

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Penyesuaian Diri

a. Definisi Penyesuaian Diri

Menurut Gunarsa dalam Alex Sobur, penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Begitu pentingnya hal ini sampai-sampai dalam berbagai literatur, kita kerap menjumpai ungkapan-ungkapan seperti: “hidup manusia sejak lahir sampai mati tidak lain adalah penyesuaian diri”¹. Dalam lapangan psikologi klinis pun, sering kita temui berbagai pernyataan para ahli yang menyebutkan bahwa “kelainan-kelainan kepribadian tidak lain adalah kelainan-kelainan penyesuaian diri”. Karena itu, untuk menunjukkan kelainan-kelainan kepribadian seseorang, sering dikemukakan istilah “*maladjustment*”, yang artinya “tidak ada penyesuaian” atau “tidak mempunyai kemampuan menyesuaikan diri”. Jadi, seorang anak yang mengalami hambatan-hambatan emosional sehingga ia menjadi nakal, anak itu disebut “*maladjustment child*”.²

Menurut Fatimah³ dalam istilah psikologi, penyesuaian diri disebut dengan *adjustment*. Menurutnya penyesuaian diri merupakan suatu

¹ Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintas Sejarah*, Bandung: CV. Pustaka Setia, 2003, hal. 523.

² *Ibid.*, hal. 523.

³ Fatimah, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 194.

proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya.

Rasmun memberikan definisi yang sama antara istilah adaptasi dan penyesuaian diri. Menurutnya⁴ adaptasi adalah menyesuaikan diri dengan kebutuhan atau tuntutan baru; yaitu suatu usaha untuk mencari keseimbangan kembali dalam keadaan normal.

Sunaryo merumuskan definisi penyesuaian diri sebagai *adjustment*⁵. Berdasarkan asal katanya, *adjustment* dapat diartikan sebagai penyetelan atau dapat juga diartikan penyesuaian diri. Definisi yang lebih luas tentang *adjustment* adalah kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosial. Selain itu, *adjustment* juga dapat diartikan sebagai kegiatan individu atau organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memenuhi berbagai kebutuhan. Lebih lanjut Sunaryo menjelaskan⁶ dalam *adjustment* terdapat situasi pemecahan masalah yang disebabkan adanya suatu kebutuhan individu yang belum terpenuhi. Dengan situasi tersebut, individu melakukan percobaan tingkah laku hingga menemukan yang sesuai dan memuaskan kebutuhannya (*trial and error*). Jika tingkah laku tersebut dilakukan secara berulang-ulang maka akan menjadi sebuah perilaku yang baru. Apabila merespon sesuatu yang tidak sesuai dengan tuntutan batin dan norma sosial, akan merugikan diri

⁴ Rasmun, *Stres, koping, dan Adaptasi: Teori Dan Pohon Masalah Keperawatan*, (Jakarta: CV. Sagung Seto, 2004) hal. 41.

⁵ Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan, Ed.2*, (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2010) hal. 235.

⁶ Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan...*, hal. 235.

sendiri dan orang lain, bahkan dapat bersifat patologis. Kadaan patologis ini dinamakan *maladjustment*.

Desmita juga menyatakan bagaimana individu memenuhi kebutuhannya akan menggambarkan pola penyesuaian dirinya. Proses pemenuhan kebutuhan ini pada hakikatnya merupakan proses penyesuaian diri⁷. Ia juga mengutip pendapat Musthafa Fahmi, yaitu:

pengertian luas tentang proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan di mana dia hidup, akan tetapi juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Jika mereka ingin penyesuaian, maka hal itu menuntut adanya penyesuaian antara keinginan masing-masingnya dengan suasana lingkungan sosial tempatnya bekerja.

Menurut Desmita, sifat dinamik pada perilaku individu memungkinkannya memperoleh penyesuaian diri yang baik. Bahkan menurut Hollander sifat dinamis (*dynamism*) menjadi kualitas esensial dari penyesuaian diri.⁸ Kualitas penyesuaian yang penting adalah dinamis atau potensi untuk berubah. Penyesuaian terjadi kapan saja individu menghadapi kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respon. Penyesuaian juga tampil dalam bentuk menyesuaikan kebutuhan psikologis seseorang dengan norma-norma budaya. Bahkan kebutuhan dasar secara fisiologis, seperti rasa lapar, dipenuhi dengan cara-cara yang ditentukan secara sosial. Apa yang kita makan, dan bagaimana kita

⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik...*, hal. 191.

⁸ *Ibid.*, hal. 191

makan merupakan ilustrasi dari tindakan yang dipelajari dari pola kebudayaan suatu masyarakat.⁹

Menurut Hurlock¹⁰ istilah “penyesuaian” mengacu pada seberapa jauhnya kepribadian seorang individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Terdapat pola perilaku tertentu yang secara karakteristik dikaitkan dengan anak yang berpenyesuaian baik dan pola yang dikaitkan dengan mereka yang berpenyesuaian buruk. Anak yang berpenyesuaian baik memiliki semacam harmoni dalam, artinya mereka merasa puas dengan dirinya. Walaupun sewaktu-waktu ada kekecewaan dan kegagalan, mereka berusaha terus untuk mencapai tujuan. Jika mereka menganggap tujuan tersebut terlalu tinggi, mereka bersedia memodifikasi tujuan agar cocok dengan kemampuan mereka. Jadi anak yang berpenyesuaian baik memiliki pengendalian diri atau *self-control* yang baik. *Self-control* ini didapatkan dari kepuasan terhadap diri mereka. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan Hurlock bahwa ketika anak tidak mampu mencapai tujuan, maka dia akan memodifikasi tujuannya agar sesuai dengan kemampuannya. Di samping membuat penyesuaian pribadi yang baik, anak yang baik penyesuaiannya mempunyai hubungan harmonis dengan orang sekeliling mereka¹¹.

⁹ *Ibid.*, hal. 192.

¹⁰ Hurlock, *Perkembangan Anak Jilid 2...*, hal. 257

¹¹ *Ibid.*, hal. 257.

