

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Diri Remaja Putus Sekolah

1. Pengertian Remaja Putus Sekolah,

Remaja putus sekolah adalah remaja yang tidak dapat melanjutkan atau berhenti sekolah sebelum tamat pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Hal tersebut disebabkan oleh kondisi-kondisi khusus yang dialami remaja seperti kurangnya perhatian sosial, kurangnya fasilitas fisik, dan kurangnya kesempatan untuk berprestasi.

2. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia termasuk remaja, selalu mendambakan kondisi yang seimbang dalam hidupnya, yaitu adanya kesamaan antara tuntutan diri dan lingkungan sekitarnya. Interaksi sosial seseorang menginginkan suasana yang mendukung secara psikis, sehingga kesejahteraan dan kebahagiaan lahir dan batin dapat tercapai. Kenyataan yang terjadi tidak semudah yang dibayangkan karena ada beberapa faktor yang berpengaruh diantaranya adalah proses penyesuaian diri.

Menurut Mappiare (1982) pengertian penyesuaian diri tidaklah sederhana pengertian adaptasi. Penyesuaian diri lebih merupakan suatu istilah untuk menjelaskan fungsi psikologis manusia yang bersifat kompleks. Penekanan istilah penyesuaian diri sebagai suatu usaha untuk tetap dapat mempertahankan hidup hanyalah sesuai untuk menyatakan aspek kesehatan fisik saja dari manusia. Bukan

penyesuaian diri dalam hal psikologis, oleh karena itu kurang tepat kiranya untuk menyamakan proses penyesuaian diri manusia sebagai usaha adaptasi.

Dapatlah dikatakan bahwa penyesuaian diri itu merupakan suatu proses yang melibatkan respon mental, dalam hal ini termasuk di dalamnya kemampuan inteligensi dan kreatifitas. Penyesuaian diri merupakan ciri-ciri individu untuk bereaksi terhadap kebutuhan dan tuntutan dari dalam dirinya sendiri maupun lingkungan di luar dirinya. Penyesuaian diri dengan diri sendiri adalah bagaimana individu mempersepsikan dirinya sendiri, potensi-potensi yang dimiliki, konsep dirinya serta tingkat kepuasan akan hasil atau pengalaman-pengalaman yang diperolehnya. Penyesuaian diri dengan lingkungan di luar dirinya dimaksudkan sebagai bagian individu mempersepsikan dan bersikap terhadap realita yang ada (Mappiare, 1982).

Schneiders (1964) menyatakan bahwa penyesuaian diri mempunyai banyak arti antara lain: usaha manusia untuk mengurangi tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha untuk memelihara keseimbangan antara pemenuhan dan tuntutan lingkungan serta usaha untuk menyeiaraskan hubungan individu dengan realitas. Ia memberikan batasan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan respon mental dan perilaku manusia dalam usaha mengatasi dorongan-dorongan dari dalam diri agar diproses kesesuaian antara tuntutan dari dalam diri dan lingkungan. Hal ini berarti penyesuaian diri merupakan suatu proses yang dinamis dan bukan suatu kondisi yang statis.

Menurut Meichati (1983) kunci penyesuaian diri terletak pada keberhasilan manusia memenuhi dorongan dari dalam dan dari luar, di mana cara yang dilakukan untuk memenuhi dorongan tersebut baik bagi dirinya tetapi juga baik untuk lingkungan. Penyesuaian diri merupakan cara individu bergaul dengan diri sendiri, orang lain dan dengan lingkungannya. Satmoko (1995) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai interaksi seseorang yang kontinyu dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan dunianya. Ketiga faktor ini secara konsisten mempengaruhi seseorang dan hubungan ketiganya bersifat timbal balik, permasalahan-permasalahan yang muncul merupakan efek samping dari interaksi tersebut. Sesuatu yang normal dan tidak dapat dihindarkan, meskipun demikian manusia mempunyai potensi untuk mengatasinya. Jadi penyesuaian diri merupakan suatu hal yang tidak akan pernah berhenti sampai manusia itu mati.

Penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai usaha beradaptasi, konform terhadap hati nurani maupun norma sosial, serta perencanaan dan pengorganisasian respon dalam menghadapi konflik dan masalah. Penyesuaian diri didukung oleh adanya kematangan emosi yang menyebabkan individu mampu untuk memberikan respon secara tepat dalam segala situasi

Menurut Hurlock (1991) penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk memperlihatkan sikap serta tingkahlaku yang menyenangkan, sehingga ia diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Kondisi yang dipertukan untuk mencapai penyesuaian diri yang baik yaitu bimbingan untuk membantu anak belajar menjadi realistis tentang diri dan kemampuannya dan bimbingan untuk belajar bersikap

bagaimana cara yang akan membantu penerimaan sosial dan kasih sayang dari orang lain.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri adalah merupakan kemampuan aktivitas mental dan tingkah laku individu dalam menghadapi tuntutan baik dari dalam diri (personal) maupun dari lingkungan (sosial) demi memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan penuh rasa bahagia dan memuaskan.

