

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DI PANTI ASUHAN
DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA TERHADAP TEMAN SEBAYA
DI SEKOLAH**

*(Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V
Limau Manis Padang)*

SKRIPSI

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Strata Satu (S1) Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*



Oleh

ELVIRA SUSANTI
72357 / 2006

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Di Panti Asuhan Dengan
Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Teman Sebaya Di Sekolah
(Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah
Pauh V Limau Manis Padang)

Nama : Elvira Susanti

NIM / BP : 72357 / 2006

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 7 Februari 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons.

NIP. 19620218 198703 1 001

Dra. Marwisni Hasan, M.Pd., Kons.

NIP. 19451017 197106 2 001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Di Panti Asuhan Dengan
Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Teman Sebaya Di Sekolah
(Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah
Pauh V Limau Manis Padang)**

Nama : Elvira Susanti

NIM / BP : 72357 / 2006

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 7 Februari 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda tangan
Ketua	: Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons.	_____
Sekretaris	: Dra. Marwisni Hasan, M.Pd., Kons.	_____
Anggota	: Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.	_____

Anggota : Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd., Kons.

Anggota : Drs. Asmidir Ilyas, M.Pd., Kons.

ABSTRAK

Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Di Panti Asuhan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Teman Sebaya Di Sekolah (Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang)

Penulis : Elvira Susanti

Pembimbing : 1. Drs. Erlamsyah, M. Pd., Kons
2. Dra. Marwisni Hasan, M. Pd., Kons

Untuk mencapai tujuan hidupnya, manusia selalu melakukan penyesuaian diri sesuai dengan tuntutan dari diri sendiri maupun lingkungannya. Bagi remaja di Panti Asuhan, banyak penghayatan baru yang memerlukan penyesuaian diri salah satunya seperti penyesuaian diri terhadap teman sebaya di sekolah. Tentunya hal ini tidak selamanya berjalan dengan lancar, sering terjadi remaja kurang bisa untuk menyesuaikan diri secara baik terhadap teman sebaya di sekolah. Pada saat-saat seperti ini, remaja sangat membutuhkan dukungan sosial dari orang lain di lingkungan terdekatnya yaitu pengasuh dan teman-teman sesama penghuni Panti Asuhan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah. Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Subjek dalam penelitian adalah remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang. Dengan subjek penelitian 28 orang remaja. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution for windows release 12.00*.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa dukungan sosial di Panti Asuhan tergolong ke dalam kategori cukup baik dengan persentase 68,8 % dan penyesuaian diri remaja Panti Asuhan terhadap teman sebaya di sekolah tergolong ke dalam kategori cukup baik dengan persentase yang sama yaitu 68,8%. Hasil penelitian juga mengungkapkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah.

Berdasarkan temuan penelitian ini diharapkan kepada pihak Panti Asuhan sebaiknya menyediakan pengasuh yang dapat meluangkan waktu secara intensif karena remaja yang masuk Panti Asuhan adalah remaja dengan latar belakang keluarga, ekonomi yang beragam. Hendaknya Panti Asuhan sebagai keluarga dapat menciptakan situasi yang menyenangkan bagi anak asuhnya, sehingga anak asuh merasa mendapatkan pengganti keluarganya. Bagi remaja Panti Asuhan agar lebih meningkatkan kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap teman sebaya di sekolah. Disarankan kepada peneliti lain untuk dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, misalnya mengenai konsep diri, sikap, intelegensi, kepribadian, kondisi sekolah dan lain sebagainya.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Di Panti Asuhan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Teman Sebaya Di Sekolah"(Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang). Kemudian salawat dan salam tidak lupa buat junjungan Nabi Muhammad SAW sebagai tauladan selama hidup di dunia ini.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Penulisan ini terlaksana berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik berupa moril maupun materil. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ucapkan terima kasih yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. Daharnis, M. Pd., Kons, sebagai ketua jurusan Bimbingan dan Konseling. Terima kasih atas layanan dan perhatian yang bapak berikan.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M. Pd., Kons, selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling, Penasehat Akademik, dan sebagai Pembimbing I, yang telah banyak membimbing penulis, meluangkan waktu serta memotivasi penulis dalam menyusun skripsi ini hingga selesai.
3. Ibu Dra. Marwisni Hasan, M. Pd., Kons, sebagai pembimbing II. Terima kasih atas bimbingan, motivasi, dan waktu yang ibu luangkan untuk membantu terselesaikannya skripsi ini.

4. Bapak Drs. Asmidir Iliyas, M. Pd., Kons, ibu Dr. Syahniar, M. Pd., Kons, dan ibu Dra. Yulidar Ibrahim, M. Pd., Kons selaku tim penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Pihak Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang yang telah memberikan kesempatan, meluangkan waktu dan memberikan keterangan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
6. Rekan-rekan angkatan 2006 yang telah memberikan motivasi, masukan yang berharga dalam penulisan skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan dibalas oleh Allah SWT. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri, Panti Asuhan tempat penelitian dan jurusan Bimbingan dan Konseling serta para pembaca pada umumnya.

Penulis telah berupaya dengan maksimal untuk menyelesaikan skripsi ini, namun penulis menyadari baik isi maupun penulisan masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu kepada para pembaca, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi perbaikan dimasa yang akan datang.