Menurut Heinz Hartmann dalam Alwisol¹² adaptasi atau penyesuaian diri merupakan hasil dari otonomi ego primer dan ego sekunder, yakni hasil dari usaha ego untuk mempertahankan keseimbangan dalam kepribadiannya, dan keseimbangan antara dirinya dengan lingkungan. Kemampuan adaptasi menjadi sangat penting, karena setiap orang selalu berusaha untuk menyesuaikan diri dengan dunia.

Menurut Gerungan penyesuaian diri adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan (*autoplastis*) dan juga mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan individu (*aloplastis*). Jadi penyesuaian diri ada yang bersifat pasif dan aktif.¹³

Menurut Scheinders yang dikutip oleh Agustiani¹⁴, penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berhasil untuk dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan dan konflik, dan fustasi yang dialaminya. Usaha inidividu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara kebutuhan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Kemudian ia menyatakan bahwa orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik ialah orang yang dengan keterbatasan yang ada pada dirinya, belajar untuk memberikan suatu reaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang baik dan efisien tanpa mengalami gangguan perilaku.

¹² Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UPT. Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), hal. 137.

¹³ W.A. Gerungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2004), hal. 59.

¹⁴ Hendriati Agustina, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Rafika Aditama, 2006), hal. 146.

Selanjutnya Scheinders menyatakan bahwa¹⁵ penyesuaian diri bukan merupakan sesuatu yang bersifat absolut. Tidak ada individu yang melakukan penyesuaian dengan sempurna. Penyesuaian diri bersifat relatif, artinya harus dinilai dan dievaluasi sesuai dengan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan terhadap dirinya. Kualitas penyesuaian diri individu berbeda-beda, tergantung pada kepribadian dan tahap perkembangan individu. Penyesuaian diri yang baik pada suatu fase perkembangan tertentu mungkin saja menjadi kurang baik pada fase lainnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses interaksi individu yang kontinu dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan dengan lingkungan sekitarnya yang melibatkan proses mental dan tingkah untuk mengatasi ketegangan dalam dirinya sehingga mencapai hasil yang selaras dan dapat diterima oleh lingkungannya. Manusia terus menerus berkembang dan melewati berbagai problematika hidup. Seiring dengan perubahan-perubahan yang ada pada diri manusia, penyesuaian diri juga menjadi sesuatu yang bersifat dinamis.

Menurut hemat peneliti, setiap individu memberikan respons yang berbeda dalam menghadapi situasi tertentu. Meskipun menghadapi satu situasi yang sama, seseorang mungkin dapat bereaksi tanpa adanya beban tetapi orang lain memandangnya sebagai sesuatu yang mengancam.

¹⁵ Agustina, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 147.

Adanya perbedaan tersebut berkaitan dengan kondisi mental seseorang seperti persepsi, penilaian (*value*), dan evaluasi terhadap situasi tersebut. Persepsi, penilaian, dan evaluasi terhadap realitas disebut sebagai realitas individu¹⁶.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri

Menurut Fatimah¹⁷, tidak selamanya individu akan berhasil dalam menjalani proses penyesuaian diri. Beberapa hambatan yang muncul menyebabkan individu tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal. Sumber hambatan tersebut dapat berasal dari pribadi individu sendiri maupun dari luar dirinya. Selama menghadapi hambatan tersebut, ada kemungkinan individu akan menghadapi hambatan penyesuaian dirinya dengan respon yang positif maupun dengan respon penyesuaian diri yang tidak tepat (salah suai).

Secara sederhana Fatimah memisahkan bentuk penyesuaian diri menjadi dua bagian, yaitu penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri yang salah. Berikut karakteristiknya¹⁸:

1) Penyesuaian Diri yang Positif

Individu dikatakan mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal berikut:

¹⁶ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik...*, hal. 193.

¹⁷ Fatimah, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik...*, hal. 195.

¹⁸ *Ibid.*, hal. 195.

- a) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan. Mampu mengontrol emosi dengan baik dalam menghadapi berbagai problematika hidup.
- b) Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah. Mampu memilih mekanisme pertahanan diri yang tepat dan sesuai dengan kebutuhannya.
- c) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi. Keberhasilan penyesuaian diri ditunjukkan dengan tidak adanya gejala-gejala neurotik. Penyesuaian diri yang positif menunjukkan bahwa individu dapat dikatakan sehat secara mental. Begitu juga berlaku sebaliknya.
- d) Memiliki pertimbangan yang rasional. Dalam proses pengambilan keputusan, individu dapat menjalankan fungsi-fungsi kognitifnya dengan baik sehingga memberikan hasil yang dapat diterima secara rasional.
- e) Mampu belajar dari pengalaman. Pengalaman hidup, baik yang menyenangkan maupun yang menimbulkan ketegangan yang dialami individu dapat diterima dengan baik sehingga pengalaman tersebut menjadi media pembelajaran dalam menjalankan proses kehidupan selanjutnya.
- f) Bersikap realistik dan objektif. Penyesuaian diri yang positif ditandai dengan pengambilan sikap yang realistik dan obyektif dalam menanggapi berbagai kejadian atau masalah.

Dalam penyesuaian diri yang positif, individu akan melakukan berbagai bentuk berikut¹⁹:

1. Penyesuaian diri dalam menghadapi masalah secara langsung

Dalam situasi ini, individu secara langsung menghadapi masalah dengan segala resiko yang akan ditanggungnya. Ia akan memilih dan melakukan tindakan sesuai dengan masalah yang dihadapinya. Misalnya, seorang anak yang menjadi korban *bullying* tanpa sebab yang jelas akan menyelesaikannya secara langsung dengan menanyakan alasan kepada teman-temannya mengapa ia diperlakukan demikian dan menceritakan kepada orang tuanya bahwa ia mendapat perlakuan tidak menyenangkan di sekolah.

2. Penyesuaian diri dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)

Ketika individu dihadapkan dengan sebuah permasalahan, ia akan mencari berbagai cara (eksplorasi) agar permasalahan tersebut dapat terselesaikan dengan baik. Misalnya, seorang anak yang kesulitan memahami pelajaran akan meminta bantuan teman-temannya. Jika hal tersebut dirasa belum cukup maka ia akan mencari tahu kepada kakaknya, orang tuanya, gurunya, dan membaca berbagai buku agar ia dapat memahami pelajaran tersebut.