3. Mekanisme Penyesuaian Diri

Manusia dalam kehidupannya selalu berusaha menyesuaikan diri dengan tuntutan atau kebutuhan diri, dalam diri dan terhadap tekanan-tekanan dari luar lingkungan sosialnya. Hal ini dimungkinkan karena manusia mempunyai kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri. Manusia memiliki berbagai kebutuhan yang menuntut dipenuhi, manusia memiliki hasrat dan motivasi untuk memenuhi berbagai tuntutan tersebut, oleh karenanya manusia selalu berusaha mengadakan penyesuaian diri (Schneiders, 1964).

Berkaitan dengan itu, Chauhan (1978) menyatakan bahwa manusia memiliki kapasitas untuk beradaptasi terhadap situasi-situasi baru. Manusia sebagai makhluk sosial tidak hanya beradaptasi terhadap tuntutan fisik tetapi juga terhadap tekanan-tekanan sosialnya. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan serta memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan tekanan dari lingkungan sosialnya.

Upaya manusia menyesuaikan diri baik terhadap diri sendiri maupun lingkungannya biasanya melakukan mekanisme penyesuaian diri. Menurut Chauhan (1978) mekanisme penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu cara pembiasaan mengatasi hambatan-hambatan, mencapai tujuan motivasi untuk memuaskan, menghilangkan frustrasi dan memperhatikan keseimbangan. Schneiders (1964) menyatakan bahwa apa yang dimaksud mekanisme penyesuaian diri adalah respon-respon yang mendalam, dengan tidak disengaja dan relatif permanen yang cenderung dikembangkan selama orang berusaha membuat penyesuaian diri terhadap dirinya dan lingkungannya.

Selanjutnya dapat dikatakan bahwa hampir setiap orang melakukan mekanisme penyesuaian diri. Mekanisme penyesuaian diri dapat dilakukan dengan sadar untuk mendoatkan dan mempertahankan keseimbangan antara diri dan lingkungannya dan juga dapat terjadi dengan tidak disadari yaitu dengan suatu mekanisme pertahanan diri.

4. Macam-Macain Penyesuaian Diri.

Usaha penyesuaian diri terhadap diri sendiri dan lingkungannya yang dilakukan manusia dalam hidupnya adalah mencari-cari namun pada dasarnya usaha penyesuaian diri tersebut dapat digolongkan ke dalam jenis penyesuaian diri tertentu. Tallent (1978) menggolongkan jenis penyesuaian diri menjadi tiga macam:

- a. Penyesuaian diri biologis, yaitu bahwa penyesuaian diri biologis manusia merupakan pergantian dasar dalam fungsi kehidupan dan ekuivalen dengan dinamika adaptasi.
- b. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, merupakan aspek yang signifikan dengan penyesuaian diri dan psikologis. Penyesuaian diri sosial orang membuat perubahan atau berubah dari situasi ke situasi.
- c. Penyesuaian diri terhadap diri sendiri, yaitu penyesuaian diri terhadap diri sendiri yang pasti tidak kurang atau banyak tantangan dan pada penyesuaian diri terhadap orang lain.

Schneiders (1964) berpendapat bahwa berdasar pada hubungan situasional respon maka penyesuaian diri dapat dikategorikan :

- a. Penyesuaian diri personal adalah penyesuaian diri yang diarahkan pada diri sendiri. Penyesuaian diri personal dapat dijabarkan menjadi:
 - 1). Penyesuaian diri fisik dan emosi. Seperti telah dikatakan pada bagian yang terdahulu bahwa penyesuaian diri itu melibatkan respon-respon fisik dan emosional, dengan demikian dalam penyesuaian diri fisik ini kesehatan fisik ini merupakan kebutuhan pokok untuk mencapai penyesuaian diri yang sehat. Kesehatan fisik diperoleh dengan memperhatikan prinsip-prinsip kesehatan fisik yaitu: istirahat yang cukup teijamin, kebiasaan-kebiasaan fisik yang teratur, latihan fisik dan rekreasi, diet yang tepat, kontrol terhadap berat badan, Dikatakan oleh Schineders (1964) bahwa kesehatan fisik berhubungan erat dengan kesehatan emosi. Ada tiga hal

- yang perlu diperhatikan dalam penyesuaian diri yaitu: a). Edukasi emosi, b). Kematangan emosi, c). Kontrol emosi.
- 2). Penyesuaian diri seksual. Penyesuaian diri seksual merupakan kapasitas beraksi terhadap realitas seksual (impuls-impuls, nafsu, pikiran, konflik, frustrasi, perasaan bersalah dan perbedaan seks). Kematangan yang terintegrasi dan cara berdisiplin yang *conform* dengan tuntutan moralitas dan masyarakat. Kapasitas tersebut memerlukan perasaan, sikap sehat yang berkenaan dengan seks, kemampuan menunda ekspresi seksual, orientasi hetero seksual yang adekuat, kontrol yang ketat dari pikiran dan perilaku, dan identifikasi diri yang sehat dengan satu peranan.
- 3). Penyesuaian diri moral dan religius. Dikatakan bahwa moral adalah kapasitas untuk memenuhi kebutuhan moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi dalam kehidupan yang baik dari individu. Beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu: Penerimaan , introspeksi, dan perkembangan nilai-nilai moral yang kontinu ide-ide yang semuanya untuk pertumbuhan dan kematangan, personal dan moralitas subyektif, b). Integrasi impuls-impuls sensori, keinginan dan kebutuhan dengan prinsip-prinsip nilai-nilai normal, c). Aplikasi prinsip-prinsip dan nilai-nilai yang konstan untuk resolusi konflik-konflik netral yang efektif dan reduksi tekanan-tekanan frustrasi dan ekspresi tingkah laku yang sesungguhnya, d). Integrasi nilai-nilai dan prinsip moral dengan nilai.

prinsip dan ide dapat secara efektif dapat diekspresikan dalam tingkah laku moral.