Padang, Februari 2011

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah.....	5
C. Asumsi	5
D. Pertanyaan Penelitian	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
G. Penjelasan Istilah	7
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Dukungan Sosial	9
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	9
2. Sumber Dukungan Sosial.....	11
3. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	13
4. Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial.....	15
5. Dampak Dukungan Sosial.....	18
B. Penyesuaian Diri	18
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	19
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	20

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	22
4. Karakteristik Penyesuaian Diri Remaja.....	26
5. Penyesuaian Diri Terhadap Teman Sebaya di Sekolah.....	28
C. Peran Konselor Dalam Mengentaskan Masalah Penyesuaian Diri Di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang.....	29
D. Kerangka Konseptual	31

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	33
B. Subjek Penelitian	34
C. Jenis dan Sumber Data	34
D. Alat Pengumpul Data	35
E. Pengolahan Data	37
F. Teknik Analisis Data	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan Hasil Penelitian	49

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	54
B. Saran	55

KEPUSTAKAAN

LAMPIRAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1 : Kisi-kisi instrumen penelitian

Lampiran 2 : Instrumen penelitian

Lampiran 3 : Tabulasi data penelitian dukungan sosial di Panti Asuhan
Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang

Lampiran 4 : Tabulasi data penelitian penyesuaian diri terhadap teman sebaya
di sekolah

Lampiran 5 : Hasil korelasi dukungan sosial di Panti Asuhan dengan
penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah

Lampiran 6 : Surat izin penelitian

DAFTAR GAMBAR

Diagram	Halaman
3.1 Kerangka konseptual	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 : Kisi-kisi instrumen penelitian	61
Lampiran 2 : Instrumen penelitian	62
Lampiran 3 : Hasil uji validitas dan reliabilitas instrument	67
Lampiran 4 : Tabulasi data penelitian pemanfaatan waktu belajar di luar jadwal belajar sekolah	69
Lampiran 5 : Data hasil belajar siswa kelas VIII dan IX SMP Pertiwi 1 Padang	77
Lampiran 6 : Data penelitian untuk uji coba korelasi	79
Lampiran 7 : Uji normalitas dan linearitas	81
Lampiran 8 : Hasil korelasi pemanfaatan waktu belajar di luar jadwal belajar sekolah dengan hasil belajar	83
Lampiran 9 : Surat izin penelitian	84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk ciptaan TUHAN yang kedudukannya paling tinggi di antara makhluk ciptaan-Nya yang lain. Manusia dikaruniai akal dan pikiran untuk dapat menjalani kehidupannya. Dalam menjalani kehidupannya, manusia memiliki kebutuhan dan cita-cita yang harus dipenuhi. Di samping itu, manusia juga memiliki keterbatasan dan hambatan dalam memenuhi kebutuhannya. Karena tuntutan kebutuhan yang semakin meningkat, sementara dia tidak mampu memenuhinya dan dia dapat meminta bantuan kepada orang lain.

Menurut Bimo Walgito (1990:25) manusia adalah makhluk sosial yang dalam kehidupan sehari-hari saling berinteraksi antara individu yang satu dengan individu yang lain. Manusia dalam menjalankan kehidupannya, tidak bisa berjalan secara sendiri-sendiri, mempunyai keterikatan yang erat dan saling mengisi dengan manusia lainnya. Manusia melakukan interaksi dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan hidup baik jasmani maupun rohani. Setiap manusia memiliki kebutuhan akan kehangatan, penghargaan, penerimaan, dan juga cinta dari orang-orang yang berada di sekitarnya (Bimo Walgito, 1990:21).

Dalam memenuhi kebutuhannya, manusia memerlukan dukungan sosial. Salah satu bentuk dari dukungan sosial seperti, perhatian, penghargaan,

kasih sayang dan lain-lain. Bagi individu yang tidak memiliki keluarga atau orang tua, dukungan sosial dapat diperoleh melalui panti asuhan. Menurut Siegel (dalam Putri Ayu Rahmi, 2010:14) dukungan sosial merupakan suatu hubungan kedekatan antara individu dengan orang lain dalam suatu lingkungan sehingga individu tersebut akan dapat merasakan adanya bantuan, perhatian, kasih sayang, dan merasa dihargai oleh orang-orang yang berada di sekitarnya. Selain untuk memenuhi kebutuhannya, dukungan sosial berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan menghindarkan individu dari berbagai pengaruh. Dengan kata lain dukungan sosial dapat memberikan kepercayaan diri yang cukup besar bagi individu.

Keluarga adalah tempat yang penting dimana anak memperoleh dasar dalam membentuk perilaku, kepribadian serta moral sehingga dapat diterima di lingkungan masyarakat. "Dalam keluarga seseorang dapat merasakan dirinya dicintai, diinginkan, diterima dan dihargai, yang pada akhirnya membantu dirinya untuk lebih menghargai dirinya sendiri"(Raymond Tambunan, 2002). Orang tua mempunyai peran penting dalam kaitannya dengan menumbuhkan rasa aman, kasih sayang dan harga diri, yang semua itu merupakan faktor kebutuhan psikologis anak. Terpenuhinya kebutuhan psikologis tersebut akan membantu perkembangan psikologis secara baik dan sehat.

Perjalanan hidup seorang anak tidak selamanya berjalan dengan baik. Beberapa anak dihadapkan pada pilihan yang sulit, anak harus berpisah dari keluarganya karena sesuatu alasan, seperti menjadi yatim piatu, tidak mampu

dan terlantar, sehingga kebutuhan psikologisnya tidak terpenuhi secara wajar. Anak-anak terlantar menjadi tanggung jawab dan dipelihara oleh pemerintah maupun swasta dalam suatu lembaga yang disebut Panti Asuhan. Tempat itulah yang selanjutnya dianggap sebagai keluarga oleh anak-anak tersebut. Panti Asuhan berperan sebagai pengganti keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak dan remaja dalam proses perkembangannya.

