

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Penyesuaian diri sangat penting bagi setiap manusia termasuk anak kembar, karena penyesuaian diri pada dasarnya merupakan proses individu mampu menghadapi situasi dan kondisi yang berubah. Seseorang merasa sesuai dengan situasi sosial dan lingkungannya, sehingga dapat bergaul dan membina persahabatan dengan orang lain. Penyesuaian diri merupakan tuntutan untuk dapat tetap diterima di masyarakat dan proses yang melibatkan respon mental serta tingkah laku, untuk memenuhi kebutuhan yang tidak bertentangan dengan norma masyarakat. Di lingkungan sekolah misalnya, siswa-siswi di sekolah perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri agar mampu berinteraksi secara baik dengan teman-temannya (Wijayanto dalam Wijaya, 2007).

Haber dan Runyon (1984) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dan bukan keadaan yang statis sehingga efektivitas dari penyesuaian diri itu sendiri ditandai dengan seberapa baik individu mampu menghadapi situasi serta kondisi yang selalu berubah, dimana seseorang merasa sesuai dengan lingkungan dan merasa mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri pada seseorang, salah satunya adalah lingkungan keluarga (Schneiders, 1964). Intensitas interaksi antar anggota keluarga akan mempengaruhi penyesuaian diri pada seseorang dimana semakin sering berinteraksi, semakin sering pula anggota keluarga tersebut berbagi cerita tentang apa yang dialami. Sebaliknya, semakin

jarang atau kurangnya interaksi dalam keluarga, maka keluarga tersebut akan semakin jarang berbagi cerita.

Interaksi anggota keluarga pada penjelasan diatas adalah interaksi yang dilakukan pada setiap peran pada keluarga seperti ayah dan ibu, orangtua dan anak, serta kakak dan adik. Pada umumnya interaksi kakak dan adik akan lebih sering dilakukan karena perbedaan umur yang tidak jauh, terlebih lagi jika mereka adalah saudara kembar. Terlebih lagi pada kondisi saudara kembar merupakan dua pribadi yang seolah-olah tidak dapat melakukan kegiatan sendiri secara terpisah. Dalam berinteraksi peran saudara kembar dapat saling mengisi, seperti persahabatan, persaingan, loyalitas dan solidaritas. Biasanya, saudara kembar akan berbagi sejarah dan pengalaman, saudara kembar sering membentuk ikatan emosional yang terus-menerus, mereka akan menjadi teman bermain, berteman, dan mengembangkan hubungan timbal balik, termasuk saling percaya (Schwarz, Mustafić, & Junker 2015). Hubungan saudara kandung atau hubungan saudara kembar merupakan hal penting dari perkembangan sosial dan emosional. Hal ini dapat menimbulkan efek yang positif maupun negatif dalam penyesuaian dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara di Yogyakarta pada November 2015 antara peneliti dengan subjek pasangan kembar laki-laki berusia 23 tahun yang berinisial AA dan AE, mereka tidak merasakan hal yang kurang ketika berpisah tempat. Meskipun dari kecil mereka selalu bersama, seperti sekolah, memilih jurusan saat sekolah dan menjalin hubungan pertemanan dengan teman yang sama. Hanya saja mereka bekerja di kota yang berbeda, hal tersebut menyebabkan keduanya berpisah. Memiliki kegiatan yang berbeda, dan bertemu orang-orang baru di

lingkungan yang baru. Contoh tersebut sesuai dengan aspek penyesuaian diri (Baker dan Siryk dalam Splichal, 2009) berupa penyesuaian sosial yang mengungkapkan sejauh mana seorang dapat menyesuaikan diri ke dalam struktur sosial yang lebih luas, mengikuti segala kegiatan yang ada, bertemu dan berteman dengan orang-orang baru, hal yang merupakan tantangan baru.

