

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Penyesuaian diri bukanlah hal yang mudah bagi setiap remaja. Menurut Hurlock (1980) bahwa salah satu tugas perkembangan masa remaja yang paling sulit berhubungan dengan penyesuaian sosial, meskipun tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan, namun sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Hal ini tentunya memicu timbulnya berbagai permasalahan bagi remaja pesantren.

Berdasarkan observasi di pondok pesantren Madrasah Aliyah Negeri MAN Godean, peneliti melihat ada kasus-kasus penyesuaian diri remaja. Sebagian santri maupun santriwati, ada yang mengalami kesulitan untuk bergaul. Kesulitan lain yang dihadapi santri dan santriwati beragam, mulai dari kesulitan mengikuti peraturan yang baru, kesulitan menyesuaikan kebiasaan bangun pagi sebelum subuh, kesulitan penyesuaian untuk selalu menggunakan jilbab saat keluar asrama, penggunaan bahasa daerah yang tidak diperbolehkan, kewajiban mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di asrama, serta penyesuaian diri dengan aturan tidak diperbolehkannya penggunaan *handphone*. Kesulitan yang lainnya juga ketika santri dan santriwati yang berada di pondok pesantren cenderung akan merasa kesepian karena baru pertama kali berada jauh dari orang tuanya.

Ahyani dan Kumalsari (2012) menyatakan bahwa banyak remaja yang tidak mampu dalam menyesuaikan diri akan cenderung menjadi remaja yang rendah diri, tertutup, suka menyendiri, kurang adanya percaya diri serta merasa malu jika berada di antara orang lain atau situasi yang terasa asing baginya. Hal ini menunjukkan bahwa anak akan menghadapi masalah yang baru ketika pertama kali terpisah dari keluarganya dan juga dihadapkan dengan situasi lingkungan yang baru atau asing bagi si anak.

Remaja yang baru memasuki lingkungan asrama harus dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan asrama, namun itu bukan suatu hal yang mudah bagi para remaja (Octyavera, 2010). Kesulitan yang dihadapi remaja dalam penyesuaian diri sering di jumpai di sekolah berasrama, hal ini dapat dilihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurhadi (2013) dengan subjek penelitian 111 siswa Islamic Boarding School SMPIT DAARUL HIKMAH, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan berusia 12-15 tahun yang menempuh pendidikan kelas VII dan VIII. Hasil dari penelitian yang dilakukan Nurhadi (2013) menunjukkan bahwa terdapat 38 subjek atau 34% subjek mengalami penyesuaian diri yang buruk dan terdapat 18 subjek atau 17% subjek mengalami penyesuaian diri yang sangat rendah.

Fenomena yang mengindikasikan kurangnya penyesuaian diri siswa di sekolah berasrama, seperti yang ditulis oleh Zulkarnain (2014) yaitu saat dilakukan interview pada tanggal 3 Agustus 2013 di lingkungan pondok pesantren, 7 orang santriwati mengaku bahwa tuntutan yang dibebankan

kepadanya merupakan tuntutan yang berat dan menimbulkan kebingungan pada masa awal masuk pondok. Rutinitas kegiatan yang terlalu padat dan budaya yang sangat jauh berbeda dengan kehidupan mereka sehari-hari yang mengalami perubahan drastis, misalnya santriwati yang sebelumnya tidak menggunakan jilbab ketika di pondok diwajibkan mengikuti aturan dengan menggunakan jilbab ukuran besar beserta cadar. Tidak ada kontak langsung dengan laki-laki diluar pondok putri, karena pondok putri bagi santriwati steril dari para lelaki. Hanya ada beberapa pengajar laki-laki yang boleh masuk saat mengajar, itupun para santri tidak diperkenankan untuk melintas dengan bebas saat ada laki-laki didalam pondok, semua santriwati diwajibkan bercadar dan jika tidak ada kegiatan lain harus berada di dalam kelas ataupun di dalam kamar.

Banyaknya tuntutan yang jauh berbeda dengan kehidupan sebelum tinggal di pondok menyebabkan timbulnya masalah penyesuaian diri pada para santri di pondok pesantren As Sunnah. Kehidupan baru sebagai santri di pondok pesantren merupakan transisi antara bergantung individu dengan orang tua dan kemandirian status serta identitas yang harus diraih. Santri dituntut untuk mandiri, bertanggung jawab, dewasa, mempunyai penyesuaian diri yang baik, berprestasi dan dapat menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik. Keadaan yang begitu berbeda akan membuat para santri mengalami perubahan dan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang ditempatinya. Permasalahan yang dihadapi adalah berawal dari lingkungan fisik dan sosial di tempat yang baru hingga peraturan dan adat

istiadat yang berbeda. Pada dasarnya santri yang belajar di pondok pesantren tidak hanya berasal dari daerah dimana pondok pesantren tersebut berdiri, tetapi juga berasal dari luar kota bahkan ada yang berasal dari luar propinsi. Setiap santri yang berasal dari berbagai wilayah tersebut secara otomatis akan menempati tempat tinggal baru di dalam pondok pesantren yang tentunya akan berbeda dengan tempat tinggal sebelumnya serta bersama-sama dengan para santri lainnya yang juga berbeda latar belakang budaya dan tempat tinggal, dalam hal ini individu dituntut harus mampu berperan sesuai dengan tugas perkembangannya yang berkaitan erat dengan tuntutan perubahan kematangan, persekolahan, pekerjaan, pengalaman beragama dan hal lain sebagai prasyarat untuk pemenuhan dan kebahagiaan hidup (Zulkarnain, 2014).