Pada saat anak melewati masa remaja, pemenuhan kebutuhan fisik, psikis dan sosial juga sangat dibutuhkan bagi perkembangan kepribadiannya karena pada masa remaja dianggap sebagai peralihan dari masa anak-anak menuju kedewasaan. Menurut Papalia dan Olds (dalam Pratiwi, 2004:45) masa remaja adalah “masa transisi perkembangan antara masa anak-anak menuju masa dewasa yang dimulai pada usia 12 atau 13 tahun berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun”. Pada masa transisi tersebut, remaja mengalami berbagai masalah yang ada karena adanya perubahan fisik, psikis dan sosial. Masa transisi ini banyak menimbulkan kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan. Salah satunya adalah lingkungan sekolah yang merupakan tempat individu banyak melakukan interaksi terutama dengan teman sebaya. Perkembangan pada remaja pada hakekatnya adalah usaha penyesuaian diri yaitu usaha secara aktif mengatasi tekanan dan mencari jalan keluar dari berbagai masalah.

Berhasil tidaknya remaja dalam mengatasi masalahnya tersebut sangat tergantung dari bagaimana remaja mempergunakan pengalaman yang

diperoleh dari lingkungannya dan selanjutnya kemampuan menyelesaikan masalah ini akan dapat membentuk sikap pribadi yang lebih mantap dan lebih dewasa. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya. Dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dan kesempatan ataupun hambatan di dalam lingkungan. Penyesuaian diri menuntut kemampuan remaja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya. Bagi remaja yang kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik cenderung menjadi anak yang rendah diri, tertutup, tidak dapat menerima dirinya sendiri dan kelemahan-kelemahan orang lain, serta merasa malu jika berada diantara orang lain atau situasi yang terasa asing baginya.

Berdasarkan wawancara pada tanggal 28 November 2010 di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh Limau V Manis Padang dengan 5 orang remaja, 3 orang di antara remaja tersebut belum dapat menyesuaikan diri secara baik dengan teman sebaya di sekolah, misalnya merasa kurang percaya diri, menjadi pribadi yang tertutup, merasa malu dan merasa rendah diri karena ia berasal dari Panti Asuhan tidak seperti teman-temannya yang tinggal di rumah dan mempunyai keluarga dukungan dalam bentuk materi juga kurang terpenuhi.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Hubungan Antara Dukungan Sosial di Panti Asuhan Dengan Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Teman Sebaya di Sekolah” (Penelitian Terhadap Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang).**

B. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diungkapkan terdahulu, maka yang menjadi masalah utama dalam penelitian ini adalah hubungan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Dukungan sosial terhadap remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang.
2. Penyesuaian diri remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang terhadap teman sebaya di sekolah.
3. Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang terhadap teman sebaya di sekolah.

C. Asumsi

Penelitian ini beranjak dari beberapa asumsi sebagai berikut :

1. Dukungan sosial dapat membantu individu dalam melakukan penyesuaian diri.

2. Penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk menyelaraskan kebutuhan dalam diri sendiri maupun dengan situasi di luar dirinya.
3. Setiap individu memiliki kemampuan yang bervariasi dalam melakukan penyesuaian diri.
4. Penyesuaian diri pada setiap individu dapat ditingkatkan dan dikembangkan.

D. Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan pembatasan masalah maka pertanyaan yang akan di jawab melalui penelitian ini adalah :

1. Bagaimana dukungan sosial terhadap remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang?
2. Bagaimana penyesuaian diri remaja Panti Asuhan terhadap teman sebaya di sekolah?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuain diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan:

1. Dukungan sosial terhadap remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang.
2. Penyesuaian diri remaja Panti Asuhan terhadap teman sebaya di sekolah.

3. Hubungan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Bagi pengelola Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk memberikan dukungan sosial pada anak asuhnya agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap teman sebaya di sekolah
2. Bagi remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang, Dapat menyesuaikan diri secara harmonis baik yang berhubungan dengan dirinya maupun lingkungan sosialnya.
3. Bagi peneliti, dapat menambah wawasan serta pengetahuan baru mengenai dukungan sosial di Panti Asuhan dan penyesuaian diri remaja Panti Asuhan di sekolah.

G. Penjelasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini.

1. Dukungan sosial

Menurut Gottlieb (dalam Zainuddin:2002) dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal maupun non verbal, pemberian tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai, sehingga dapat menguntungkan bagi kesejahteraan individu yang menerima. Jadi, dukungan sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang diberikan oleh pengasuh dan orang-orang yang berada didalam lingkungan Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang yang berupa kasih sayang, perhatian, penghargaan dan lain-lain.

2. Penyesuaian diri

Menurut Gerungan (2004:55) Penyesuaian diri berarti “ Mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan (keadaan) keinginan diri”. Hal ini berarti, penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang di lakukan oleh remaja untuk mempertemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan, baik secara aktif maupun pasif yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri dengan lingkungannya.

Jadi, penyesuaian diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bagaimana penyesuaian diri remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang dengan teman sebaya di sekolah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Dukungan Sosial

1. Pengertian dukungan sosial

Terdapat banyak pengertian tentang dukungan sosial yang di kemukakan oleh para ahli. Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Gottlieb (dalam Zainuddin: 2002) sebagai informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal ang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sarason (dalam Zainudin: 2002) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang orang yang dapat di andalkan, menghargai, dan menyayangi kita. Pandangan yang sama di kemukakan oleh Cob (dalam Putri Ayu Rahmi, 2009:12) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai adanya kenyamanan, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya yang diperoleh dari individu maupun kelompok.

Sarason (dalam Zainuddin: 2002) berpendapat bahwa dukungan sosial itu mencakup dua hal yaitu :

- a. Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia: merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan.
- b. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima: berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi.

Berdasarkan pendapat di atas penting dipahami oleh individu yang ingin memberikan dukungan sosial, karena menyangkut persepsi tentang keberadaan, dan ketepatan dukungan sosial bagi seseorang. Dukungan sosial bukan sekedar memberikan bantuan, tetapi yang penting bagaimana persepsi sipenerima terhadap makna dari bantuan itu. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan dalam arti bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya, karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan.