Berbeda dengan hasil wawancara di Yogyakarta pada Oktober 2015 yang peneliti lakukan kepada kembar perempuan HA dan HI berusia 23 tahun, keduanya menghadiri satu sekolah yang sama ketika TK hingga SMP dan saat SMA mereka berbeda sekolah. Saat mereka menghadiri sekolah yang sama mereka sangat percaya diri, dikenal banyak orang karena mereka kembar, mereka merasa tidak masalah jika mereka tidak memiliki teman karena mereka memiliki saudara kembar. Namun, mereka merasakan krisis percaya diri saat menghadiri sekolah yang berbeda, mereka merasa “kehilangan kaki” untuk menopang sehingga mereka merasa tidak percaya diri. Saat ini mereka tidak siap jika berpisah, hingga mereka sempat memiliki pikiran untuk tidak menikah agar tetap bersama-sama selamanya. Mereka berpendapat bahwa, setiap apapun ditakdirkan berpasangan, dan mereka sudah berpasangan semenjak lahir, jadi untuk apa mencari pasangan lain. Pasangan kembar AA dan AE terlihat mereka dapat dengan mudah menyesuaikan diri, sedangkan pada pasangan kembar HA dan HI mereka terlihat kesulitan dalam menyesuaikan diri setelah mereka dipisahkan.

Kasus selanjutnya berdasarkan hasil wawancara pada sekolah di Yogyakarta pada Juni 2017 yang peneliti lakukan kepada anak kembar laki-laki FW dan FH berusia 16 tahun. Keduanya masuk SMA yang berbeda, salah satunya masuk

sekolah negeri dan yang satunya masuk sekolah swasta, tapi dikarenakan hal tersebut salah seorang yang masuk pada SMA Negeri rela mengalah dan masuk di SMA swasta, agar keduanya tetap bersama. Mereka berangkat dan pulang sekolah bersama, memiliki teman yang sama, masuk pada kelompok yang sama. Ketika mereka mengikuti tes penjurusan, dan hasilnya satu dari mereka masuk di kelas IPA, maka dia berusaha meminta kepada gurunya agar saudara kembarnya juga di masukkan di kelas IPA, agar tetap bersama-sama. Meskipun demikian, orang tua mereka meminta kepada sekolah agar mereka dipisahkan kelasnya, karena orang tua mereka ingin anak-anaknya dapat mandiri satu sama lain.

Kedua contoh kasus di atas sesuai dengan Baker dan Siryk (Splichal, 2009) yang menyatakan bahwa, apabila tidak berhasil dalam menyesuaikan diri secara sosial, maka seorang akan mengalami kesulitan dan kesepian ketika harus jauh dari saudara kembarnya. Dapat dilihat pada contoh di atas, bahwa HA, HI, FH, dan FW menurut aspek secara personal-emosional dapat mengalami stress, kecemasan apabila mereka terpisah dengan saudara kembarnya. Berbeda dengan individu yang mampu menyesuaikan diri, individu yang menyesuaikan diri akan mampu menyelesaikan konfliknya serta mengatasi perasaan-perasaan frustrasi yang dialaminya. Kesuksesan individu dalam menyesuaikan diri akan terlihat saat individu mampu mengatasi kesulitan baik pribadi dan sosialnya.

Sedangkan menurut Hurlock (2006) kegagalan remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sifat sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman dan merasa ingin pulang jika jauh dari lingkungan yang tidak

dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan. Berbeda dengan individu yang mampu menyesuaikan diri, individu yang menyesuaikan diri akan mampu menyelesaikan konfliknya serta mengatasi perasaan-perasaan frustrasi yang dialaminya. Kesuksesan individu dalam menyesuaikan diri akan terlihat saat individu mampu mengatasi kesulitan baik pribadi dan sosialnya.

Desmita (2010) menjelaskan bahwa beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu adalah faktor psikogenik dan sosiopsikogenik. Faktor psikogenik berkaitan dengan lingkungan keluarga, dimana merupakan faktor utama yang berkaitan dengan penyesuaian diri. Unsur-unsur dalam keluarga, misalnya peran sosial, karakteristik anggota keluarga, dan interaksi antar anggota keluarga seperti halnya, kedekatan yang sering disebut juga sebagai kelekatan. Kelekatan merupakan ikatan antara dua orang individu atau lebih berupa hubungan psikologis yang diskriminatif dan spesifik, serta mengikat seseorang dengan orang lain akan sangat mempengaruhi penyesuaian diri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Gray (2011) menunjukkan bahwa seorang dewasa muda dengan riwayat pola *secure attachment* atau kelekatan aman umumnya, baik penyesuaian diri secara sosial dan memiliki rasa kesejahteraan yang lebih kuat daripada seorang dewasa muda dengan riwayat *insecure attachment* atau kelekatan tidak aman orangtua-anak.