- b. Penyesuaian Diri Sosial. Dikatakan oleh Schneiders (1964) bahwa rumah, sekolah dan masyarakat merupakan aspek khusus dalam kelompok sosial dan dengan demikian melibatkan pola-pola hubungan diantara kelompok tersebut dan saling berhubungan secara integritas diantara ketiganya.
 - 1). Penyesuaian diri terhadap rumah dan keluarga. Penyesuaian diri di rumah dan keluarga yang baik menekankan persyaratan yang pasti yaitu : a). Hubungan yang sehat antara anggota keluarga. Perasaan yang jelek antara orang tua dan anak atau antara saudara kandung seperti benci terhadap disiplin orang tua. Permusuhan merupakan penyebab penyesuaian diri terhadap rumah menjadi sukar. b). Menerima otoritas orang tua. Anak harus belajar otoritas dan disiplin orang tua, tidak hanya dibutuhkan tetapi secara aktual diinginkan, dan studi empiris menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang *adjusted* secara adekuat adalah yang mempunyai sikap mengalah pada disiplin orang tua. c). Kapasitas untuk mengambil tanggung jawab dan menerima pembatasan atau pelarangan. d). Berubah membantu keluarga baik secara individual maupun kelompok berkuasa dengan sukses di sekolah, tujuan vokasional, aspirasi religius, jasmani ekonomi, rekreasi dan kesukaan. e) Emansipasi yang bersifat gradual terhadap rumah dan kebebasan yang tumbuh pada anak dalam keluarga adalah penting, meskipun dibutuhkan kerja sama dan partisipasi kelompok.

- 2). Penyesuaian diri terhadap sekolah. Perhatian dan penerimaan, minat dan partisipasi pada fungsi dan aktifitas di sekolah. Manfaat hubungan dengan teraan sekolah, guru dan konselor, penerimaan keterbatasan dan tanggung jawab, membantu sekolah untuk merealisasikan tuiuan instrinsik dan ekstrinsik merupakan cara dari penyesuaian diri terhadap kehidupan sekolah dapat direalisasikan secara efektif.
 - 3). Penyesuaian diri terhadap masyarakat. Kehidupan di masyarakat merupakan kelanjutan dari kehidupan keluarga. Penyesuaian sosial menandakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas. Adapun syarat-syaratnya adalah : a). Mengenal dan menghormati secara benar orang lain dalam masyarakat, b). berjalan terus dengan orang lain dalam mengembangkan persahabatan yang abadi, c). interes dan simpati terhdap kesejahteraan orang lain d). berbuai kebajikan dengan amal dan altruism e). respek terhadap nilai dan integrasi terhadap hukum, tradisi dan adat istiadat.
- c. Penyesuaian Diri Perkawinaan. Pada dasarnya seni kehidupan yang efektif dan bermanfaat dalam kerangka tanggung ja wab, hubungan dan harapan yang terdapat pada keadaan perkawinan.
 - d. Penyesuaian Diri Jabatan. Dikatakan oleh Schineiders (1964) bahwa penyesuaian diri jabatan ini berhubungan erat dengan penyesuaian diri akademis, di mana kesuksesan dalam penyesuaian ini akan membawa keberhasilan seseorang dalam penyesuaian diri karier atau jabatan. Kriteria

penyesuaian diri jabatan adalah : 1). ekspresi yang adekuat dari harapan, bakat dan minat, 2). kepuasan kebutuhan psikologis yang mendasar, 3). kepuasan pekerjaan dan keberhasilan dari tujuan jabatan, 4). karakteristik pekerjaan dan personaliti.

Berdasarkan pendapat Tailent (1978) dan Schneiders (1964) di atas maka dalam penelitian ini yang menjadi fokus adalah penyesuaian diri personal dan penyesuaian diri sosial. Penelitian ini tidak mengikutsertakan aspek penyesuaian diri perkawinan dan penyesuaian diri jabatan, dengan pertimbangan bahwa subyek penelitian adalah remaja putus sekolah yang tentu saja belum mempunyai pekerjaan yang tetap dan belum berkeluarga.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri.

Keberadaan manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat lepas dari lingkungannya. Keberadaan manusia sebagai makhluk sosial menuntut untuk mempunyai kemampuan penyesuaian diri dan akan selalu berusaha menyesuaikan diri terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya. Dalam usaha penyesuaian diri tersebut terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan penyesuaian diri seseorang. Vembrianto (1981) mengemukakan bahwa proses penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: 1). sifat dasar. 2). lingkungan prenatal. 3). perbedaan perorangan. 4). lingkungan dan motivasi.