Definisi dukungan sosial juga dikemukakan oleh Moss (dalam Putri Ayu Rahmi, 2009:11) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai perasaan memiliki secara subjektif, diterima atau dicintai untuk melakukan sesuatu yang dapat dilakukan. Pendapat lain dari Fieldman (dalam Putri Ayu Rahmi, 2009:13) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah pengetahuan yang menjadi bagian dari suatu jaringan yang saling mempedulikan dan mempertahankan orang lain.

Sheridan dan Radmacher (dalam Andrea:2008) menekankan pengertian dukungan sosial sebagai sumber daya yang disediakan lewat interaksi dengan orang lain. Pendapat lain dikemukakan oleh Siegel (dalam Andrea:2008) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dari orang lain bahwa ia di cintai dan di perhatikan, memiliki harga diri dan di hargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang di terima individu dari orang-orang tertentu yang membuat ia merasa di perhatikan, dihargai, dipedulikan, dan dicintai.

2. Sumber dukungan sosial

Sumber dari dukungan sosial ini adalah orang lain yang akan berinteraksi dengan individu sehingga individu tersebut dapat merasakan kenyamanan secara fisik dan psikologis. Orang lain ini terdiri dari pasangan hidup, orang tua, saudara, anak, kerabat, teman, rekan kerja, serta anggota dalam kemasyarakatan.

Sumber-sumber dukungan sosial banyak diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya. Namun perlu diketahui seberapa banyak sumber dukungan sosial ini efektif bagi individu yang memerlukan. Sumber dukungan sosial merupakan aspek paling penting untuk diketahui dan dipahami. Dengan pengetahuan dan pemahaman tersebut, seseorang akan

tahu kepada siapa ia akan mendapatkan dukungan sosial sesuai dengan situasi dan keinginannya yang spesifik, sehingga dukungan sosial memiliki makna yang berarti bagi kedua belah pihak.

Menurut Rook dan Dooley (dalam Zainuddin: 2002) ada dua sumber dukungan sosial yaitu sumber *artificial* dan sumber *natural*. Dukungan sosial yang *natural* diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang-orang yang berada di sekitarnya, misalnya anggota keluarga, teman dekat, dan relasi. Dukungan sosial ini bersifat nonformal. Sementara itu yang dimaksud dengan dukungan sosial *artificial* adalah dukungan sosial yang di rancang ke dalam kebutuhan primer seseorang, misalnya dukungan sosial akibat bencana alam melalui berbagai sumbangan sosial.

Selanjutnya Rook dan Dooley (dalam Zainuddin: 2002) juga mengemukakan bahwa sumber dukungan sosial yang bersifat *natural* berbeda dengan sumber dukungan sosial yang bersifat *artificial* dalam sejumlah hal. Perbedaan tersebut terletak dalam hal sebagai berikut:

- a. Keberadaan sumber dukungan sosial natural bersifat apa adanya tanpa dibuat-buat sehingga lebih mudah diperoleh dan bersifat spontan.
- b. Sumber dukungan sosial yang natural memiliki kesesuaian dengan norma yang berlaku tentang kapan sesuatu harus diberikan.
- c. Sumber dukungan sosial yang natural berakar dari hubungan telah berakar lama.

- d. Sumber dukungan sosial yang natural memiliki keragaman dalam penyampaian dukungan sosial, mulai dari pemberian barang-barang yang nyata hingga sekedar menemui seseorang dengan menyampaikan salam.
- e. Sumber dukungan sosial yang natural terbebas dan label psikologis.

3. Aspek-aspek dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan sosial tertentu yang membuat si penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Menurut Weiss (dalam Putri Ayu Rahmi, 2009: 16) mengemukakan bahwa adanya enam aspek atau komponen dukungan sosial yang disebut sebagai “*The Social Provision Scale*”, dimana masing-masing aspek dapat berdiri sendiri-sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun aspek atau komponen tersebut adalah:

a. Kerekatan emosional (*Emotional Attachment*)

Aspek dukungan sosial semacam ini memungkinkan seseorang memperoleh kerekatan (kedekatan) emosional sehingga menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Orang yang menerima dukungan sosial semacam ini merasa tentram, aman, dan damai yang di tunjukan degan sikap tenang dan bahagia. Sumber dukungan sosial semacam ini yang paling sering dan umum adalah diperoleh dari pasangan hidup atau anggota keluarga/teman dekat atau sanak keluarga yang akrab dan memiliki hubungan yang harmonis.

b. Integrasi Sosial (*Social Integration*)

Aspek dukungan sosial semacam ini memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan, memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk membagi minat perhatian serta melakukan kegiatan yang sifatnya rekreatif secara bersama-sama. Sumber dukungan sosial semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta merasa memiliki dan dimiliki dalam kelompok. Adanya kepedulian oleh masyarakat untuk mengorganisasi individu dan melakukan kegiatan bersama tanpa ada pamrih akan banyak memberikan dukungan sosial.

c. Adanya Pengakuan (*Reassurance of Worth*)

Pada aspek dukungan sosial jenis ini individu mendapat pengakuan atas kemampuan dan keahliannya serta mendapat penghargaan dari orang lain atau lembaga. Sumber dukungan sosial semacam ini dapat berasal dari keluarga, lembaga, instansi, perusahaan ataupun organisasi dimana tempat bekerja.

d. Ketergantungan yang dapat diandalkan (*Reliable Reliance*)

Dalam dukungan sosial jenis ini, individu mendapat dukungan sosial berupa jaminan bahwa ada orang yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan tersebut. Jenis dukungan sosial ini pada umumnya berasal dari keluarga.

e. Bimbingan (*Guidance*)

Aspek dukungan sosial jenis ini adalah berupa adanya hubungan kerja ataupun hubungan sosial yang memungkinkan individu mendapatkan informasi, saran, atau nasehat yang di perlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang di hadapinya. Jenis dukungan sosial ini bersumber dari guru, alim ulama, pamong dalam masyarakat, figur yang dituakan dan juga orang tua.

f. Kesempatan untuk mengasuh (*opportunity for nurturance*)

Suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal akan perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Jenis dukungan sosial ini memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek dalam dukungan sosial antara lain: emosional, informatif, instrumental dan aspek penilaian, kerekatan emosional, integrasi sosial, pengakuan, ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan, bimbingan dan kesempatan untuk mengasuh.