3. Penyesuaian diri dengan *trial and error*

¹⁹ Fatimah, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik...*, hal. 196.

Penyesuaian diri dengan prinsip yang dikemukakan oleh Thorndike dikenal dengan *trial and error* atau coba-salah. Secara asli Thorndike menyebutnya dengan *learning by selecting and connecting*²⁰ (belajar dengan seleksi dan penghubungan). Dengan cara ini individu mengambil sebuah percobaan respons terlebih dahulu, jika menguntungkan ia akan melanjutkan dan jika tidak menguntungkan individu akan meninggalkan respons tersebut dan mencari respons lain yang menguntungkan begitu seterusnya.

4. Penyesuaian diri dengan belajar

Dengan belajar, individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membantu penyesuaian dirinya. Misalnya, seorang santri baru akan belajar meningkatkan kemandiriannya terlepas dari orang tua agar ia dapat menempuh pendidikan secara maksimal di pondok pesantren.

5. Penyesuaian diri dengan pengendalian diri

Penyesuaian diri akan lebih efektif jika disertai dengan kemampuan memilih tindakan serta pengendalian diri secara tepat. Dalam pengendalian diri ini, individu akan berusaha memilih tindakan mana yang seharusnya ia lakukan dan tindakan mana yang tidak perlu dia lakukan. Cara ini disebut dengan inhibisi.

6. Penyesuaian diri dengan perencanaan yang cermat

²⁰ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Andi, 2003) hal. 69.

Dalam hal ini, sikap dan tindakan yang dilakukan individu berdasarkan perencanaan yang cermat dan matang. Sebelum mengambil tindakan, individu mempertimbangkannya dari berbagai sudut. Misalnya, dilihat dari untung dan ruginya atau benar salah.

2) Penyesuaian Diri yang Salah

Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah atau salah suai. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan adanya berbagai penyimpangan perilaku seperti tempramental, keadaan emosi yang cenderung fluktuatif, menarik diri, dan lain-lain. Fatimah merumuskan tiga bentuk reaksi penyesuaian diri yang salah, yaitu²¹:

a) Reaksi bertahan (*defence reaction*)

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya dengan seolah-olah ia tidak sedang menghadapi kegagalan. Ia berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kesulitan. Adapun bentuk-bentuk secara khusus dari reaksi bertahan yaitu:

1. *Rasionalisasi*, yaitu mencari berbagai alasan yang dapat diterima oleh akal untuk membenarkan tindakannya yang secara realistik salah.

²¹ Fatimah, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 197.

2. *Represi*, yaitu menekan segala perasaan yang kurang menyenangkan ke alam tidak sadar. Dengan represi, individu akan berusaha melupakan bentuk perasaan maupun pengalaman yang kurang menyenangkan.
3. *Proyeksi*, yaitu menyalahkan kegagalan atas dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima.
4. '*Sour grapes*' (anggur kecut), yaitu memutarbalikkan fakta atau kenyataan.

b) Reaksi menyerang (*agressive reaction*)

Individu yang mengalami salah suai dapat ditandai dengan munculnya tindakan atau perilaku yang cenderung agresif atau mengambil sikap konfrontasi untuk menutupi kekurangannya. Individu yang mengambil sikap seperti ini, tidak mampu menyadari kenyataan bahwa dirinya gagal dalam suatu hal. Reaksi-reaksi tersebut antara lain:

- 1) Selalu membenarkan diri sendiri
- 2) Keinginan berkuasa dalam setiap situasi
- 3) Merasa senang bila mengganggu orang lain
- 4) Mudah menggertak, baik dengan ucapan maupun perbuatan
- 5) Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- 6) Bersikap menyerang atau merusak
- 7) Pendendam
- 8) Minimnya sikap empati, dan sebagainya.

c) Reaksi melarikan diri (*escape reaction*)

Individu yang mengambil reaksi melarikan diri memilih untuk tidak bertanggung jawab atas situasi yang dihadapinya. Ia akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau menyebabkan kegagalannya. Reaksi yang ditimbulkan antara lain:

- 1) Gemar berfantasi untuk memuaskan keinginan-keinginan yang tidak tercapai sehingga seolah-olah ia sudah meraihnya.
- 2) Banyak tidur, alkoholisme, bunuh diri, atau menjadi pecandu narkoba.
- 3) Regresi, yaitu kembali pada tingkah laku di masa sebelumnya. Misalnya, orang dewasa yang berperilaku seperti remaja atau anak kecil.

Menurut Adler dalam Agustiani²², setiap saat seorang individu melakukan “keputusan” mengenai tingkah laku manusia baik diri sendiri maupun orang lain. Kesimpulan yang akan ia ambil tergantung tidak hanya pada tingkah lakunya, tetapi juga pada faktor situasi dan nilai. Cara individu melakukan penyesuaian diri dan penilaian orang lain tentang baik buruknya penyesuaian dirinya, tergantung pada situasi tertentu. Individu bisa melakukan penyesuaian diri secara wajar pada satu situasi tapi belum tentu pada situasi dan kondisi lainnya. Seseorang dikatakan baik penyesuaian dirinya tidak hanya bergantung pada situasi tapi juga pada nilai-nilai, ide-ide tentang apa yang harus dilakukan dan

²² Agustina, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 149-150.

bagaimana individu melakukan hal tersebut. Setiap keputusan yang diambil individu dalam suatu permasalahan merefleksikan nilai-nilai yang ada dalam dirinya.

