-151, diakses pada 19 Oktober, 2023, <http://journal.unpad.ac.id/sosiohumaniora/article/view/19789>

c. Syarat dasar sosial.<sup>39</sup>

Dalam usaha melakukan tahapan penyesuaian diri terdapat beberapa kriteria penting menurut Schneiders, yaitu sebagai berikut:

a. *Self Knowledge and Self Insight*

Dalam penyesuaian diri seseorang akan dihadapkan dengan tuntutan, konflik, frustrasi dan masalah situasi lingkungan, agar penyesuaian diri berhasil maka seseorang harus memahami dirinya terlebih dahulu. Pemahaman diri seseorang menjadikan individu dapat memahami secara baik terkait kemampuan dirinya dan batasan-batasan atas dirinya. Pengetahuan diri juga berfungsi agar seseorang mampu memiliki pandangan terhadap motivasi dan control atas tindakan atau perilaku dalam keseharian.

b. *Self Objectivity and Self Acceptance*

Objektifitas diri dan penerimaan diri merupakan sikap yang objektif terhadap keterbatasan yang dimiliki diri sendiri. Hal ini penting karena dalam interaksi sosial individu dapat memahami batasan kemampuan diri sendiri sehingga meminimalisir kesalahan individu. Objektifitas diri mengarah kepada penerimaan diri, ketika individu sudah mampu mengenali batasan maka individu akan dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

c. *Self Control and Self Development*

Dalam penyesuaian diri kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol pikiran, perasaan, emosi, serta sikap dan tingkah lakunya. Kontrol diri menjadi penting dalam penyesuaian diri karena melalui kontrol diri yang baik maka seseorang dapat mengontrol dirinya ketika berada di lingkungan sosial. Ketika individu sudah dapat mengontrol diri maka individu tersebut akan dapat mengembangkan diri dalam mengarahkan tingkah lakunya menuju keberhasilan dalam penyesuaian diri dengan lingkungannya.<sup>40</sup>

Schneiders juga menyebutkan aspek penyesuaian diri berdasarkan jenis respon yang ditampilkan dan aspek penyesuaian diri berdasarkan masalah dan situasi yang dihadapi.

---

<sup>39</sup> Ari Alfriansyah, Meilanny Budiarti Santoso, "pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia," *Responsive* 2, No 4 (2019): 191, diakses pada 19 Oktober, 2023, <http://jurnal.unpad.ac.id/responsive/article/view/22925>

<sup>40</sup> Iskandar Zulkarnain, dkk., *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutur: Tinjauan Psikologi Komunikasi* (Sumatra Utara: Pusantara, 2020), 55-57

Berdasarkan jenis respon yang ditampilkan terdapat 5 aspek dalam penyesuaian diri, antara lain:

- a. Penyesuaian diri yang normal
- b. Penyesuaian diri dalam bentuk reaksi dalam pertahanan diri individu
- c. Penyesuaian diri dengan melakukan perilaku menghindar
- d. Penyesuaian diri dalam bentuk sakit
- e. Penyesuaian diri dalam bentuk agresi

Sedangkan penyesuaian diri berdasarkan masalah dan situasi yang dihadapi terdapat enam aspek, antara lain:

- a. Penyesuaian terhadap pribadi atau personal diri sendiri
- b. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial
- c. Penyesuaian terhadap keluarga
- d. Penyesuaian diri terhadap pendidikan
- e. Penyesuaian diri terhadap pekerjaan
- f. Penyesuaian diri terhadap perkawinan<sup>41</sup>

Menurut Fromm dan Gilmore menyebutkan empat bentuk dari penyesuaian diri, yaitu, pertama, kematangan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengungkapkan kenyataan diri sendiri. Kedua, kemampuan intelektual, merupakan kemampuan dalam wawasan dan kemampuan memahami orang lain serta keragamannya. Ketiga kematangan sosial, merupakan keikutsertaan individu dalam partisipasi sosial. Keempat, tanggung jawab.<sup>42</sup>