Schneiders (1964) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah :

- a. Kondisi jasmam. yang meliputi pembawaan jasmani yang dibawa sejak lahir dan kondisi tubuh.
- b. Perkembangan dan kematangan yang meliputi kematangan intelektual, sosial, mora! dan emosional.
- c. Determinan psikologis yang meliputi; pengalaman-pengalaman, belajar, kondisioning, determinan diri, frustasi dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan yaitu rumah, keluarga dan sekolah.
- e. Determinan kultural termasuk religi.

Soetarno (1993) mengemukakan bahwa pada dasarnya mengadakan hubungan dengan manusia lain mengandung suatu pengertian yang iebih luas, yakni mengadakan hubungan dengan lingkungan. Lingkungan ini meliputi lingkungan fisik, yakni alam benda-benda yang kongkrit, dan lingkungan non fisik misalnya keyakinan ide-ide dan falsafah yang terdapat di lingkungan individu itu. Individu manusia selalu mengadakan hubungan dengan individu lain baik secara fisik, psikis maupun rohani karena hubungan dengan lingkungan dapat menggiatkan dan merangsang perkembangan atau pemberian sesuatu yang ia perlukan. Tanpa hubungan ini seseorang tidak dapat dikatakan individu lagi. Selanjutnya Soetarno (1993) mengemukakan bahwa pada dasarnya terdapat empat jenis hubungan antar individu dengan lingkungan yaitu : 1). individu bertentangan dengan lingkungannya, 2). individu memanfaatkan lingkungannya, 3). individu

berpartisipasi dalam kegiatan lingkungan, 4), individu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Pada intinya manusia senantiasa berusaha menyesuaikan diri yaitu : 1). penyesuaian diri secara *autoplastic*, yaitu mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungannya dan, 2). penyesuaian diri secara *alloplastic*, yaitu mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan diri sendiri. Ada penyesuaian diri yang bersifat pasif, yakni jika kegiatan ditentukan oleh lingkungan dan kegiatan yang bersifat aktif jika mempengaruhi lingkungan.

6. Penyesuaian diri yang baik

Seseorang dikatakan mampu menyesuaikan diri apabila mampu memenuhi kebutuhan dengan tidak mengurangi atau melebih-lebihkan kebutuhan lain, tidak merugikan orang lain, mampu bertanggung jawab serta mampu mengatasi hambatan yang dihadapinya. Berarti orang tersebut merespon mental dan perilakunya adalah matang, efisien, memuaskan dan menyeluruh. Usaha penyesuaian diri tersebut tidak sedikit yang mengalami gangguan dan bahkan mengalami kegagalan, Penyesuaian diri yang positif akan memberikan kepuasan yang lebih besar bagi kehidupan seseorang dan juga dapat memperlancar fungsi efektivitasnya, seperti belajar, menentukan tujuan hidup, menyelesaikan masalah dengan lebih harmonis. Semakin baik penyesuaian diri yang dilakukan seseorang, semakin bertambah pula pengalaman yang menyenangkan bagi dirinya maupun orang lain yang menerimanya.

Seseorang yang berhasil dalam penyesuaian diri menurut Lazarus (1978) adalah mereka yang memiliki ciri sebagai berikut;

- a. Kenyamanan psikis (*psychological comfort*). Penyesuaian diri yang berhasil atau memadai akan menimbulkan kepuasan psikis, sedang yang tidak berhasil akan menimbulkan rasa tidak puas, kecewa, gelisah, lesu, dan depresi.
- b. Penerimaan sosial (*social acceptance*). Penyesuaian diri berhasil baik apabila menimbulkan sikap setuju dari masyarakat. Maksudnya masyarakat menerima, sedangkan penyesuaian diri gagal apabila masyarakat menolak.

Selanjutnya Schneiders (1964) menyebutkan bahwa orang yang berhasil menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang responnya baik mental dan perilakunya matang, efisien, memuaskan dan menyeluruh. Schneiders juga menyatakan mengenai kriteria penyesuaian diri sebagai berikut: 1). memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap diri sendiri, 2). ada obyektifitas diri dan penerimaan diri, 3). adanya kontrol dan pengembangan diri, 4). mempunyai integritas pribadi, 5). adanya tujuan dan arah perbuatannya, 6). adanya perspektif, skala nilai dan falsafah hidup yang adekuat, 7). mempunyai rasa humor, 8). mempunyai rasa tanggung jawab, 9). menunjukkan kematangan respon, 10). adanya perkembangan kebiasaan yang baik, 11). adanya adaptabilitas, 12). bebas dari respon cacat, 13). memiliki kemampuan bekerja sama dan meraih minat terhadap orang lain, 14). memiliki minat yang besar dalam bekerja dan bermain, 15). adanya kepuasan dalam bekerja dan bermain, 16). memiliki orientasi yang adekuat terhadap realita.

Jika diperhatikan pendapat Lazarus (1961) dan Schneiders (1964) mengenai penyesuaian diri tidaklah berbeda. Seseorang dikatakan mampu menyesuaikan diri adalah apabila ia mampu memenuhi kebutuhan dan dalam dirinya dan tuntutan dari lingkungannya. Mampu mengatasi hambatan yang dihadapinya dengan tidak mengurangi atau lebih-lebihkan kebutuhan lain, tidak merugikan orang lain, mampu bertanggung jawab. Berarti orang tersebut merespon mental dan perilakunya adalah matang, efisien, memuaskan dan menyeluruh.