Dalam pandangan Neo Freudian (A. Adler, Karen Honey, Erich Fromm, Erik Erikson)²³, ciri penyesuaian diri yang baik adalah perkembangan menyeluruh dari potensi individu secara sosial dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang harmonis dengan orang lain. Perspektif Neo Freudian meyakini bahwa pertumbuhan berasal dari konteks sosial. Aspek yang paling penting dari pertumbuhan individu adalah bagaimana seseorang dapat mengembangkan kekuatan identitas diri sedangkan di sisi lain individu harus membangun kedekatan dengan orang lain, konflik antara *sense of self* dan tuntutan orang lain yang terus menerus ada selama proses perkembangan. Jika konflik ini dapat diatasi maka individu akan menunjukkan kepedulian pada orang lain tanpa takut mengorbankan identitas keunikan dirinya. Individu seperti inilah yang mampu mencapai penyesuaian diri yang baik.

c. Proses Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan sebuah proses sepanjang hayat (*long live process*) untuk mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi tuntutan lingkungan. Menurut Fatimah²⁴ penyesuaian diri tidak bisa mencapai hasil yang sempurna. Individu dikatakan mampu melakukan penyesuaian diri ketika ia dapat diterima lingkungannya dengan baik serta mematuhi

²³ *Ibid.*, hal. 150.

²⁴ Fatimah, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 204.

ataupun bersedia menerima sistem yang berlaku dalam lingkungan tersebut.

Menurut peneliti, proses penyesuaian diri bersifat terus-menerus dan manusia akan berupaya menemukan solusi dalam menghadapi berbagai polemik kehidupan guna mencapai tujuannya. Kehidupan manusia bersifat dinamis dan tidak berhenti pada satu titik. Proses penyesuaian diri akan terus berlangsung selama individu memasuki sebuah babak kehidupan yang baru. Misalnya, seseorang yang memasuki dunia perkuliahan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, setelah lulus kuliah ia akan bekerja, maka ia juga harus menyesuaikan diri dengan lingkungan kerjanya. Setelah bekerja ia menikah dan harus menyesuaikan diri dengan keluarga barunya, status barunya, dan tanggung jawabnya dalam keluarga. Oleh sebab itu penyesuaian diri dikatakan sebagai *long live process* dan bersifat terus menerus karena manusia selalu melewati berbagai fase dalam kehidupan.

Lebih lanjut menurut Fatimah²⁵, dalam proses penyesuaian diri individu dihadapkan dengan berbagai konflik, tekanan, dan tuntutan sehingga hal tersebut kerap kali menimbulkan rasa frustrasi, stress, dan kecemasan (*anxiety*). Individu didorong untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku yang tepat dan menganalisa kemungkinan akibat yang timbul atas perilakunya. Hal demikian dilakukan individu untuk membebaskan diri dari ketegangan dan konflik. Selanjutnya Fatimah juga

²⁵ *Ibid.*, hal. 205.

menyatakan bahwa respons penyesuaian diri secara baik ataupun buruk, dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi ketegangan dan memelihara keseimbangan yang ingin ia capai. Kualitas respons yang sehat atau yang patologis ditentukan oleh motivasi dan juga hubungan individu dengan lingkungan.

Pada dasarnya, penyesuaian diri selalu melibatkan individu dengan lingkungannya²⁶. Faktor lingkungan yang dianggap dapat menciptakan penyesuaian diri yang sehat ialah lingkungan keluarga yang harmonis, lingkungan teman sebaya yang harmonis, dan lingkungan sekolah yang kondusif.

Proses penyesuaian diri menurut Scheinders yang dikutip oleh Ali & Asrori melibatkan tiga unsur yaitu motivasi, sikap terhadap realitas, dan pola dasar penyesuaian diri.²⁷ Ketiga unsur tersebut akan mewarnai kualitas penyesuaian diri seseorang. Berikut penjelasannya:

1. Motivasi dan Proses Penyesuaian Diri

Menurut Ali & Asrori, faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi sama halnya dengan gejala psikologis lainnya, seperti kebutuhan, perasaan, dan emosi. Motivasi juga merupakan kekuatan internal yang dapat mengakibatkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam diri individu. Ketegangan, konflik dan frustrasi merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan, berlawanan dengan kecenderungan manusia untuk

²⁶ *Ibid.*, hal. 206.

²⁷ Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan peserta didik*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012), hal. 176.

meraih keharmonisan internal, ketentraman jiwa, dan pemuasan kebutuhan. Ketegangan dan ketidakseimbangan seringkali menyebabkan kekacauan psikologis, seperti emosi yang berlebihan, stres, frustrasi, penyimpangan perilaku, dan lain sebagainya.

Berdasarkan pendapat Ali & Asrori, dapat dipahami bahwa motivasi merupakan suatu hal yang penting dalam proses penyesuaian diri. Dengan adanya motif, individu terdorong untuk berubah sesuai dengan kebutuhannya di lingkungan yang baru. Motivasi menggerakkan seseorang untuk berubah sesuai dengan tuntutan lingkungan atau mengubah lingkungan sesuai dengan kebutuhan dirinya.

2. Sikap Terhadap Realitas dan Respons Penyesuaian Diri

Menurut Ali & Asrori²⁸ berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. Penyesuaian diri yang baik dan efisien memerlukan sikap dan kontak yang positif terhadap realitas. Beberapa penyimpangan perilaku seperti sikap antisosial, kurang berminat terhadap hiburan, sikap bermusuhan, kenakalan, dan semaunya sendiri sangat mengganggu hubungan baik antara penyesuaian diri dengan realitas.

Ali & Asrori menyebutkan berbagai persoalan realitas kehidupan menuntut individu untuk terus belajar menghadapi dan mengatur suatu

²⁸ *Ibid.*, hal. 177.

proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan eksternal. Tuntutan internal dimanifestasikan dalam bentuk sikap sedangkan tuntutan eksternal berasal dari realitas.

Realitas kehidupan yang dimaksud di sini berupa adanya nilai, aturan, dan norma-norma. Ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan-tuntutan tersebut menyebabkan munculnya situasi konflik, tekanan, dan frustrasi. Dalam situasi seperti itu, individu didorong untuk mencari perbedaan perilaku yang memungkinkan untuk membebaskan diri dari ketegangan.²⁹

Jadi sikap terhadap realitas individu dibentuk oleh berbagai macam reaksi individu dengan lingkungannya. Realitas yang dihadapi individu menuntut mereka untuk memilih respons. Realitas kehidupan kerap kali menimbulkan konflik dan ketegangan. Dalam menghadapi tuntutan realitas, individu didorong untuk mencari tindakan yang mampu membebaskan mereka dari kondisi yang tidak menyenangkan tersebut.