Manusia diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitarnya. Lazarus juga menyatakan bahwa penyesuaian terdiri dari proses bagaimana individu mengatur berbagai "*demands*" atau permintaan (Zakiyah, dkk. 2010). Permintaan yang dimaksud yaitu dapat bersumber dari eksternal atau dari internal diri siswa, dan bahkan dapat terjadi konflik antar permintaan (Zakiyah, dkk. 2010). Menurut Siswanto (Saguni & Amin, 2013) ada beberapa aspek yang mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri dengan baik yaitu memiliki persepsi yang akurat terhadap realita, kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan stres dan kecemasan, mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, kemampuan untuk

mengekspresikan perasaannya, dan memiliki relasi interpersonal yang baik. Sedangkan faktor- faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri yaitu pengalaman, belajar, determinasi diri, konflik dan penyesuaian, serta lingkungan sebagai penentu penyesuaian diri (Saguni & Amin, 2013).

Dukungan sosial yang diberikan dengan baik dari orang terdekat dan lingkungannya biasanya akan menciptakan suasana yang hangat dan menarik bagi anggotanya, seperti terjalinnya komunikasi yang baik antara remaja pondok pesantren dengan temannya dan juga dengan pengurus pondok pesantren. Suasana hangat dan menarik yang dirasakan remaja pondok pesantren juga terjadi disaat remaja makan bersama, belajar bersama dan pada saat shalat berjama'ah. Remaja yang mendapatkan umpan balik dari teman sebayanya berupa saran maupun nasihat juga berperan dalam penerimaan dan pemahaman diri remaja yang meliputi pemahaman dan penerimaan terhadap kekuatan dan kelemahan diri, sehingga remaja mampu melakukan penyesuaian diri yang tepat untuk menghadapi dan menyelesaikan kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Dukungan sosial yang diperlukan bagi seseorang menurut House dan Smet (Saguni & Amin, 2013) dibagi atas empat dimensi, yaitu dukungan sosial, dukungan penghargaan, dukungan Instrumental, dan dukungan informatif.

Dari kasus yang ada, dapat dikatakan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang ditunjukkan oleh lingkungan, orang terdekat dan teman sebaya dapat mempermudah seorang remaja dalam menghadapi masalah penyesuaian diri yang mereka hadapi. Hal ini sama dengan apa

yang di kemukakan Cobb (Saguni & Amin, 2013) yaitu ketika individu menerima dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, maka individu tersebut akan merasa dicintai dan diperhatikan, mulia dan dihargai, dan merupakan bagian dari jaringan sosial, misalnya keluarga atau organisasi kemasyarakatan, yang dapat memberikan kebaikan, pelayanan, dan saling menjaga ketika berada dalam situasi yang penuh tekanan. Secara langsung mereka akan memandang dirinya lebih positif, dan mampu beradaptasi, sehingga menimbulkan motivasi yang tinggi serta mampu mengembangkan keterampilan untuk menyelesaikan masalahnya dengan cara yang baik.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri remaja pondok pesantren Madrasah Aliyah Negeri MAN Godean.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan sekaligus menambah khazanah ilmu pengetahuan dan pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Manfaat ini diharapkan dapat menjelaskan tentang penyesuaian diri dengan adanya dukungan sosial yang dimana dapat membantu remaja dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan yang baru dan melihat bagaimana peran orang-orang terdekat dan lingkungan dalam membantu penyesuaian diri pada remaja. Penelitian ini juga diharapkan untuk memberikan informasi kepada pengurus pondok pesantren untuk lebih membimbing dan mengarahkan anak-anak atau remaja yang ada di lingkungan asrama. Dapat membantu remaja dalam mengatasi permasalahan yang mereka hadapi, serta penelitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi penelitian selanjutnya mengenai penyesuaian diri pada remaja dengan melibatkan variabel yang mempengaruhinya.

D. Keaslian Penelitian

Sebelumnya telah ada beberapa penelitian yang dimuat pada jurnal dengan pembahasan tentang penyesuaian diri yang merupakan variabel tergantung pada penelitian yang akan dilakukan peneliti. Penelitian pertama yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dan Pratitis (2012) dengan judul Efikas diri akademik, dukungan sosial orangtua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial orangtua dengan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan. Penelitian ini menggunakan konsep Schneiders yaitu semakin tinggi skor total yang

diperoleh individu menunjukkan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan semakin tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan semakin rendah. Untuk mengungkap efikasi diri akademik mahasiswa digunakan skala efikasi diri akademik yang disusun berdasarkan konsep Bandura. Semakin tinggi skor total yang diperoleh individu menunjukkan efikasi diri akademik mahasiswa semakin tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan efikasi diri akademik mahasiswa semakin rendah. Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa tiga buah skala yaitu skala penyesuaian diri perkuliahan, skala efikasi diri akademik, dan skala dukungan sosial akademik dari orangtua.