7. Penyesuaian Diri yang Terganggu.

Sebagaimana telah diungkapkan pada bagian terdahulu bahwa dalam usaha penyesuaian diri, seseorang dapat berhasil dan ada pula yang tidak berhasil atau gagal. Chauhan (1978) menyebutkan penyesuaian diri yang gagal dengan *maladjustment*. Seseorang yang tidak berhasil atau mengalami kegagalan dalam penyesuaian diri atau *maladjustment* dapat dikatakan bahwa orang tersebut penyesuaian dirinya mengalami gangguan atau terganggu.

Menurut Wittaker (1990) seseorang yang mempunyai penyesuaian diri yang terganggu adalah:

- a. Orang yang sering kali mempunyai semangat hidup yang rendah, tidur yang kurang dan memperoleh sedikit kesenangan dalam hubungan dengan orang lain.

- b. Orang yang sering kali mengalami kecemasan dan tantangan. Toleransi terhadap frustrasi lebih rendah bila dibandingkan dengan orang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik.
- c. Orang yang mengalami preokupasi terhadap seks dan mempunyai perasaan malu dan bersalah.
- d. Orang yang sering kali mengalami rendah diri terhadap orang lain dan ia mungkin mencoba mengatasi perasaan-perasaan tersebut dengan besar mulut dan bertindak *over confident*.
- e. Orang yang mempunyai insight dan pemahaman diri yang rendah.

Selanjutnya Chauhan (1978) mengemukakan simtom-simtom *maladjustment* yang dikelompokkan menjadi tiga kategori :

- a. Simtom-simtom fisik, antara lain gangguan bicara, gugup, selalu inenggerakkan kaki, kurang istirahat, memukul-mukul jari, muntah-muntah.
- b. Penyimpangan tingkah laku, antara lain agresi, selalu bersaing, mengganggu orang lemah, prestasi belajar sekolah rendah, hiperaktif, negativisme, dan gangguan seks.
- c. Simtom-simtom emosional antara lain: kekhawatiran yang berlebihan, ketakutan, *inferiority*, rasa benci, malu yang berlebihan, amarah yang meledak-ledak, selalu cemas, mengalami konflik dan tekanan.

Dijelaskan lebih lanjut oleh Chauhan (1978) bahwa *maladjustment* terjadi disebabkan oleh banyak faktor yang berinteraksi dengan perkembangan

kepribadian pada anak. Faktor tersebut berasal dari rumah, sekolah, dan masyarakat.

R. Dukungan Sosial.

1. Pengertian Dukungan sosial.

Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi sesuatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah. Bantuan tersebut dapat menaikkan perasaan positif serta akan mengangkat harga diri. Keadaan atau kondisi psikologis ini dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga akan berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum.

Sears dkk (1991) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal di mana individu memberikan bantuan kepada individu yang lain. Bantuan yang diberikan berupa empati, motivasi, penyediaan informasi dan penghargaan atau penilaian terhadap individu. Dukungan sosial yang diberikan seseorang kepada orang lain akan memberikan keyakinan dalam diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan.

Katz dan Kahn (1978) menjelaskan bahwa kunci penting dukungan sosial adalah komunikasi, sehingga memberikan sifat positif, disertai rasa suka, rasa percaya dan adanya respek yang sangat berarti, dirasakan bagi orang yang mendapatkan dukungan. Cobb (dalam Gotlieb, 1988) juga menyatakan bahwa

dukungan sosial adalah informasi yang memberikan keyakinan tentang tiga hal, yaitu :

- a. Informasi yang memberikan keyakinan bahwa individu diperhatikan dan dicintai.
- b. Informasi yang membuat individu merasa dihargai.
- c. Informasi yang membuat individu merasa sebagai anggota dari suatu kelompok.

Leavy (Ganster dkk, 1986) mendefinisikan dukungan sosial sebagai tersedianya hubungan yang di dalamnya terkandung isi pemberian bantuan di mana hubungan tersebut memiliki nilai khusus dalam diri individu. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan itu merupakan ikatan sosial erat antara individu dengan pemberi dukungan.

Brem dan Kassim (1990) mengemukakan arti dukungan sosial melalui beberapa hal yaitu :

- a. Kontak sosial

Kontak sosial yang dilakukan oleh sejumlah orang, misalnya persahabatan, hubungan dalam keluarga dan saudara.

- b. Tersedianya orang yang membantu.

Adanya orang yang membantu dalam memberikan informasi atau bantuan lainnya akan sangat berarti, semakin banyak orang yang membantu maka semakin yakinlah orang itu pada dirinya.

- c. Hubungan yang berkualitas.

Pengertian hubungan yang berkualitas adalah adanya kedekatan antara orang yang memberikan dukungan dengan orang yang mendapatkan dukungan. Kedekatan ini akan memudahkan seseorang dalam memutuskan permasalahan yang dihadapinya.

d. Tersedianya bantuan.