3. Pola Dasar Proses Penyesuaian Diri

Pola kebiasaan individu merupakan bagian dari proses penyesuaian diri. Pola kebiasaan ini dibentuk dari berbagai macam

²⁹ *Ibid.*, hal. 177.

kebutuhan serta tuntutan individu. Menurut Ali & Asrori³⁰, dalam aktivitas sehari-sehari, terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri individu.

Selama kebutuhan tersebut belum terpuaskan, individu akan berusaha mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan. Usaha mencari pemuasan akan kebutuhan dapat terbentuk dari pola-pola sikap ketika proses penyesuaian diri dan memungkinkan membentuk pola-pola sikap yang baru.

2. Perkembangan Anak

Masa perkembangan anak dipisahkan menjadi dua bagian, yaitu masa anak awal yang dimulai pasca melewati masa bayi yang penuh dengan ketergantungan, yakni sekitar umur 2 tahun dan berakhir pada umur 6 tahun. Sedangkan masa akhir perkembangan anak dimulai dari umur 6 sampai saat anak matang secara seksual atau yang disebut dengan remaja (perempuan berusia sekitar 12 tahun dan laki-laki 13 tahun). Dalam penelitian ini memfokuskan pembahasan penyesuaian diri pada anak yang memasuki tahap perkembangan akhir. Maka pembahasan juga lebih dipersempit pada proses perkembangan anak akhir.

Menurut Hurlock³¹, garis pemisah antara fase anak awal dengan akhir anak didasari dengan dua landasan pemikiran yakni:

³⁰ *Ibid.*, hal. 177.

³¹ Hurlock, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 108.

- a. Pemisahan ini khususnya digunakan untuk anak usia pra-sekolah. Ada perbedaan antara perlakuan anak pra-sekolah dengan anak usia wajib belajar. Perbedaan tersebut di antaranya ialah sikap dan harapan masyarakat yang mempengaruhi perlakuan apa yang akan diberikan.
- b. Adanya pemisahan yang terjadi pada tahap perkembangan anak disebabkan oleh faktor sosial. Tidak ada perbedaan fisik yang signifikan antara tahap awal masa anak dengan tahap akhir anak. Tekanan dan harapan sosial memegang peranan penting dalam menentukan perbedaan antara anak-anak yang belum dan yang sudah memasuki pendidikan sekolah. Tekanan dan harapan yang mengikuti usia formal sekolah menyebabkan perubahan pola perilaku, minat, dan nilai. Akibatnya anak-anak menjadi individu yang berbeda dari sebelumnya.

Adanya garis pemisah pada konsep perkembangan Hurlock lebih ditekankan pada tuntutan dan sikap kelompok sosial bukan pada perubahan fisik. Faktor lingkungan sosial juga berkontribusi terhadap perubahan pola perilaku, minat, dan nilai yang mengakibatkan anak-anak menjadi individu yang berbeda dari usia pra-sekolah.

Untuk memenuhi tuntutan kelompok sosial, anak-anak harus menyelesaikan berbagai tugas perkembangannya. Tugas perkembangan tersebut antara lain:

1) Perkembangan Fisik

Desmita menyebutkan³² masa akhir kanak-kanak merupakan masa yang tenang. Di akhir masa kanak-kanak pertumbuhan fisik berlangsung lebih lambat dan relatif seragam hingga mendekati masa pubertas. Diperkirakan pada tahap ini tinggi badan bertambah sekitar 5-6% dan berat badan bertambah sekitar 10% setiap tahunnya.

Dengan terus bertambahnya berat dan kekuatan badan, maka selama masa pertengahan dan akhir anak-anak ini perkembangan motorik menjadi lebih halus dan terkoordinasi³³. Anak-anak telah mampu melakukan penguasaan badan seperti melompat, berlari, dan menjaga keseimbangan badan.

2) Perkembangan Kognitif

Seiring dengan masuknya anak ke dunia pendidikan, maka kemampuan kognitifnya mengalami perkembangan. Menurut Desmita³⁴, pada masa pra-sekolah daya pikir anak masih bersifat imajinatif dan egosentris, maka pada usia sekolah dasar daya pikir anak berkembang ke arah yang lebih konkrit, rasional, dan objektif. Daya ingat anak juga mengalami kemajuan sehingga anak benar-benar berada dalam suatu stadium belajar.

Menurut teori Piaget,³⁵ pemikiran anak-anak usia sekolah dasar disebut dengan pemikiran operasional konkrit (*concrete operational thought*). Piaget mendefinisikan istilah operasi sebagai hubungan-

³² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2012), hal. 154.

³³ *Ibid.*, hal. 154.

³⁴ *Ibid.*, hal. 156.

³⁵ *Ibid.*, hal. 156.

hubungan logis antara suatu konsep atau skema. Sedangkan operasi konkrit menurutnya adalah aktivitas mental yang difokuskan pada objek-objek dan realitas atau konkrit yang dapat diukur.

Lebih lanjut, Piaget menjelaskan³⁶ dalam upaya memahami alam sekitar, anak tidak lagi terlalu mengandalkan informasi yang bersumber dari panca indera, karena ia mulai mempunyai kemampuan untuk membedakan apa yang tampak oleh mata dengan kenyataan yang sesungguhnya dan antara yang bersifat sementara dengan yang bersifat permanen. Anak-anak tidak lagi mengandalkan persepsi penglihatannya, melainkan sudah mampu menggunakan logikanya. Mereka dapat mengukur, menimbang, dan menghitung benda hingga mengenal perbedaannya.