4. Bentuk-bentuk dukungan sosial

Berbagai dukungan sosial dapat di berikan kepada individu yang membutuhkan seperti yang di kemukakan oleh Wortman (dalam Fitria Wati, 2004:12) sebagai berikut:

- a. *Emotional Suport* yaitu dukungan sosial yang ditujukan untuk memastikan bahwa orang lain memperhatikan individu yang sedang mengalami masalah.
- b. *Tangible assistance* yaitu dukungan sosial yang dalam bentuk uang atau barang yang ditujukan untuk membantu individu dalam menghadapi masalah.

Sheriden dan Radmacher (dalam Andrea: 2008) membagi dukungan sosial kedalam lima bentuk yaitu :

- a. Dukungan instrumental (*tangible assisstance*)

Bentuk dukungan ini merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi stress karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi. Dukungan instumental sangat diperlukan terutama dalam mengatasi masalah dengan lebih mudah.

- b. Dukungan informasional (*Informational Support*)

Bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu, Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.

c. Dukungan emosional (*Emotional Suport*)

Bentuk dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperdulikan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan lebih baik. Dukungan ini sangat penting dalam menghadapi keadaan yang dianggap tidak dapat dikontrol.

d. Dukungan penghargaan (*Esteem Support*)

Bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

e. Dukungan dari kelompok sosial (*Network Suport*)

Bentuk dukungan ini akan membuat individu merasa anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktifitas sosial dengannya. Dengan begitu individu akan merasa memiliki teman senasib.

Dengan adanya dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan dari kelompok sosial yang diberikan kepada individu akan membuat individu merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai sehingga terhindar dari perilaku negatif.

5. Dampak dukungan sosial

Bagaimana dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada individu dapat dilihat dari bagaimana dukungan sosial mempengaruhi kejadian dan efek dari stress. Lieberman (dalam Andrea:2008) mengemukakan bahwa secara teoritis dukungan sosial dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat mengakibatkan stress. Apabila kejadian tersebut muncul, interaksi dengan orang lain dapat memodifikasi atau mengubah persepsi individu pada kejadian tersebut dan oleh karena itu akan mengurangi potensi munculnya stress. Dukungan sosial juga dapat mengubah hubungan antara respon individu pada kejadian yang dapat menimbulkan stress dan stress itu sendiri, mempengaruhi strategi untuk mengatasi stress.

Dukungan sosial ternyata tidak hanya memberikan efek positif dalam mempengaruhi kejadian dan efek stress. Menurut Safarino (dalam Andrea:2008) disebutkan beberapa contoh efek negatif yang timbul dari dukungan sosial, antara lain :

- a. Dukungan yang tersedia tidak dianggap sebagai sesuatu yang membantu.
Hal ini dapat terjadi karena dukungan yang diberikan tidak cukup, individu merasa tidak perlu dibantu atau terlalu khawatir secara emosional sehingga tidak memperhatikan dukungan yang diberikan.
- b. Dukungan yang diberikan tidak sesuai dengan apa yang dibutuhkan individu.
- c. Sumber dukungan memberikan contoh buruk pada individu, seperti melakukan atau menyarankan perilaku tidak sehat.

- d. Terlalu menjaga atau tidak mendukung individu dalam melakukan sesuatu yang diinginkannya. Keadaan ini dapat mengganggu program rehabilitasi yang seharusnya dilakukan oleh individu dan menyebabkan individu menjadi tergantung pada orang lain.

Berdasarkan uraian-uraian terdahulu dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak hanya memberikan efek-efek positif tetapi juga memberikan efek-efek negatif kepada individu yang menerima dukungan sosial tersebut.

B. Penyesuaian Diri

1. Pengertian penyesuaian diri

Istilah “penyesuaian diri” mulai populer digunakan dalam psikologi pada tahun 1930-an. Menurut Lawrence Shaffer’s (dalam Dewa Ketut Sukardi, 1993:31), manusia tidak hanya beradaptasi terhadap lingkungannya tetapi juga menggunakan intelegensinya dan mengubah imajinasi lingkungannya untuk memenuhi kebutuhannya secara efektif.

Menurut Mustafa Fahmi (1982:24) penyesuaian diri adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kekuatan agar menjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri dan lingkungannya, sehingga mempunyai kemampuan untuk mengadakan hubungan yang lebih memuaskan antara orang dan lingkungannya.

Senada dengan pendapat di atas, Gerungan (2004:54) mendefinisikan penyesuaian diri adalah “mengubah diri sesuai keadaan lingkungan atau sebaliknya”. Pada dasarnya orang menyesuaikan diri

karena dua alasan utama. Pertama, perilaku orang lain memberikan informasi bermanfaat. Kedua, karena ingin diterima secara sosial dan menghindari celaan.

Dari batasan tersebut di atas dapat diambil pengertian bahwa individu selalu berusaha mencapai hubungan yang harmonis dengan lingkungannya. Ia memperoleh kepuasan perasaan seoptimal mungkin dalam memenuhi kebutuhannya dan merasakan ketenangan hubungan dengan lingkungannya.

Menurut Sofyan S. Willis (1994:43) merumuskan penyesuaian diri sebagai “kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya”.