Bantuan yang diterima individu akan mengurangi akibat yang ditimbulkan dalam kondisi *disequilibrium*, pesimis, rendahnya motivasi. Bantuan yang diberikan akan membentuk keyakinan diri melalui keterlibatan individu dengan lingkungannya.

Dari definisi yang dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk hubungan interpersonal dengan orang-orang yang ada di sekitarnya, yang di dalamnya terkandung pemberian bantuan yang dapat berupa empati, motivasi, pemberian informasi yang diberikan melalui komunikasi, kontak sosial dengan orang-orang yang memiliki hubungan yang berarti dengan individu (keluarga, teman atau kelompok, tetangga). Dukungan yang diberikan itu akan menimbulkan keyakinan, perasaan dihargai dalam suatu kelompok.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Dukungan Sosial

Cohen dan Syme (1985) mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu:

a. Pemberi dukungan sosial

Dukungan sosial yang diterima melalui sumber yang sama atau memiliki kedekatan akan lebih efektif dan memiliki arti daripada yang berasal dari sumber yang berbeda dalam memberikan dukungan.

b. Jenis Dukungan

Jenis dukungan yang diberikan akan terasa bermanfaat apabila sesuai dengan kondisi yang tepat dan situasi yang ada. Dukungan motivasi akan lebih bermanfaat diterima apabila individu sedang mengalami kemunduran dalam semangat dan motivasinya.

c. Penerimaan dukungan

Karakteristik atau ciri-ciri penerima dukungan akan menentukan keefektifan dukungan. Karakteristik seperti kepribadian, kebiasaan dan peran sosial. Orang yang memiliki kepribadian ekstrovert akan lebih mudah menerima dukungan dari pada orang yang introvert.

d. Permasalahan yang dihadapi

Dukungan sosial yang tepat dipengaruhi oleh kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang ada. Misalnya konflik yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga dan konflik dalam dunia pendidikan akan berbeda dalam dukungan yang diberikan.

e. Waktu pemberian dukungan

Waktu pemberian dukungan sosial akan optimal di satu situasi, tapi akan menjadi tidak optimal dalam situasi lain. Misalnya seorang calon mahasiswa yang bingung menentukan fakultas tertentu dalam masa pendidikannya, setelah

ia menjadi mahasiswa maka dukungan yang diberikan kepadanya akan berbeda pula.

f. Lamanya pemberian dukungan

Lama atau singkatnya pemberian dukungan tergantung pada kapasitas orang yang memberikan dukungan, Kemampuan seseorang memberikan dukungan kepada orang lain akan optimal apabila pemberi dukungan memahami permasalahan yang dihadapi dan mengerti kondisi penerima dukungan.

Beberapa faktor di atas adalah kondisi-kondisi yang mempengaruhi optimal atau tidak dukungan sosial yang diberikan. Berhasilnya dukungan sosial yang diberikan tergantung tujuan yang ingin dicapai dan kemampuan individu dalam menerima dukungan.

3. Fungsi Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat memberikan dukungan emosi, penilaian, informasi dan instrumental yang bermanfaat bagi individu dalam 1). Meningkatkan produktivitas bila dihubungkan dengan pekerjaan, 2). Meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri dengan menyediakan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri serta mengurangi stres, 3). Meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik, 4). Pengelolaan konstruktif terhadap stres dengan menyediakan pelayanan, perawatan, sumber-sumber informasi dan umpan balik yang diperiukan untuk menghadapi stress atau tekanan (Johnson & Johnson, 1987).

Weiss (dalam Novida, 1997) mengemukakan ada enam fungsi dukungan sosial dari hubungan individu dengan individu lain yang membuat individu merasa adanya dukungan sosial, yaitu:

- a. *Guidance* atau bimbingan. Individu merasa memperoleh bimbingan dari hubungannya dengan orang lain, bimbingan ini dapat memberikan kekuatan atau keyakinan dalam diri individu dalam menghadapi kondisi ketidakyakinan atau keragu-raguan dalam permasalahan yang dihadapinya.
- b. *Penghargaan*. Individu merasa dihargai atas kemampuan yang dimilikinya sehingga timbul keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan yang dapat diandalkan.
- c. *Attachment* atau kedekatan emosional. Keterikatan atau kedekatan antara individu akan menimbulkan rasa aman, diterima dan diakui oleh kelompok.
- d. *Social Integration* atau integrasi sosial. Individu merasa menjadi bagian dari kelompok tertentu yang memiliki minat dan perhatian yang sama dengan individu. Dengan memiliki kelompok tertentu individu memperoleh pengakuan akan kemampuannya, serta memiliki identitas dalam suatu kelompok.
- e. Kesempatan memberikan pertolongan. Individu berkesempatan untuk memberikan pertolongan kepada orang lain, misalnya: bantuan alat, motivasi, informasi.
- f. *Social Companionship* atau kedekatan sosial yang dapat diandalkan. Kedekatan individu dengan orang lain dapat menimbulkan keyakinan bahwa ada orang lain yang dapat diandalkan bantuannya.