Idealnya saudara kembar akan lebih saling memiliki hubungan kedekatan di antara mereka, dibandingkan dengan seseorang yang dilahirkan tunggal. Hal tersebut diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya dan hasil data yang ditemukan dengan metode kualitatif fenomenologis, yang memaparkan bahwa kembar lebih banyak memilih pasangan kembar sebagai figur lekatnya. Intensitas interaksi dan kualitas hubungan menyebabkan saudara kembar lebih memilih saudara kembarnya sebagai figur lekatnya (Aji & Uyun, 2010). Pemilihan pasangan kembar sebagai figur lekat disebabkan karena seringnya intensitas pertemuan dan aktivitas yang dilakukan sering kali bersama-sama, selain itu adanya rasa saling perhatian dan menyayangi di antara keduanya menjadikan keduanya semakin lekat, terjadi ikatan emosi di antara keduanya yang sangat erat. Alasan yang lain dalam pemilihan figur lekat adalah karena figur lekat dinilai dapat membantu memecahkan masalah dan mengerti satu sama lain.

Ainsworth (Choon, 2013) menyatakan bahwa kelekatan sebagai ikatan emosional yang bertahan lama atau sepanjang waktu yang dibentuk anak dengan subjek lekatnya yang tidak dapat digantikan oleh figur lain, mengikat mereka dalam kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu. Bowlby (1973) menyatakan bahwa pengalaman kelekatan yang aman dan hangat memudahkan tumbuhnya kepercayaan bahwa orang lain memberikan perhatian, perilaku orang lain yang bersifat negatif hanya berlangsung sementara yang dapat dimaafkan dan seseorang memiliki respon yang sesuai untuk menghadapi perilaku yang negatif tersebut. Keterikatan yang aman diteorikan sebagai landasan yang penting bagi perkembangan psikologis berikutnya pada masa kanak-kanak, remaja, dan dewasa

(Santrock, 2003). Menurut Helmi (1999) ciri-ciri gaya kelekatan aman yaitu mempunyai model mental diri sebagai orang berharga, penuh dorongan dan mengembangkan model mental orang lain sebagai orang yang bersahabat, dapat dipercaya, responsif dan penuh kasih sayang.

Hasil dari penelitian Gray (2011) sebelumnya menunjukkan bahwa seorang dewasa muda dengan riwayat pola *secure attachment* atau kelekatan aman umumnya, baik penyesuaian diri secara sosial dan memiliki rasa kesejahteraan yang lebih kuat daripada seorang dewasa muda dengan riwayat *insecure attachment* atau kelekatan tidak aman orangtua-anak. Terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Smojver-Ažić (2015) yang menyatakan bahwa berbagai faktor yang berhubungan dengan pengasuhan terus-menerus akan memainkan peran penting dalam penyesuaian mahasiswa, dengan efek yang berbeda tergantung pada perkembangan.

Selanjutnya, keterikatan antara dua variabel ini dikuatkan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Olivia dan Arranz (2005) dengan hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki saudara kandung dapat menyesuaikan diri dengan baik, meski hanya dikalangan anak perempuan.

Berdasarkan dari hasil-hasil temuan dan permasalahan yang dijelaskan di atas, maka sebagai peneliti ingin mengetahui “Apakah kelekatan anak kembar dapat mempengaruhi penyesuaian diri mereka?”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelekatan saudara kembar dengan penyesuaian diri pada remaja kembar.

## **C. Manfaat Penelitian**

Dari gambaran pendahuluan hingga tujuan penelitian, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara korektif, baik untuk keilmuan (teoritis), atau untuk peneliti dan subjek penelitian (praktis). Manfaat tersebut adalah :

### **1. Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran di bidang psikologi pada teori kelekatan dan penyesuaian terhadap anak kembar. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan berikutnya untuk kalangan akademik, khususnya dalam pengembangan psikologi perkembangan.