Sebagaimana menurut Jhonson & Medinnus dalam Desmita, Piaget menyebutkan bahwa pada masa konkrit operasional anak-anak telah mampu menyadari konservasi, yakni kemampuan anak untuk berhubungan dengan sejumlah aspek yang berbeda secara serempak. Hal tersebut disebabkan karena pada masa ini anak telah mengembangkan tiga macam proses yang disebut dengan operasi-operasi, yaitu: negasi, resiprokasi, dan identitas³⁷. Berikut penjelasannya:

a) Negasi, yaitu kemampuan anak untuk memahami proses apa yang terjadi diantara kegiatan itu dan memahami hubungan antara keduanya.

³⁶ *Ibid.*, hal. 156.

³⁷ *Ibid.*, hal. 157.

- b) Resiprokasi, hubungan timbal balik. Ketika anak melihat suatu deretan dari benda-benda diubah, anak mengetahui bahwa deretan benda-benda bertambah panjang tetapi tidak rapat lagi dibanding dengan deretan yang lain. Karena anak mengetahui hubungan timbal balik antara panjang dan kurang rapat atau sebaliknya kurang panjang tetapi lebih rapat, maka anak tahu bahwa jumlah benda-benda yang ada pada kedua deretan itu sama.
- c) Identitas. Identitas yang dimaksud disini ialah nama benda. Menurut Gunarsa yang dikutip oleh Desmita menyebutkan bahwa pada masa konkrit operasional anak sudah bisa mengenal satu persatu benda-benda yang ada di sekitarnya. Anak tetap bisa mengetahui jumlahnya meskipun benda-benda tersebut dipindahkan ia dapat mengetahui bahwa jumlahnya masih sama.

Menurut Desmita, keterbatasan lain yang terjadi dalam kemampuan berpikir konkrit anak ialah egosentrisme.³⁸ Terkadang anak belum mampu membedakan antara obyek yang berada dalam fantasi atau pikirannya dengan obyek yang nyata. Egosentrisme yang melekat pada anak dapat dilihat dari ketidak mampuannya untuk melihat pikiran dan realitas sebagai sesuatu yang berdiri sendiri.

Kemampuan anak melakukan operasi-operasi mental dan kognitif memungkinkannya mengadakan hubungan yang lebih luas dengan dunia di luar dirinya. Proses mental yang terjadi pada fase akhir anak-anak

³⁸ *Ibid.*, hal. 158.

memungkinkan pula untuk mengetahui suatu perbuatan yang tidak ditunjukkan secara langsung. Namun perkembangan kognitif pada tahap akhir anak-anak bukan merupakan suatu kematangan proses kognisi.

3) Perkembangan Psikososial

Memasuki masa sekolah tentunya mengakibatkan banyak perubahan dalam diri anak-anak. Begitu juga dengan perkembangan psikososialnya. Memasuki lingkungan sekolah, anak dihadapkan dengan interaksi sosial yang lebih luas. Mereka juga mempelajari sesuatu yang berhubungan dengan manusia dan memulai berbagai keterampilan praktis.³⁹

Menurut Desmita⁴⁰ relasi dengan keluarga dan teman sebaya memainkan peranan penting dalam masa akhir kanak-kanak. Sekolah dan relasi dengan para guru menjadi aspek kehidupan anak yang semakin terstruktur. Sesuai dengan perkembangan kognitifnya yang semakin matang, anak secara bertahap banyak mempelajari sikap dan motivasi orang tuanya, serta memahami aturan-aturan keluarga.

Lebih lanjut, Desmita menyatakan bahwa pemahaman anak tentang diri atau *self* berkembang. Perubahan-perubahan dalam konsep gender dan perkembangan moral menandai perkembangan selama masa akhir anak-anak. Sepanjang masa akhir anak-anak secara aktif terus menerus mengembangkan dan memperbarui pemahaman tentang diri (*sense of self*).

Definisi *self* menurut Desmita ialah:

³⁹ *Ibid.*, hal. 179.

⁴⁰ *Ibid.*, hal. 180.

“...suatu struktur yang membantu anak mengorganisasi dan memahami tentang siapa dirinya, yang didasarkan atas pandangan orang lain, pengalaman-pengalaman pribadi, dan atas dasar penggolongan budaya seperti gender, ras, dan sebagainya”.⁴¹

Menurut Seifert & Hoffnung sebagaimana yang disadur oleh Desmita, menyatakan bahwa pemahaman diri (*sense of self*) juga disebut dengan *self concept*, yaitu suatu pemahaman mengenai diri atau ide tentang diri sendiri. Lebih lanjut menurut Atwater dalam Desmita, mengidentifikasi konsep diri atas tiga bentuk yakni: a) *body image*, kesadaran tentang bagaimana seseorang melihat dirinya, b) *ideal self*, yaitu bagaimana cita-cita dan harapan seseorang mengenai dirinya, c) *social self*, yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya.

Selain mengembangkan relasi dengan orang tua, anak juga banyak berinteraksi dengan teman-temannya. Bahkan aktivitas yang paling dominan dilakukan pada masa anak akhir ialah bergaul dengan teman sebaya. Sebagaimana dalam riset yang dilakukan oleh Barker & Wright mencatat bahwa anak-anak usia 7 hingga 11 tahun meluangkan lebih dari 40% waktunya untuk berinteraksi dengan teman sebaya⁴².

Berdasarkan uraian singkat di atas, dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan psikososial anak meliputi pemahaman tentang dirinya atau *self concept* dan mampu mengembangkan relasi yang lebih kompleks antara orang lain dengan dirinya. Tugas-tugas perkembangan

⁴¹ *Ibid.*, hal. 180.

⁴² *Ibid.*, hal. 184.

ini dapat dikatakan sebagai tahap persiapan anak menghadapi badai dan krisis identitas pada saat remaja.

Jurnal yang ditulis oleh Ikalor menyatakan⁴³ proses perkembangan dipengaruhi oleh hereditas (warisan sejak lahir), kematangan fungsi-fungsi jasmani dan rohani, faktor lingkungan, dan faktor determinasi diri untuk menjadi pribadi yang lebih maju.

Menurut Vygotsky⁴⁴ proses perkembangan manusia banyak dipengaruhi oleh pengalaman dan kondisi sosiokultural. Ia melihat bahwa bentuk-bentuk perkembangan budaya dan perilaku merupakan hasil dari perkembangan historis manusia.

