

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Sosial Remaja Putri

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Gunarsa (2000) menyatakan bahwa, penyesuaian sosial adalah hubungan manusia dengan lingkungan yang berlangsung dengan norma-norma, norma itu sendiri baik yang berupa aturan-aturan hukum yang tertulis ataupun norma-norma yang tidak formal, seperti adat istiadat, kebiasaan-kebiasaan di lingkungan kelompok atau dalam masyarakat tertentu. Penyesuaian sosial dapat dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial serta menghargai nilai-nilai yang berlaku di masyarakat. Penyesuaian yang buruk dapat terlihat dari tidak mampunya seseorang memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang tidak dapat diterima dan tidak memuaskan bagi dirinya sendiri (Blogger, 2013).

Sawrey & Telford (dalam Ratnawati, 1998) mengatakan, penyesuaian sosial adalah usaha individu untuk menciptakan kesesuaian dan keseimbangan antara diri sendiri dengan lingkungan yang berbeda. Penyesuaian sosial dapat tercapai jika individu bersedia menghormati hak-hak orang lain, mau belajar bersama orang lain serta mau menolong dan memperhatikan kesejahteraan orang lain.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, penyesuaian sosial adalah suatu proses atau cara menyesuaikan terhadap perubahan. Menurut Gerungan (1996), penyesuaian sosial merupakan usaha individu untuk mengubah diri sendiri agar sesuai dengan keadaan lingkungan (autoplastis) dan mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginan diri sendiri (aloplastis). Chaplin (2002) menyatakan bahwa penyesuaian adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan.

Setiap santri yang tinggal di pondok pesantren diharapkan untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Selain itu para santri juga diwajibkan untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan pondok pesantren, seperti wajib bangun pukul 03.00 pagi, dilanjutkan dengan sholat tahajud, mengaji, sholat subuh berjamaah, kemudian persiapan untuk sekolah. Pada waktu sholat dzuhur para santri diwajibkan untuk melakukan sholat dzuhur berjamaah di masjid yang berada di lingkungan pondok pesantren. Para santri pulang sekolah pada pukul 14.30, kemudian para santri bersiap-siap untuk melakukan sholat asar berjamaah. Setelah sholat asar para santri diberi waktu bebas untuk melakukan kegiatan diluar yang sudah dijadwalkan oleh pondok pesantren. Pada pukul 16.45 para santri makan malam bersama-sama, kemudian setelah itu persiapan untuk sholat maghrib berjamaah. Setelah sholat maghrib berjamaah para santri diwajibkan untuk mengaji hingga waktu isya. Kemudian setelah sholat isya berjamaah para santri diwajibkan untuk belajar hingga pukul 22.00. Kemudian setelah itu para santri diharuskan untuk istirahat.

Santri yang tinggal di pondok pesantren diberikan kesempatan untuk pulang ke rumah hanya pada saat libur lebaran dan tahun baru. Selebihnya santri diwajibkan untuk tetap tinggal di pondok pesantren. Keluarga para santri diperbolehkan untuk menengok ke pondok pesantren, pondok pesantren juga menyediakan penginapan bagi keluarga yang menjenguk yang hendak menginap di pondok pesantren tersebut. Selain diwajibkan untuk mentaati segala kegiatan dan peraturan yang ada, para santri juga diharapkan untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan dan orang-orang yang ada di sekitarnya.

Hurlock (dalam Suhariska, 2017), menyatakan bahwa penyesuaian sosial berarti keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Menurut Kartono (2003), penyesuaian sosial yaitu kesanggupan untuk mereaksi secara efektif dan harmonis atas realitas sosial dan bisa menghargai hak-hak sendiri dalam masyarakat. Berdasarkan penjelasan di atas, maka penyesuaian sosial dapat disimpulkan sebagai keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain dan atau kelompoknya, menghormati hak-hak orang lain, bersedia memberikan pertolongan kepada orang lain, serta memperhatikan kesejahteraan orang lain.

2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial Remaja Putri

Menurut Schneider (dalam Amaliah dan Nasution, 2014), individu yang berhasil menyesuaikan diri adalah orang yang responnya baik, mental maupun perilakunya matang, efisien, dan memuaskan. Penyesuaian sosial yang baik terjadi apabila individu mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya secara efektif, efisien dan sesuai dengan norma-norma yang berlaku, dapat menempatkan diri

sekaligus berpartisipasi dalam kehidupan keluarga dan masyarakat dan masyarakat dan keluarga juga dapat menerimanya.

Schneiders (1964), menyatakan bahwa terdapat beberapa aspek-aspek penyesuaian sosial yaitu sebagai berikut:

a. *Recognition* yaitu individu mampu menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Tidak melanggar hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya, untuk menghindari terjadinya konflik sosial. Upaya menghargai dan menghormati hak-hak orang lain ini akan membuat orang lain menghormati dan menghargai hak-hak orang lain tersebut sehingga membuat hubungan sosial antar individu agar dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.

b. *Participation* yaitu melibatkan diri dalam relasi.