Menurut Schneiders terdapat 7 karakteristik penyesuaian diri yang normal, yaitu:

- a. Tidak terdapat emosionalitas yang berlebihan. Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya emosi berlebihan atau tidak adanya gangguan emosi yang merusak. Individu memiliki kontrol emosi yang baik terhadap situasi dan masalah yang dihadapi.
- b. Tidak terdapat mekanisme psikologis, yaitu kejujuran individu terhadap masalah atau konflik yang sedang dihadapi.
- c. Tidak terdapat perasaan frustrasi pribadi. Perasaan frustrasi akan membuat individu sulit untuk bereaksi secara normal terhadap

---

<sup>41</sup> Iskandar Zulkarnain, dkk., *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutor: Tinjauan Psikologi Komunikasi* (Sumatra Utara: Pusantara, 2020), 58

<sup>42</sup> Ishak Fadlurrohim, Dkk, "Integrasi Pelayanan Sosial Untuk Membantu Penyesuaian Diri Lanjut Usia (Studi Kasus Di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten bandung)," *Sosiohumaniora Jurnal Ilmu-ilmu Sosial Dan Humaniora* 22, No 2 (2020): 151, diakses pada 19 Oktober, 2023, <http://journal.unpad.ac.id/sosiohumaniora/article/view/19789>

- situasi yang dihadapi, seperti mengolah pikiran, perasaan, motif dan tingkah lakunya dalam menghadapi situasi.
- d. Pertimbangan rasional dan pengarahan diri. Individu harus mampu mempertimbangkan masalah secara rasional serta mempertimbangkan pikiran dan tingkah laku secara terarah dalam menghadapi situasi tertentu.
  - e. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman. Proses penyesuaian diri yang normal didapatkan melalui belajar secara kontinyu agar individu dapat mengembangkan nilai kualitas dirinya dalam menghadapi situasi yang terjadi.
  - f. Pemanfaatan belajar dari pengalaman. Memanfaatkan pengalaman merupakan hal penting bagi penyesuaian diri individu yang normal.
  - g. Sikap-sikap yang realistis dan objektif, yaitu orientasi individu terhadap situasi yang dihadapi.<sup>43</sup>

## B. Penelitian Terdahulu

Berikut beberapa penelitian yang memiliki fokus pembahasan atau bidang kajian yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Zulamri dari UIN Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2018, yang berjudul “Implementasi Bimbingan Sosial dalam Penyesuaian Diri bagi Lanjut Usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Wrdha Khusnul Khotimah Pekanbaru.” Persamaan penelitian yaitu meneliti terkait penyesuaian diri lansia yang tinggal di panti lanjut usia dengan menggunakan metode kualitatif. Perbedaan penelitian yaitu meneliti mengenai metode bimbingan sosial yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. Hasil dari penelitian ini yaitu, implementasi dari bimbingan sosial dalam penyesuaian diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru menggunakan bimbingan secara langsung seperti pencerahan (ceramah), diskusi (menyampaikan pendapat), dan Tanya jawab (wawancara). Sedangkan pada penelitian yang ingin diteliti, peneliti ingin mengetahui bagaimana Implementasi Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Altruisme Dalam Penyesuaian Diri Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Potroyudan Jepara.