Selanjutnya ia menyatakan bahwa Perkembangan juga diartikan sebagai adaptasi terhadap lingkungan. Dengan demikian perkembangan tidak lebih dari suatu proses biologis. Jika ditelaah lebih dalam lagi maka hampir tidak ada perbedaan antara proses perkembangan manusia dengan hewan. Sebagai antitesa dari pernyataan tersebut, Vygotsky menyatakan bahwa⁴⁵ lingkungan merupakan sumber perkembangan dari fungsi psikis yang lebih tinggi. Hal inilah yang membedakan antara perkembangan manusia dengan hewan. Manusia merupakan makhluk sosial dan tanpa interaksinya dengan masyarakat, dia tidak dapat mengembangkan potensi dirinya. Potensi ini diperoleh sebagai hasil dari perkembangan historis manusia. Sejak lahir manusia tidak memiliki bentuk perilaku yang

⁴³ Allvanialista Ikalor, *Pertumbuhan dan Perkembangan*, (Jurnal Pertumbuhan dan Perkembangan, Vol. 7, no. 1, Mei 2013, Dikti/Kep/2013).

⁴⁴ Hendriati Agustina, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Rafika Aditama, 2006), hal. 39.

⁴⁵ *Ibid.*, hal. 43.

melekat hingga dewasa. Perkembangan dan perubahan perilaku dibentuk oleh pengalaman historis yang bersumber dari lingkungan sosiokultural.

Sehubungan dengan faktor yang mempengaruhi proses perkembangan, Vygotsky merumuskan empat hukum perkembangan, yaitu⁴⁶:

- a) Perkembangan diatur pada waktunya, memiliki suatu pola dan jangka waktu tertentu. Oleh karena itu satu tahun masa hidup bayi tidak sama dengan satu tahun masa remaja dalam aspek perkembangannya.
- b) Hukum *metamorphose* yang mengacu pada serangkaian perubahan-perubahan kulit seseorang. Seorang manusia yang disebut ‘anak’ bukan hanya bentuk tubuh mereka yang masih kecil, namun secara kualitatif mereka berbeda dengan remaja, dewasa, dan manula.
- c) Hukum ketidakteraturan pada perkembangan anak. Setiap bidang kegiatan masing-masing mempunyai periode perkembangan tertentu.
- d) Hukum dari perkembangan fungsi-fungsi psikis yang lebih tinggi. Fungsi psikis muncul pertama kali sebagai bentuk perilaku yang kolektif. Selain itu fungsi psikis merupakan bentuk fungsi-fungsi individual dari anak itu sendiri. Perkembangan fungsi psikis yang lebih tinggi dikaitkan dengan pendidikan.

⁴⁶ *Ibid.*, hal. 44.

Faktor yang mempengaruhi proses perkembangan lebih didominasi oleh faktor sosiokultural yang telah disampaikan oleh Vygotsky. Manusia merupakan makhluk sosial. Ia sebagai pelaku perubahan sosial sekaligus subyek yang merasakan dampak perubahan sosial. Tanpa pengaruh sosiokultural, perkembangan manusia tak ubahnya seperti hewan, yang berkembang berdasarkan hukum-hukum biologis.

Menurut hemat peneliti, kondisi sosiokultural memegang peranan penting dalam proses penyesuaian diri anak. Kondisi sosikultural berperan membentuk kepribadian anak yang kemudian membentuk suatu pola penyesuaian dirinya. Selain membentuk kepribadian, kondisi sosiokultural juga membentuk motivasi serta sikap anak. Kepribadian, motivasi, serta sikap merupakan aspek penting dalam penyesuaian diri.

Sama seperti penyesuaian diri, perkembangan juga merupakan *live long process* atau proses seumur hidup. Perkembangan, baik berupa kemajuan maupun kemunduran terjadi sepanjang rentang hidup manusia, begitu pula dengan proses penyesuaian diri.

B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelusuran, peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kemiripan tema atau objek pembahasan. Penelitian tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

1. Penelitian (Skripsi) yang berjudul “*Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Terhadap Kegiatan Pesantren (Studi Kasus di Pondok Pesantren Darunnajah)*” yang dilaksanakan oleh Rahmat Irfani yang

diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di bidang Psikologi Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2004.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Kriteria subyek dalam penelitian ini adalah santri pondok pesantren dengan usia sebelas sampai empat belas tahun, menetap di pondok pesantren Darunnajah, baru menetap di pondok pesantren Darunnajah maksimal satu tahun, dan santri yang memiliki prestasi belajar di kelas dengan kriteria tinggi, sedang dan rendah dengan rujukan dari raport sekolah.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah pada umumnya santri baru membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyesuaikan diri terhadap kehidupan pesantren. Mereka juga memiliki kecemasan menghadapi aturan-aturan yang telah ditetapkan pihak pondok pesantren. Para santri dalam konteks penelitian ini melakukan banyak perubahan tingkah laku agar sesuai dengan tuntutan lingkungan. Faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri antara lain tuntutan lingkungan atau peraturan, motivasi diri, adanya seorang *mudabbir* atau pendamping, terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan fisik dan psikologis santri.

2. Penelitian (Skripsi) yang berjudul "*Hubungan Tingkat Dukungan Sosial Dari Wali Asrama Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Smp Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Kh. Abdullah Syafi'ie Sukabumi Jawa Barat*" yang ditulis oleh Sarah Fauzia untuk program sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun 2016.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian inferensial dan desain penelitian korelasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan dukungan sosial yang diberikan wali asrama dapat membantu santri melakukan penyesuaian diri di pesantren. Subyek penelitian ini adalah santri remaja putra dan putri SMP di PPA KH. Abdullah Syafi'ie dari kelas VII sampai kelas IX. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekuatan hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri memiliki hubungan yang sedang atau cukup berhubungan, dan semakin baik dukungan sosial yang diberikan maka semakin baik penyesuaian diri seseorang. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang diantaranya seperti kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan, agama serta budaya.

