

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kepribadian menurut Jung dalam (Kurniawan, 2016) menjelaskan bahwa kepribadian adalah mencakup keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkah laku. Berdasarkan hal tersebut manusia bisa dibedakan menjadi dua tipe kepribadian yaitu *ekstrovert* dan *introvert*. *Ekstrovert* adalah perilaku yang mengarah pada dunia objektif sedangkan *introvert* perilaku yang mengarahkan pribadi ke pengalaman subjektif (Kurniawan, 2016). Perilaku *introvert* cenderung cermat, ragu-ragu, keras kepala, egois, sulit bersosialisasi, pasif, kurang asertif, apatis, sehingga kurang menarik hati orang lain. Selain itu juga memiliki perasaan curiga, mudah tersinggung dan terkadang menderita perasaan rendah diri atau pesimis yang mengakibatkan timbulnya iri hati (Suryabrata, 2006).

Berdasarkan paparan diatas dapat kesimpulan bahwa seorang *introvert* cenderung memiliki perasaan yang mudah tersinggung, pesimis, mudah curiga, dan iri hati. Seorang *introvert* juga bercirikan dengan tindakan yang egois, apatis, pasif, kurang asertif, sulit bersosialisasi, dan kurang bisa menarik hati orang lain. Kecenderungan individu menjadi *introvert* disebabkan karena faktor keturunan, ataupun pernah mengalami trauma. Namun sebagian besar yang menjadi salah satu penyebab seorang tumbuh memiliki kepribadian *introvert* karena faktor keturunan. Hal itu dihasilkan dari berbagai sifat gen yang diwariskan oleh kedua orang tua kepada anaknya. Selebihnya, jika tidak memiliki sifat gen dari orang tua bisa jadi, kepribadian *introvert* dihasilkan dari pengaruh lingkungan (Betariko, 2019).

Mendukung pernyataan tersebut perilaku *Introvert* ini bisa memberikan dampak yang kurang baik bagi individu, seperti kasus yang termuat dalam (Aptiyani, 2019) menurut WHO pada tahun 2016 angka bunuh diri di Indonesia diperkirakan 3,4 kasus per 100.000 penduduk yang dimana penyebabnya adalah depresi.

Orang yang depresi cenderung memiliki kepribadian *Introvert* yang umumnya lebih suka menyendiri dari pada berinteraksi. Dikalangan Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Tulungagung yang telah dilakukan, pada salah satu mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020 (19 November 2020) di gedung Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung.

Berdasarkan hasil wawancara didapati data bahwasannya pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020 terdapat kecenderungan perilaku *introvert* yang ditandai dengan munculnya perilaku dari beberapa mahasiswa seperti sering menyendiri, kurang komunikatif dan sering memikirkan dirinya sendiri. Dari beberapa perilaku tersebut menunjukkan beberapa ciri-ciri kecenderungan pribadi yang *introvert*. Selain data wawancara, untuk memperkuat data lapangan peneliti melakukan *pretest* pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun angkatan 2019/2020. Dari hasil *pretest* yang telah dilakukan pada 141 mahasiswa aktif Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020 didapati data 72 mahasiswa dengan kategori tinggi, 67 mahasiswa dengan kategori sedang, dan 2 mahasiswa dengan kategori rendah.

Berdasarkan data kasus diatas bahwasannya memerlukan beberapa layanan sebagai upaya pencegahan dampak-dampak perilaku *introvert* seperti penanganan perilaku *introvert* menggunakan konseling *client centered* dalam penelitian (Saputra, 2013). Selain *client centered*, konseling behavior teknik *disenitiasi* dalam penelitian (Dewi Safitri, 2019), dan juga konseling behavior teknik penguatan intermite dalam penelitian (Purnama, 2014) kedua teknik ini berpengaruh efektif dalam menangani perilaku *introvert*. Selain beberapa teknik diatas masih banyak penanganan-penanganan khusus untuk menangani perilaku *introvert* salah satunya konseling kelompok realita sistem WDEP. Didukung penjelasan Samsul Munir Amin bahwasannya Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri merupakan proses pemberian bantuan terarah, dan sistematis kepada setiap individu untuk dapat

mengembangkan potensinya atau fitrah keberagamaanya dengan optimal sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadist dalam mengatasi permasalahan sehingga selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist (Munir, 2013)

Bimbingan Konseling Islam memiliki beberapa jenis layanan, salah satunya ialah layanan konseling. Konseling merupakan bantuan yang berfungsi untuk memberikan bantuan pemahaman mengenai potensi yang dimiliki seorang individu. Dengan demikian, konseli akan tetap dalam keadaan aktif menumbuhkan semangatnya dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya dengan kemampuan yang telah dimilikinya. Dari penjelasan tersebut maka dapat dikatakan bahwasannya konseling merupakan bantuan yang bersifat kuratif yaitu lebih bersifat korektif atau penyembuhan. Layanan konseling juga memiliki fungsi lain yaitu pengembangan dan pengentasan yang membantu konseli mencapai tugas perkembangan.

Proses konseling pada dasarnya dilakukan secara individu yaitu antara konseli dan konselor. Seiring perkembangan dalam dunia konseling, terdapat proses konseling secara kelompok yang disebut konseling kelompok (Walgito, 2010). Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Konseling kelompok terfokus pada pemberian bantuan dalam hal perkembangan dan penyesuaian di kehidupan sehari-hari seperti modifikasi tingkahlaku, pengembangan keterampilan hubungan personal, nilai, sikap, dan keputusan karir (Latipun, 2005).