Dari beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah proses pencapaian keharmonisan mengadakan hubungan yang memuaskan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya dan merasakan ketenangan dalam menjalin hubungan dengan lingkungannya karena ia dapat diterima oleh lingkungannya.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri

Menurut Sunarto dan Agung Hartono (1999:229) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri ditentukan oleh kepribadian secara internal maupun eksternal yang meliputi :

- a. Kondisi-kondisi fisik, termasuk didalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan syaraf, kelenjar dan sistem otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.

- b. Perkembangan dan kematangan, terutama kematangan intelektual, social, moral dan emosional.
- c. Penentu psikologi, yang meliputi pengalaman, belajar, pengkondisian, pembiasaan, determinasi diri, frustasi dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan, terutama lingkungan rumah, keluarga dan sekolah.
- e. Penentu cultural dan agama.

Sedangkan menurut Schneiders (dalam Putri Ayu Rahmi, 2009:30) mengemukakan ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, yaitu :

- a. Kondisi fisik, terdiri dari: (1) Hereditas, (2) Sistem utama tubuh, dan (3) Kesehatan Fisik.
- b. Kepribadian, terdiri dari: (1) Kemauan dan kemampuan untuk berubah, (2) Pengaturan diri, (3) Harga diri, dan (4) Intelegensi.
- c. Pendidikan, terdiri dari: Belajar, (2) Pengalaman, (3) Latihan, dan (4) Determinasi diri.
- d. Lingkungan, terdiri dari: (1) Lingkungan keluarga, (2) Lingkungan pendidikan, dan (3) Lingkungan Masyarakat.
- e. Agama dan budaya.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri diantaranya yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu dari faktor internal adalah harga diri, dimana faktor harga diri ini menjelaskan bahwa remaja dengan harga diri tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dibanding dengan remaja yang harga dirinya rendah, maka ia akan kesulitan dalam proses penyesuaian diri.

3. Aspek-aspek penyesuaian diri

Menurut Zainuddin (2002), pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu: penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian sosial. Untuk lebih jelasnya kedua aspek tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

a. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak secara objektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, dongkol, kecewa atau tidak percaya pada dirinya. Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya. Sebaliknya kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya masalah antar individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan. Masalah inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan penyesuaian diri.

b. Penyesuaian sosial

Setiap individu hidup didalam masyarakat yang didalamnya terdapat proses saling mempengaruhi antara yang satu dengan yang lain. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, ukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelarasan bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari. Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat luas secara umum. Dalam hal ini individu dan masyarakat sebenarnya sama-sama memberikan dampak bagi komunitas. Individu menyerap berbagai informasi, budaya dan adapt istiadat yang ada, sementara komunitas (masyarakat) diperkaya oleh eksistensi atau karya yang diberikan oleh individu.

Apa yang di serap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik. Proses berikutnya yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. Setiap masyarakat biasanya memiliki

aturan yang tersusun dengan sejumlah ketentuan dan norma atau nilai-nilai tertentu yang mengatur hubungan individu dengan kelompok. Dalam proses penyesuaian sosial individu mulai berkenalan dengan kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan tersebut lalu mematuhi sehingga menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah laku kelompok.

Beberapa aspek penyesuaian diri yang terdapat pada pribadi individu remaja yang dapat menimbulkan penerimaan atau penolakan *per group* atau teman sebaya mereka dalam kelompok. Dikatakan oleh Andi Mappiare (1982:170), hal yang menyebabkan seorang remaja diterima dalam lingkungannya :

- a. Penampilan (performance) dan perbuatan, meliputi antara lain: tampang yang baik atau paling tidak rapi serta aktif dalam urusan-urusan kelompok.
- b. Kemampuan pikir, meliputi : mempunyai inisiatif, banyak memikirkan kepentingan kelompok dan mengemukakan buah pikirannya.
- c. Sikap, sifat, perasaan, meliputi : bersikap sopan, mempertahankan orang lain, penyabar atau dapat menahan marah jika berada dalam keadaan yang tidak menyenangkan dirinya, suka menyumbangkan pengetahuannya kepada orang lain terutama kepada anggota kelompok yang bersangkutan.
- d. Pribadi, meliputi : jujur dan dapat dipercaya, bertanggung jawab dan suka menjalankan pekerjaannya, mentaati peraturan-peraturan kelompok, mampu menyesuaikan diri secara tepat dalam berbagai situasi dan pergaulan sosial.
- e. Aspek lain, meliputi : pemurah atau tidak pelit, suka bekerja sama juga membantu anggota kelompok.

Ketiadaan hal-hal tersebut dapat menyebabkan seseorang diabaikan atau kurang diterima dalam kelompoknya. Semakin banyak ciri-

ciri tersebut di atas tidak dipunyai maka akan semakin terabaikan remaja tersebut dalam kelompoknya dan akhirnya menyebabkan remaja tersebut ditolak oleh kelompok atau lingkungannya.

Andi Mappire (1982:172) mengatakan hal-hal yang menyebabkan seorang remaja ditolak oleh lingkungannya, menyangkut :

- a. Penampilan (performance) dan perbuatan, meliputi : sering menentang, malu-malu dan senang menyendiri.
- b. Kemampuan piker, meliputi : bodoh sekali atau sering disebut “tolol”.
- c. Sikap, sifat, meliputi : suka melanggar norma dan nilai-nilai kelompok, suka menguasai anak lain, suka curiga dan suka melaksanakan kemauan sendiri.
- d. Ciri lain : faktor rumah yang terlalu jauh dari tempat main sekelompok.