Brehm & Kasim (1990) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat berpengaruh pada kesehatan. Pengaruh tersebut dapat berupa: 1). Pengaruh menahan (*buffer effect*), tingkat dukungan sosial yang tinggi melindungi individu dari pengaruh stres yang merugikan, 2). Pengaruh langsung (*direct effect*), dukungan sosial dapat memberikan kesehatan yang baik bagi individu, 3). Pengaruh tidak langsung (*indirect effect*), dukungan sosial; mempengaruhi kesehatan dihubungkan dengan peningkatan harga diri seseorang ketika menghadapi masalah.

Secara fisik dukungan sosial akan meningkatkan kesehatan individu secara psikologis. Dukungan sosial bermanfaat untuk menumbuhkan harga diri dan identitas diri, perasaan diterima, dihargai serta diterima.

4, Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial

Menurut House dan Kahn (1985) dukungan sosial mempunyai ciri-ciri aspek tertentu yang bentuknya antara lain:

- a. Dukungan emosional, yaitu perilaku memberikan bantuan atau dukungan dalam bentuk pemberian perhatian dan mendengarkan dengan simpati terhadap orang lain. Dukungan emosional ini bisa berupa empati, simpati, pemberian kepercayaan, perhatian dan kesediaan mendengarkan.
- b. Dukungan penilaian, yaitu dukungan yang diterima individu dalam bentuk penghargaan, umpan balik dan perbandingan sosial sebagai usaha mendukung perilaku individu dalam mengembangkan diri.

- c. Dukungan informasi, yaitu dukungan yang diterima individu dalam bentuk informasi, komunikasi, nasihat dan sasaran yang berguna bagi individu dalam menentukan tujuannya.
- d. Dukungan instrumental atau dukungan material adalah wujud pemberian bantuan dalam bentuk pemberian pertolongan yang nyata. Bentuknya bisa berupa pemberian uang, tenaga, waktu dan perubahan lingkungan agar individu dapat mengatasi masalahnya.

Menurut Chaplin (dalam Crider, dkk. 1983) ada tiga bentuk pokok dari dukungan sosial, yaitu: a), pemberian informasi dan bimbingan pemecahan problem, b). pemberian perhatian, afeksi dan pemeliharaan yang membantu mempertahankan harga diri dan keyakinan, c). dukungan dalam bentuk pemberian dorongan atau keyakinan kembali dan penilaian.

Pendapat kedua ahli di atas, maka dapat dikatakan bahwa dukungan sosial memiliki bentuk-bentuk tertentu; a), dukungan emosional termasuk juga di dalamnya perhatian, empati dan motivasi, b). dukungan penilaian, c). dukungan informasi, d). dukungan instrumen

5. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Lingkungan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia sehari-hari, manusia sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi dengan lingkungannya. Lingkungan yang paling besar peranannya dalam pembentukan kepribadian individu sejak masa kecil sampai dewasa adalah keluarga. Proses interaksi

selanjutnya yang mempengaruhi kepribadian individu adalah interaksi dengan teman sekolah, sahabat dan lingkungan pekerjaan.

Thois (dalam Rizkyanti, 2001) menyatakan bahwa sumber dukungan sosial adalah keluarga dan teman dekat, keluarga merupakan sumber dukungan yang paling kuat terhadap kehidupan individu karena adanya kedekatan emosional dan memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dan ini akan meningkatkan keyakinan individu. Broppy (dalam Wentzel, 1994) mengatakan bahwa teman adalah sumber dukungan sosial yang positif adanya, perhatian, bimbingan akan membuat individu merasa aman

Dijelaskan lebih lanjut oleh Vegas (dalam Farhati, 1996) bahwa dukungan sosial khususnya dukungan sosial dari keluarga yang bersifat mendukung seperti, perhatian yang diberikan orang tua kepada anak, komunikasi dalam keluarga akan memberikan kekuatan dalam diri individu. Brown (dalam Oatle dan Bolton, 1995) menemukan banyaknya dukungan dari kelompok sangat membantu individu dalam menghadapi situasi-situasi sulit. Dukungan dari kelompok ini bisa berupa informasi, mendengarkan problem, kehangatan berkawan, lingkungan persahabatan, saling percaya dan hubungan dalam kelompok.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa sumber dukungan sosial dapat diperoleh melalui:

a. Dukunsan keluarea.

Keluarga adalah inti dalam kehidupan masyarakat, lingkungan keluarga merupakan faktor pendukung utama yang membentuk perilaku kehidupan

individu. Dalam lingkungan keluarga anak dapat mengenal kehidupan, tugas orang tua adalah memberikan perhatian terhadap kehidupan anaknya, sekolah, perhatian, kasih sayang, menghargai usaha anak, membantu masalah anak yang nantinya akan memberikan pengaruh yang positif.

b. Dukungan dari teman atau kelompok.

Lingkungan lain setelah keluarga adalah lingkungan bersama teman. Hubungan pertemanan pada masa remaja akan lebih banyak dihadapi individu dari pada lingkungan keluarga. Kedekatan dengan teman-teman akan meningkatkan perhatian, saling membantu. Conger (1977) menjelaskan bahwa pada masa remaja hubungan pertemanan dan persahabatan akan menimbulkan *support* dalam diri individu.

c. Dukungan dari tetangga.