Penelitian kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nurhadi (2013) dengan judul Hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja di Islamic Boarding Sschool SMPIT Daarul Hikmah Bontang. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan konsep diri remaja, mendeskripsikan penyesuaian diri remaja, dan mengetahui hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri remaja. Penelitian ini menggunakan teori Santrock (2003) yang mengatakan bahwa pada dasarnya setiap individu memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri namun dalam pelaksanaannya individu terkadang mengalami kesulitan. Kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri juga terjadi pada remaja yang memasuki lingkungan sekolah baru. Hasil instrumen penelitian

menunjukkan bahwa remaja kadang merasa tertekan dengan peraturan asrama. Mereka juga kurang bisa mengatasi masalah di sekolah dengan baik dan cepat bosan jika sedang mengerjakan tugas.

Penelitian yang ketiga yaitu penelitian yang dilakukan oleh Hasan dan Handayani dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. Penelitian ini menggunakan skala psikologi untuk pengumpulan data. Dukungan sosial teman sebaya berdasarkan pada teori Dukungan Sosial dari Sarafino (2008) dan penyesuaian diri berdasarkan pada teori Penyesuaian Diri dari Schneider (1964) diukur dengan menggunakan alat ukur yang disusun sendiri oleh penulis. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusif.

Penelitian yang ke empat yaitu penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari dan Ahyani (2012) dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan. Pada teori penyesuaian diri peneliti menggunakan teori menurut beberapa ahli yaitu Calhoun (1990), Sunarto dan Hartono (1994), Mappiare (1982), Kartono, K (2000) dan

Pramadi (1996, h.240). Sedangkan pada teori dukungan social menggunakan teori menurut beberapa ahli yaitu Rook dalam Smet (1994), Sarason dalam Kuntjoro (2002) dan Oktavia, L (2002). Penelitian ini menggunakan metode statistika yang dipakai dalam penelitian ini adalah teknik *Korelasi Product Moment*.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya maka dapat dikatakan bahwa penelitian ini memiliki keaslian, yakni dalam hal-hal:

1. Keaslian Topik

Peneliti menggunakan topik tentang hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja pesantren. Topik peneliti ini sama dengan topik penelitian Hasan dan Handayani (2014) yang juga mengangkat topik tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu. Begitu juga dengan topik penelitian dari Kumalasari dan Ahyani (2012) yang meneliti hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang sebelumnya terdapat pada konteks lingkungannya seperti pada peraturan yang diterapkan, jadwal sehari-hari di asrama dan kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di pesantren.

2. Keaslian Teori

Teori penyesuaian diri yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah teori Saguni dan Amin. Sedangkan teori penyesuaian

diri dalam penelitian yang dilakukan oleh Hasan dan Handayani (2014) mengacu pada teori menurut Schneider (1964) dan Pathak (1990) serta penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari dan Ahyani (2012) mengacu pada teori Calhoun (1990), Sunarto dan Hartono (1994). Adapun teori dukungan sosial yang menjadi acuan peneliti yaitu teori dari Cobb. Berbeda dengan teori dukungan sosial yang digunakan oleh Hasan dan Handayani (2014) mengacu pada teori Sarafino (2008) serta Kumalasari dan Ahyani (2012) yaitu mengacu pada teori dari Smet (1994).

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur penyesuaian diri yang digunakan peneliti ialah adaptasi dari skala Baker dan Siryk (Splichal, 2009) berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dari Baker dan Siryk (Splichal, 2009). Alat ukur ini berbeda dengan yang digunakan oleh Hasan dan Handayani (2014) yang menggunakan alat ukur yang disusun sendiri oleh penulis berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dari Schneider (1964), serta Kumalasari dan Ahyani (2012), yang menggunakan alat ukur penyesuaian diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dari Pamadi (1996).

Adapun alat ukur dukungan sosial yang digunakan peneliti ialah adaptasi dari Ratri Susilaningrum (2014) yang mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial menurut Cohen dan

Hoberman (1983). Alat ukur ini berbeda dengan alat ukur yang digunakan oleh Hasan dan Handayani (2014) yang disusun sendiri berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial dari Sarafino (2008), serta Kumalasari dan Ahyani (2012) menggunakan alat ukur yang disusun berdasarkan empat jenis dukungan sosial menurut Sarafino dan Oktavia, L (2002).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di pondok Asrama Madrasah Aliyah Negeri MAN Godean, Kecamatan Sidoarum, Yogyakarta. Penelitian terdahulu sudah pernah meneliti tentang penyesuaian diri pada remaja pesantren. Perbedaan subjek dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya di lakukan pada remaja yang tinggal di *Islamic Boarding School* SMPIT DAARUL HIKMAH Bontang, sedangkan peneliti melakukan penelitian pada remaja yang tinggal di asrama Madrasah Aliyah Negeri MAN Godean.