Berdasarkan pada pendapat tersebut dapat disimpulkan aspek-aspek penyesuaian diri meliputi :

- a. Sikap dan perasaan, antara lain meliputi: rasa aman, percaya diri, bersemangat, diterima, perhatian, bersahabat, berani, tidak menghindar, memberi dan menerima cinta, sopan penyabar dan suka membantu.
- b. Kemampuan berpikir, antara lain meliputi: kemampuan menyelesaikan tugas dengan benar, memperoleh hasil yang baik, kemampuan berkomunikasi, kemampuan memahami diri dan orang lain, mempunyai inisiatif dan pemikiran kepentingan kelompok.
- c. Penampilan dan perilaku pribadi, antara lain meliputi : mandiri, partisipatif, mengembangkan potensi akrab, bekerja sama, rapi, aktif dalam kelompok, melaksanakan rencana dengan fleksibel, pemurah,

jujur, bertanggung jawab, mentaati peraturan dan mampu menyesuaikan diri secara tepat.

4. Karakteristik penyesuaian diri remaja

Tidak selamanya remaja berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan-rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada remaja yang melakukan penyesuaian diri yang positif, namun ada pula remaja yang melakukan penyesuaian diri yang negatif.

a. Penyesuaian diri secara positif

Penyesuaian diri secara positif pada dasarnya merupakan gejala perkembangan yang sehat, sebaliknya penyesuaian diri secara negatif merupakan gejala perkembangan kurang sehat yang berakibat terjadinya hambatan perkembangan.

Penyesuaian diri yang positif menurut Sunarto dan Agung Hartono (1999:224-225) ditandai dengan :

1. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
2. Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis.
3. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
4. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
5. Mampu dalam belajar.
6. Menghargai pengalaman.
7. Bersikap realistis dan objektif.

b. Penyesuaian diri secara negatif

Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif dan sebagainya, (Sunarto dan Agung Hartono, 1999:227:228).

Bentuk-bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah ini antara lain :

1. Reaksi bertahan (*Defence Reaction*)

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Ia selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan.

2. Reaksi menyerang (*Aggressive Reaction*)

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya. Ia tidak menyadari kegagalannya.

3. Reaksi melarikan diri (*Escape Reaction*)

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja mempunyai karakteristik penyesuaian diri secara positif dan karakteristik penyesuaian diri secara negatif.

5. Penyesuaian diri dengan teman sebaya di sekolah

Penyesuaian diri terhadap teman sebaya amat penting bagi perkembangan remaja, terutama perkembangan sosial. Dalam proses penyesuaian diri terhadap teman sebaya, remaja di hadapkan pada masalah penerimaan atau penolakan akan kehadiran dalam pergaulan. Apabila remaja sampai ditolak oleh teman sebayanya ia akan mengalami kekecewaan. Untuk menghindarinya remaja perlu memiliki sikap, perasaan, keterampilan perilaku yang dapat menunjang penerimaan kelompok sebaya.

Penyesuaian ini terjadi umumnya terjadi pada kelompok yang heterogen : minat, sikap, sifat, usia dan jenis kelamin yang berbeda. Remaja akan menyesuaikan diri dengan teman sebaya lebih banyak mengalahkan kepentingan pribadi dengan kepentingan kelompok, dengan alasan takut dikucilkan. Namun demikian secara lambat laun remaja mengalami kestabilan dan timbulnya rasa percaya diri dalam pergaulan tersebut.

Selanjutnya Andi Mappiare (1982:168) mengatakan bahwa dicapai tidaknya penyesuaian diri yang baik yang mengantarkan remaja kekedewasaan yang sesungguhnya sangat dipengaruhi oleh intensitas dan kuantitas politik yang dialami dan keberhasilan menyelesaikannya secara efektif.

Dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri terhadap teman sebaya, remaja berhubungan atau bergaul dengan teman sebaya dalam

rangka melepaskan ketergantungan dan pertentangan yang sering terjadi dengan orang tuanya. Karena adanya persamaan yang dimiliki, mendorong remaja untuk dapat menyesuaikan diri sesuai dengan perkembangan sosialnya.

C. Peran Konselor Dalam Mengentaskan Masalah Penyesuaian Diri Di Panti Asuhan Muhamadiyah Pauh V Limau Manis Padang

Masa remaja merupakan masa mencari jati diri sehingga remaja memiliki sikap yang terlalu tinggi dalam menilai dirinya. Remaja pada umumnya belum memahami tentang nilai dan norma sosial yang berlaku dalam kehidupan masyarakat. Hal ini menimbulkan penyesuaian diri yang kurang serasi dengan teman sebaya dan juga terhadap lingkungannya.

Dengan adanya peran Bimbingan dan Konseling dalam menanggulangi masalah remaja khususnya yang terkait dengan permasalahan remaja dalam melakukan penyesuaian diri dengan teman sebaya di sekolah.

Menurut Prayitno dan Erman Amti, (1994) ada sembilan jenis layanan Bimbingan dan Konseling antara lain :

1. Layanan Orientasi.
2. Layanan Informasi
3. Layanan Penempatan dan Penyaluran
4. Penguasaan Konten
5. Konseling Individual

6. Konseling Kelompok
7. Bimbingan Kelompok
8. Layanan Konsultasi
9. Layanan Mediasi

Adapun kemungkinan layanan Bimbingan dan konseling yang dapat di berikan kepada anak Panti Asuhan yaitu :

1. Layanan Informasi

Layanan Bimbingan dan Konseling yang memungkinkan individu/remaja untuk menerima berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai pertimbangan dan pengambilan keputusan dalam kepentingan individu/remaja.

2. Konseling Individual.

Layanan bimbingan dan konseling memungkinkan individu mendapatkan layanan langsung tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan, pengentasan, permasalahan, pribadi melalui layanan konseling individual dan konselor membantu mengentaskan permasalahan-permasalahan yang dialami individu tersebut.

3. Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok dilaksanakan secara bersama-sama antara konselor sebagai pemimpin kelompok dan individu (anak Panti Asuhan), sebagai anggota kelompok yang akan membahas secara bersama-sama permasalahan individu (anak

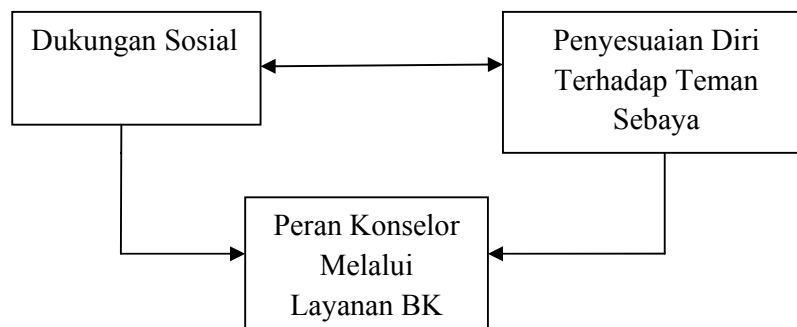
Panti Asuhan), sehingga individu (anak Panti Asuhan) memperoleh pemahaman dan keputusan yang tepat dalam mengentaskan permasalahan tersebut.

4. Bimbingan Kelompok

Melalui bimbingan kelompok (anak Panti Asuhan) beserta konselor dapat membahas secara mendalam mengenai penyesuaian diri. Dalam kegiatan ini konselor dan individu (anak Panti Asuhan) memberikan tanggapan, argumen dan saran terhadap topik yang dibahas

D. Kerangka Konseptual

Kerangka Konseptual ini dimaksudkan untuk membantu dan mempermudah dalam penelitian, sehingga penelitian dapat terlaksana secara terarah dan hasilnya dapat memberikan jawaban pemecahan masalah yang telah ditetapkan dalam kerangka konseptual. Kerangka konseptual dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, akan dilihat bagaimana hubungan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri terhadap teman sebaya di sekolah, dari hubungan tersebut dapat dilihat peran konselor melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial di Panti Asuhan dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah, dapat disimpulkan bahwa :

1. Dukungan sosial di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Liamu Manis Padang secara umum tergolong cukup baik walaupun masih ada kategori kurang baik. Jika dijabarkan didapatkan bahwa (a) dukungan instrumental termasuk dalam kategori cukup baik, (b) dukungan informasional termasuk dalam kategori baik, (c) dukungan emosional termasuk dalam kategori cukup baik dan (d) dukungan penghargaan termasuk dalam kategori baik.
2. Penyesuaian diri remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang termasuk pada kategori cukup baik walaupun masih ada remaja yang kurang bisa menyesuaikan diri secara baik terhadap teman sebaya di sekolah. Jika dijabarkan didapatkan bahwa (a) dalam bergaul secara umum terhadap teman sebaya termasuk kedalam kategori cukup baik, (b) dalam belajar termasuk kedalam kategori baik, dan (c) dalam berorganisasi terhadap teman sebaya termasuk kedalam kategori cukup baik.

3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial di Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang dengan penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah. Sebaliknya, jika dukungan sosial di Panti Asuhan kurang baik maka cenderung penyesuaian diri remaja terhadap teman sebaya di sekolah kurang baik pula.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang rata-rata memiliki tingkat penyesuaian diri yang tergolong cukup baik dan masih ada remaja yang kurang bisa menyesuaikan diri secara baik terhadap teman sebaya di sekolah hendaknya remaja lebih berupaya untuk mengembangkan penyesuaian diri yang baik dalam lingkungannya. Remaja diharapkan dapat memahami arti penting dari penyesuaian diri dan dapat mengambil nilai-nilai yang positif, misalnya mandiri, bertanggungjawab dan bisa menempatkan diri sebagaimana mestinya, sehingga mudah menyesuaikan diri di manapun berada.
2. Bagi pihak Panti Asuhan Muhammadiyah Pauh V Limau Manis Padang sebaiknya menyediakan pengasuh yang dapat meluangkan waktu secara intensif. Mengingat latar belakang remaja yang masuk ke Panti Asuhan adalah remaja dengan latar belakang keluarga, ekonomi dan lain sebagainya, maka hendaknya Panti Asuhan sebagai keluarga dapat

menciptakan situasi yang menyenangkan bagi anak asuhnya, sehingga anak asuh merasa mendapatkan pengganti keluarganya.

3. Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan penyesuaian diri hendaknya memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, misalnya konsep diri, sikap, intelegensi, kepribadian, kondisi sekolah dan lain sebagainya.

KEPUSTAKAAN

- A Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press
- Akhirmen. 2005. *Buku Ajar Statistik 1*. Padang: UNP Press
- Andrea. 2008. *Dukungan Sosial*. <http://www.creasoft.wordpress.com>. diakses tanggal 30 Oktober 2010
- Andi Mapiare. 1982. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional
- Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Bimo Walgito. 1990. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Yogyakarta: ANDI Offset
- Dewa Ketut Sukardi. 1993. *Psikologi Sosial*. Terjemahan oleh Michael Aryanto. Jakarta: Erlangga
- Dzulkifli L. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset
- Fitria Wati. 2004. *Dukungan Sosial Orang Tua dalam Proses Belajar Siswa*. Skripsi. Padang: UNP
- Gerungan W . A. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT. Eresco
- Haryadi, dkk. 1995. *Arstektur Lingkungan dan Prilaku*. Jakarta: Pembinaan Penelitian dan Penabdian
- Iskandar. 2009. "*Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*". Jakarta: Gaung Persada Perss
- Jhon W. Santrock. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Mustafa Fahmi. 1982. *Mental Healt :Penyesuaian Diri, Pengertian dan Peranannya Dalam Keseluruhan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang
- Pratiwi. 2004. *Pendidikan Seks Untuk Remaja*. Jakarta : Tugu Publisher
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Aneka Cipta