Dukungan yang diberikan dari tetangga di mana individu memiliki keterdekatan di dalamnya, dukungan yang diberikan tetangga dapat berupa, alat, informasi, perhatian dan penghargaan.

Jhonson dan jhonson (1991) menjelaskan bahwa dukungan sosial akan lebih efektif apabila individu yang memberikan dukungan dengan individu yang mendapat dukungan memiliki kriteria-kriteria berikut ini :

- a. Bersedia bekerja sama menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi.
- b. Mampu menyediakan kebutuhan-kebutuhan individu seperti, uang, alat, informasi dan nasehat.

- c. Dapat membantu individu dalam mengarahkan kemampuan-kemampuannya, bakat, minat dan memecahkan masalahnya.

C. Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri

Remaja Putus Sekolah

Remaja putus sekolah berasal dari keluarga dan lingkungan yang berbeda menyebabkan mereka harus beradaptasi dan berinteraksi terhadap lingkungan baru. Artinya mereka harus beradaptasi untuk mengikuti semua peraturan yang berlaku. Hal ini terjadi karena individu harus berhadapan dengan situasi yang jauh berbeda dengan biasanya. Perilaku-perilaku yang selama ini dipakai belum tentu sesuai atau cocok dengan situasi yang baru. Sehingga pada akhirnya dapat menjadi hambatan dalam penyesuaian diri dirinya dengan lingkungan sosialnya.

Sering ditemukan remaja yang seharusnya masih menimba ilmu di bangku sekolah, bersaing untuk berprestasi, dibarengi canda tawa teman-temannya, harus meninggalkan semua itu karena terbentur berbagai kondisi dan situasi yang mengharuskan mereka dewasa sebelum waktunya (Kognisia, 2002).

Grafik sebaran tingkat pendidikan angkatan kerja yang dibuat oleh Disnakertrans Yogyakarta, 79 persen angkatan kerja lulusan sekolah dasar, Lulusan SLTP 10 persen, lulusan SLTA 12 persen dan yang paling memprihatinkan angkatan kerja lulusan perguruan tinggi hanya 3 persen (Kompas, 2002).

Dukungan sosial sebagai suatu bentuk bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain seperti, empati, penghargaan, informasi dan motivasi dari orang-orang sekitar dapat menjadi suatu sumber kekuatan, keyakinan dan motivasi dalam dirinya oleh Chaplin (dalam Coder, dkk 1983).

Thois (dalam Rizkyanti 2001) sumber-sumber dukungan sosial yang sesuai merupakan determinan utama bagi penyesuaian diri individu dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang menekan. Kehadiran keluarga dan teman dekat merupakan sumber dukungan yang paling kuat terhadap kehidupan karena adanya kedekatan emosional dan memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dan ini akan meningkatkan keyakinan individu. Sementara itu, ketidakhadiran dukungan sosial dapat menimbulkan perasaan kesepian dan kehilangan, dan juga dapat mengganggu proses penyesuaian diri. Aspek perhatian emosional dapat memuaskan kebutuhan afiliasi subjek, yaitu kebutuhan untuk mengadakan hubungan dan menjalin persahabatan dengan orang lain. Perhatian emosional ini dapat berupa perhatian, pengertian dan keakraban. Perhatian emosional yang berupa kesediaan untuk mendengarkan keluhan-keluhan subjek ini akan membawa efek positif yaitu sebagai pelepas emosi dan mengurangi kecemasan. Inti dari dukungan ini adalah individu merasa diperhatikan, diterima dan dihargai oleh lingkungan sehingga dapat membantu mempercepat identitas dirinya.

Dukungan penilaian dapat berfungsi membantu subjek dalam mengembangkan kepribadian melalui interaksi dengan orang lain maka subjek

dapat mengevaluasi dan mempertegas keyakinan-keyakinan dengan membandingkan pendapat, sikap dan keyakinan orang lain. Adanya pujian, penilaian, penghargaan terhadap individu dapat membantu meningkatkan harga diri.

Dukungan informasi membantu individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya. Dengan adanya informasi yang berupa nasehat atau petunjuk membantu subjek dalam menginterpretasikan dan memahami secara jelas sifat permasalahan yang ada sehingga memudahkan dalam membuat keputusan penyelesaian masalah secara praktis.

Bentuk dukungan sosial yang lain yaitu dukungan instrumental yang berfungsi memperlancar dan memudahkan perilaku subjek dalam segala aktivitasnya. Dukungan instrumental ini dapat berupa penyediaan suasana dan pelayanan. Adanya dukungan ini subjek merasa terbantu secara materi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja putus sekolah mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, akan lebih mudah dalam melakukan penyesuaian diri. Hal ini disebabkan dukungan sosial yang bersumber dari orang tua, keluarga, teman serta tetangga dapat mempengaruhi kekuatan dan mendorong timbulnya motivasi, keyakinan dalam diri seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

D, Hipotesis

Dari tinjauan teoritis di atas, dapat dikemukakan hipotesis dalam penelitian ini bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja putus sekolah. Semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan seseorang maka semakin mudah seseorang melakukan penyesuaian diri, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan seseorang maka semakin sulit seseorang melakukan penyesuaian diri.