---

<sup>43</sup> Iskandar Zulkarnain, dkk., *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutar: Tinjauan Psikologi Komunikasi* (Sumatra Utara: Pusantara, 2020), 61-63.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ishak Fadlurrohimi, Roni Akhmad Nulhaqim, dan Nandang Mulyana dari Universitas Padjajaran pada tahun 2020, yang berjudul “Integrasi Pelayanan Sosial untuk Membantu Penyesuaian Diri Lanjut Usia (Studi Kasus di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung).” Persamaan penelitian yaitu meneliti terkait penyesuaian diri lansia yang tinggal di panti lanjut usia dengan menggunakan metode kualitatif. Perbedaan penelitian yaitu meneliti mengenai pelayanan sosial yang dilakukan di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa peningkatan dan pengembangan layanan sosial lembaga menjadi hal penting dalam mutu dan kualitas pelaksanaan pelayanan sosial yang dibutuhkan lansia. Kemampuan dan keterampilan manajerial organisasi menjadi aspek penting dalam integrasi pelayanan sosial terhadap kondisi lansia dalam penyesuaian diri. Serta budaya organisasi yang menjadi hambatan terwujudnya integrasi dalam pelaksanaan pelayanan sosial kepada lansia dalam penyesuaian diri. Sedangkan pada penelitian yang ingin diteliti, peneliti ingin mengetahui bagaimana Implementasi Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Altruisme Dalam Penyesuaian Diri Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Potroyudan Jepara.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Jannah dari UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada tahun 2016, yang berjudul “Konsep Altruisme dalam Perspektif Al-Qur’an Kajian Integratif antara Islam dan Psikologi.” Persamaan penelitian yaitu meneliti terkait altruism dengan metode kualitatif. Perbedaan penelitian yaitu penelitian yang dilakukan menggunakan studi kepustakaan terkait sikap altruisme dalam perspektif Al-Qur’an. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat term dalam Al-Qur’an yang merepresentasikan makna altruisme yakni, itsar, ihsan, shadaqah, dan infaq. Terdapat prinsip umum dan prinsip khusus mengenai altruisme dalam Al-Qur’an serta pemetaan altruisme dalam Al-Qur’an. Sedangkan pada penelitian yang ingin diteliti, peneliti ingin mengetahui bagaimana Implementasi Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Altruisme Dalam Penyesuaian Diri Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Potroyudan Jepara.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Anisa Widya Ningsih dan Afrinaldi dari Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai pada tahun 2023, yang berjudul “Gambaran Penyesuaian Diri Lansia dalam Penurunan Kemampuan Fisik dan Psikis di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar.” Persamaan penelitian

yaitu meneliti terkait penyesuaian diri lansia yang tinggal di panti lanjut usia dengan menggunakan metode kualitatif. Perbedaan penelitian yaitu meneliti terkait penurunan kemampuan fisik lansia. Penelitian dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar. Hasil penelitian yang dilakukan yaitu secara umum penurunan kondisi fisik secara konsisten dan penurunana psikis yang menjadikan lansia mengalalai kesulitan tidur, sering melamun, merasa bosan, dan merasa sedih ketika mengingat anaknya. Sedangkan pada penelitian yang ingin diteliti, peneliti ingin mengetahui bagaimana Implementasi Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Altruisme Dalam Penyesuaian Diri Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Potroyudan Jepara.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Mizro'atul Ayzahroh KS dan Ali Mursyid Azisi dari UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2022, yang berjudul "Agama dan Altruisme: Studi Analisis Pengaruh Religiuitas Komunitas Posko bersama Relawan dalam Aksi Kemanusiaan di Surabaya." Persamaan penelitian yaitu meneliti terkait altruisme melalui metode kualitatif. Perbedaan penelitian yaitu pada lingkup fokus penelitian terkait relasi agama dan altruisme yang dilakukan di komunitas posko relawan kemanusiaan. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara sikap religiuitas dan altruisme anggota komunitas serta kontribusinya dalam membantu masyarakat. Sedangkan pada penelitian yang ingin diteliti, peneliti ingin mengetahui bagaimana Implementasi Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Altruisme Dalam Penyesuaian Diri Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Potroyudan Jepara.

### **C. Kerangka Berfikir**

Kerangka berfikir merupakan kerangka konsep yang berisi gambaran dari pola hubungan antar variabel yang dipergunakan untuk menjawab masalah yang sedang diteliti. Kerangka berfikir disusun berdasarkan kajian teori yang telah dipaparkan. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka kerangka berpikir penelitian ini diuraikan dengan menggunakan skema sebagai berikut:

**Gambar 2.1.**  
**Kerangka berfikir**