Konseling kelompok memiliki beberapa pendekatan, salah satunya teknik Konseling Kelompok *Realita* sistem *WDEP* yaitu sebuah metode konseling dan psikoterapi perilaku kognitif yang sangat berfokus dan interaktif, dan merupakan salah satu yang telah diterapkan dengan sukses dalam berbagai macam lingkup. Dalam hal ini, sangat diperlukan untuk melakukan pertimbangan nilai atas kualitas perilaku klien, yang selanjutnya akan dilakukan perencanaan yang realistis mengenai perubahan tingkahlaku kearah yang lebih positif, dengan dukungan sebuah komitmen yang tertanam dalam diri konseli (Latipun, 2005).

Konseling kelompok realita menekankan bahwa masing-masing orang memikul tanggungjawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkahlakunya, termasuk mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020. Perlu adanya koreksi diri untuk mendapatkan pelajaran dan lebih tanggung jawab terhadap segala perilaku yang telah dilakukan. Konseling kelompok realita merupakan bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana, dan bentuk bantuan yang dapat dilakukan secara langsung dalam bentuk kelompok. Kepada mahasiswa yang memiliki permasalahan perilaku, disini konselor dapat mengembangkan dan membina kepribadian atau kesehatan mental anggota kelompok yang memiliki permasalahan yang sama dengan cara membantu menumbuhkan perilaku tanggung jawab kepada anggota (Corey, 1997).

Mengenai hal itu, disini konselor harus berperan sebagai pembimbing yang membantu konseli agar bisa menilai tingkah lakunya secara realistis. Konselor memegang peranan sebagai moralis mengarahkan konseli untuk menempuh jalan yang bertanggung jawab. Konselor juga harus berperan sebagai motivator yang mendorong konseli untuk menerima dan memperoleh keadaan nyata baik dalam perbuatan ataupun harapan yang ingin dicapai. Dengan demikian, dapat merangsang klien untuk mengambil keputusan sendiri dengan tujuan klien bisa mandiri dan tidak bergantung pada orang lain karena keadaan itu justru akan menyulitkan dirinya sendiri. Selain berperan sebagai pembimbing, moralis, dan motivator disini konselor juga berperan sebagai guru yang mengajarkan konseli untuk mengevaluasi perilakunya atas kesesuaian perilaku dan harapan konseli (Latipun, 2005).

Melihat kriteria konseling kelompok Realita sistem WDEP sebagaimana yang telah dijelaskan diatas, Heni Mularsih, dalam penelitiannya (2010) menunjukkan hasil belajar siswa berkepribadian *introvert* didapati hasil lebih rendah dari pada hasil belajar siswa *ekstrovert*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwasannya kepribadian *introvert* akan berpengaruh pada prestasi siswa dalam proses pembelajaran di sekolah. Maka dari itu, perilaku *introvert* apabila tidak segera mendapatkan penanganan secara spesifik akan

berdampak pada proses perkuliahan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung Tahun Akademik 2019/2020 dalam menempuh mata kuliah Bimbingan Konseling Islam yang berbasis ilmu sosial islam.

Hasil dari wawancara Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung, menerangkan bahwasannya pengelolaan mahasiswa *introvert* secara spesifik untuk saat ini belum dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian Heni Mularsih, (2010) menerangkan bahwasannya perilaku *introvert* akan sangat mempengaruhi pembelajaran jika belum didapati pengelolaan secara spesifik. Untuk itu perlu sekali dilakukan penanganan secara spesifik terhadap perilaku *introvert* pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020.

Sebagaimana dijelaskan Niketut Suarni, (2016) perilaku *introvert* dapat diminimalisir dengan *treatment* konseling. Hal ini didukung dengan riset Aulia Ilham Bachtiar, (2018) bahwa konseling secara efektif mampu merubah perilaku individu. Rifda El Fiah dan Ice Anggralisa, (2016) sependapat bahwasannya konseling mampu mengatasi perilaku mal adaptif. Dengan demikian peneliti berupaya menguji konseling kelompok realita untuk menurunkan perilaku *introvert*. Terlebih sejauh ini, dalam jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung belum ada penanganan secara spesifik terhadap perilaku *introvert*. Dengan demikian, maka peneliti mengambil judul **“Efektifitas Konseling Kelompok Realita Sistem WDEP Untuk Menurunkan Perilaku *Introvert* Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan peneliti merumuskan sebuah permasalahan yang merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam penelitian ini. Di dalam penelitian ini ada dua variabel seperti penelitian pada umumnya yaitu variabel bebas dan terikat. Variabel terikat inilah yang menjadi acuan peneliti dalam perumusan permasalahan. Karena permasalahan disini adalah suatu hal yang akan dipecahkan dalam proses penelitian ini. Untuk itu dalam penelitian ini peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat intensitas perilaku *introvert* mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020?
2. Bagaimana efektifitas konseling kelompok realita sistem *WDEP* terhadap penurunan perilaku *introvert* mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian ini untuk adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat intensitas perilaku *introvert* mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020.
2. Untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok realita sistem *WDEP* terhadap penurunan perilaku *introvert* mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Tulungagung tahun akademik 2019/2020.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Kegunaan Praktis**

Bagi mahasiswa, diharapkan dapat berguna untuk menurunkan perilaku subjektif dalam diri masing-masing. Sehingga dapat bersosial dengan baik dan dapat mengekspresikan ilmu-ilmu sosial yang telah dipelajari selama diperkuliahan.

Bagi peneliti, seluruh kegiatan penelitian diharapkan lebih berguna dalam pemantapan penguasaan materi selama mengikuti program perkuliahan Bimbingan dan Konseling Islam.

#### **2. Kegunaan Akademis**

Bagi bidang studi Bimbingan Konseling Islam, penelitian ini diharapkan berguna sebagai dokumen akademik yang menjadi acuan bagi mahasiswa.