### **2. Praktis**

Secara praktis peneliti ini diharapkan dapat digunakan untuk mengetahui sejauh mana kelekatan yang timbul antara saudara kembar dapat mempengaruhi tingkat penyesuaian diri pada lingkungan sosial yang dimiliki. Dengan membaca penelitian ini, diharapkan subjek dapat memahami serta mengembangkan tingkat penyesuaian dengan pengaruh figur lekat terutama kelekatan yang terjalin pada anak kembar.

#### D. Keaslian Penelitian

Guna mengetahui keaslian dari penelitian, berikut ini diuraikan beberapa penelitian mengenai penyesuaian diri pernah dilakukan, diantaranya adalah penelitian yang dikemukakan oleh Olivia dan Arranz (2005) yang berjudul *Sibling relationships During Adolescence*. Subjek yang digunakan merupakan 513 siswa-siswi sekolah menengah dari berbagai sekolah yang memiliki saudara kandung. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki saudara kandung dapat menyesuaikan diri dengan baik, meski hanya di kalangan anak perempuan.

Selain penelitian tersebut, terdapat penelitian lainnya yang dilakukan oleh Gray (2011) yang berjudul *Effects of Parent-Child Attachment on Social Adjustment and Friendship in Young Adulthood*. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa seorang dewasa muda dengan riwayat pola *secure attachment* atau kelekatan aman umumnya, baik penyesuaian diri secara sosial dan memiliki rasa kesejahteraan yang lebih kuat daripada seorang dewasa muda dengan riwayat *insecure attachment* atau kelekatan tidak aman orangtua-anak.

Terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Cooper dan Shaver (1998) yang berjudul *Attachment Styles, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence*. Penelitian tersebut menguji perbedaan tipe kelekatan dalam penyesuaian yang mewakili sampel remaja kulit hitam dan putih, menggunakan alat ukur tiga kategori kelekatan yang dikembangkan oleh Hazan dan Shaver's. metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *Descriptive Statistics*.

Dari beberapa penelitian yang dipaparkan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini memiliki:

#### 1. Keaslian Topik

Peneliti mengenai kelekatan dan penyesuaian diri sudah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Penelitian tentang kelekatan anak kembar juga pernah dilakukan oleh Aji dan Uyun pada tahun 2010, dimana pada penelitian tersebut menggunakan penelitian kualitatif fenomenologis, dan hasil dari penelitian tersebut adalah telah terbukti bahwa anak kembar lebih banyak memilih pasangan kembarnya sebagai figur lekat. Namun, penelitian mengenai kelekatan saudara kembar dan penyesuaian diri belum pernah dilakukan, sehingga peneliti mengadaptasi dari penelitian yang pernah dilakukan dengan menggunakan penelitian kuantitatif ditinjau dari sisi kelekatan saudara kembar dengan penyesuaian diri.

#### 2. Keaslian Teori

Penelitian yang dilakukan oleh Aji dan Uyun (2010) menggunakan teori kelekatan (*attachment*) dari Bowlby dan Ainsworth. Penelitian yang dilakukan oleh Gray (2011) menggunakan teori kelekatan dari Bowlby. Dan penelitian yang dilakukan oleh Cooper dan Shaver (1998) menggunakan teori kelekatan dari Bowlby, Ainsworth, kemudian Hazan dan Shaver's. Sedangkan teori kelekatan dalam penelitian ini menggunakan teori Armsdeen dan Greenberg.

Pada penelitian yang dilakukan ketiga peneliti sebelumnya tidak ada yang mencantumkan teori mengenai Penyesuaian diri. Oleh karena itu, teori

penyesuaian diri yang digunakan didalam penelitian ini adalah teori dari Baker dan Siryk.

### 3. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian sebelumnya, Aji dan Uyun (2010) menggunakan metode kualitatif fenomenologis. Penelitian yang dilakukan oleh Cooper dan Shaver (1998) menggunakan alat ukur kuisisioner versi Hazan dan Shaver's. namun pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan alat ukur *The Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) versi Baker dan Siryk untuk mengukur penyesuaian diri. Dan menggunakan alat ukur *Inventory Parent and Peer Attachment* (IPPA) untuk mengukur kelekatan anak kembar.

### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah pasangan kembar usia remaja laki-laki dan laki-laki, perempuan dan perempuan, laki-laki dan perempuan yang berusia 12-21 tahun.