3. Penelitian (Skripsi) yang berjudul *“Penyesuaian Diri Santri Mahasiswa Dalam Belajar BTS Dan PPI Di Pondok Pesantren Al-Amin Pabuaran Purwokerto Utara”*

Yang ditulis oleh Komariah untuk program studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Dakwah dan Komunikasi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Purwokerto tahun 2014.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tujuan mengetahui bagaimana penyesuaian diri mahasiswa santri BTA dan PPI dalam belajar BTA dan PPI di Pondok Pesantren Al-Amin Pabuaran Purwokerto Utara angkatan 2013. Subjek penelitian adalah santri mahasiswa yang belum lulus BTA dan PPI angkatan 2013.

Hasil dari penelitian ini, santri-santri Pondok Pesantren Al-Amin Pabuaran Purwokerto Utara angkatan 2013 memiliki penyesuaian diri yang positif dalam belajar BTA dan PPI. Dan memiliki bentuk penyesuaian diri yang adaptive. Dimana bentuk penyesuaian diri yang *adaptive* sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian ini lebih bersifat badani. Artinya perubahan perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan.

4. Penelitian (Jurnal) yang berjudul "*Penyesuaian Diri pada Anak Taman Kanak-Kanak*" yang ditulis oleh Ani Susanti dan Erlina Listyanti Widuri untuk Fakultas Psikologi Universitas Ahman Dahlan Yogyakarta pada tahun 2013.

Sebuah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan analisis tema. Kriteria subyek penelitian ini adalah anak TK usia 4-6 tahun, merupakan anak didik baru, dan anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri di sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada anak Taman Kanak-kanak adalah faktor psikologis, lingkungan prenatal, pengalaman belajar, kondisi lingkungan, pola asuh orangtua/keluarga. Faktor tersebut lebih didominasi oleh faktor eksternal. Dinamika Penyesuaian diri pada anak Taman Kanak-kanak diawali dari adanya kecemasan dari anak saat berpisah dengan orangtuannya, menangis, dan penarikan pada awal masuk sekolah. Adanya kerjasama guru dengan orangtua dalam memberikan

motivasi dan pendampingan yang lebih intensif menjadikan anak mulai dapat menyesuaikan diri di sekolah.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yang telah disebutkan di atas terletak pada beberapa hal, yaitu kriteria subyek, metode pendekatan, serta fokus penelitian. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Rahmat Irfani ialah pada perbedaan kriteria subyek. Subyek dalam penelitian Rahmat Irfani berusia 11-14 tahun dan bermukim di asrama maksimal satu tahun. Sedangkan dalam penelitian ini subyek merupakan anak-anak yang berusia 8-12 tahun dan bermukim di asrama minimal satu tahun. Alasan mencantumkan kriteria minimal satu tahun di asrama ialah karena satu tahun pertama merupakan masa dimana proses penyesuaian diri berlangsung. Satu tahun pertama di pondok pesantren dapat dikatakan sebagai masa transisi lingkungan dan budaya tempat ia berasal dengan lingkungan pesantren.

Penelitian yang dilakukan oleh Ani Susanti dan Erlina Listyanti Widuri mengambil subyek anak Taman Kanak-kanak. Subyek dalam penelitian tersebut tidak tinggal di asrama. Penelitian tersebut lebih difokuskan untuk mengetahui faktor apa yang saja mempengaruhi proses penyesuaian diri. selain itu Ani Susanti dan Erlina Listyanti Widuri mencantumkan kriteria subyek yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.

Berdasarkan uraian singkat penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan, ada beberapa poin penting yang tidak dimuat di dalamnya seperti proses penyesuaian diri. Terlebih lagi dari empat penelitian hanya satu yang

menggunakan subyek anak-anak. Maka dengan disusunnya peneliti ini, peneliti ingin melengkapi bagian yang terlewat dari penelitian-penelitian terdahulu.

Studi ini memfokuskan tujuan untuk mengetahui bagaimana proses penyesuaian diri santri yang berusia anak-anak yang tinggal jauh dari orang tua. Selain itu peneliti juga ingin menambahkan wawasan tentang bagaimana pikiran, perasaan, dan perilaku santri anak-anak selama proses penyesuaian diri tersebut berlangsung.

C. Paradigma Penelitian

Menjelang berakhirnya fase anak akhir ditandai oleh kondisi yang sangat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial anak. Kondisi tersebut bisa berupa emosi yang tinggi, katarsis emosional, perkembangan kode moral, hubungan keluarga, dan perubahan kepribadian. Penguasaan tugas perkembangan erat kaitannya dengan pengaruh keluarga. Orang tua mempunyai berbagai macam tanggung jawab yang salah satunya ialah mengasuh putra-putrinya. Sementara itu, sebagian orang tua merasa resah karena tidak mampu untuk mengasuh anaknya secara maksimal. Selain mengasuh anak, orang tua juga mempunyai tanggung jawab dalam mencukupi kebutuhan ekonomi keluarga sehingga banyak menyita waktu yang seharusnya digunakan untuk mengasuh anak. Keadaan demikian menyebabkan beberapa orang tua harus berpikir keras agar kondisi ekonomi tetap stabil tanpa harus mengorbankan perkembangan. Maka beberapa orang tua yang khususnya beragama islam memiliki inisiatif untuk memasukkan anak mereka ke pondok pesantren. Sebagian yang lain, memilih lembaga pendidikan pesantren sebagai

tempat belajar agar anak memperoleh pengetahuan agama sejak dini. Setelah masuk pesantren, tugas pengasuhan dilimpahkan kepada bapak dan ibu kamar. Di dalam pesantren anak melakukan penyesuaian diri untuk dapat berbaur dengan kehidupan di pesantren. Selama melakukan penyesuaian diri, anak akan disuguhkan dengan berbagai konflik dan tantangan yang harus mereka hadapi. Penyelesaian konflik dan tantangan tersebut membentuk dinamika penyesuaian diri para santri. Dinamika penyesuaian diri dapat diidentifikasi melalui perasaan, perilaku, proses penyesuaian diri, dan karakteristik penyesuaian diri santri.