Setiap orang harus mampu mengembangkan dan memelihara persahabatan dengan individu lain. Individu yang tidak mampu membangun relasi dan atau membangun persahabatan dengan orang lain atau bahkan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuaian diri yang kurang baik. Individu ini tidak mempunyai ketertarikan untuk berpartisipasi dengan aktivitas di lingkungannya serta tidak mampu mengekspresikan diri mereka sendiri. Penyesuaian sosial akan dikatakan baik apabila seseorang tersebut dapat menciptakan relasi dan atau hubungan yang sehat dan baik dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, ikut berperan

aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial, dan mampu menghargai nilai-nilai yang berlaku di masyarakat.

- c. *Social approval* yaitu minat dan sikap empatik terhadap kesejahteraan orang lain.

Sebagai bentuk penyesuaian diri di masyarakat, seseorang perlu peka terhadap masalah dan kesulitan yang sedang dialami oleh orang lain disekitarnya serta bersedia untuk membantu untuk meringankan masalahnya tersebut.

- d. *Altruism* yaitu memiliki sifat rendah hati dan tidak egois. Rasa saling membantu dan mementingkan orang lain merupakan nilai-nilai moral yang aplikasi dari nilai-nilai tersebut merupakan bagian dari penyesuaian moral yang baik. Serta apabila diterapkan dalam masyarakat secara wajar dan bermanfaat, akan membawa pada penyesuaian diri yang kuat. Bentuk dari sifat-sifat tersebut yaitu dengan memiliki rasa kemanusiaan, jujur, dan rendah hati. Seseorang dengan sifat ini akan mempunyai kestabilan mental, penyesuaian yang baik dan keadaan mental yang sehat.
- e. *Conformity* yaitu menghormati dan mentaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi dan kebiasaan. Serta adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati tradisi dan peraturan yang berlaku dalam lingkungan akan membuat seseorang dapat diterima dalam lingkungannya dengan baik.

Sedangkan menurut Derlega dkk (Cicana, 2006) menyatakan penyesuaian sosial memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Memiliki kemampuan menerima kenyataan. Seseorang dengan penyesuaian sosial yang baik adalah seseorang yang mampu menerima kenyataan yang ada, tidak merasa stress dengan kenyataan yang dihadapinya dan memiliki sikap toleransi yang tinggi terhadap lingkungan disekitarnya.
- b. Individu memiliki kemampuan untuk selalu siap mengadakan interaksi dengan orang lain. interaksi dengan orang lain menuntut individu memiliki penyesuaian sosial yang tinggi. Apabila individu tidak memiliki penyesuaian sosial, maka interaksinya dengan orang lain pun akan terganggu. Maka dari itu penyesuaian sosial dikatakan berhasil apabila individu tersebut selalu siap mengadakan interaksi dengan orang lain.
- c. Individu memiliki kemampuan bekerjasama dan hidup bersama dengan orang lain dalam suasana yang menyenangkan, serta mampu hidup berdampingan dengan baik bersama orang lain, agar dapat dikatakan bahwa individu tersebut mampu diterima dalam lingkungannya dan telah berhasil melakukan penyesuaian sosial.
- d. Memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi sehingga ia merupakan individu yang tidak mudah marah, tidak mudah mengalami kekecewaan, memiliki toleransi yang tinggi terhadap konflik, serta tidak mudah iri hati.

- e. Individu memiliki kemampuan untuk menerima diri sendiri. Seseorang yang memiliki penyesuaian sosial dengan baik tidak akan merasa minder dengan keadaan dirinya, karena ia mampu menerima dirinya dengan apa adanya. Individu tersebut akan menikmati hidupnya sebagai karunia, sehingga ia mampu menikmati segala hal dalam hidupnya.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat sepuluh aspek penyesuaian sosial, yaitu mampu menerima dan menghormati hak-hak orang lain, melibatkan diri dalam relasi, simpati terhadap kesejahteraan orang lain, tidak egois dan memiliki sifat rendah hati, mampu menghormati peraturan yang ada, mampu menerima kenyataan, memiliki kemampuan untuk tidak melakukan kesalahan yang pernah dilakukan, memiliki kemampuan bekerjasama dan hidup bersama individu lain dalam suasana yang menyenangkan, memiliki kemampuan menerima diri sendiri, serta memiliki kemampuan untuk selalu siap mengadakan interaksi dengan orang lain. Peneliti memilih aspek menurut Schneiders, karena aspek tersebut lebih mudah dipahami dan dapat mengungkap penyesuaian sosial.

Schneider (1964), menyatakan bahwa orang yang berhasil menyesuaikan diri merupakan orang yang memiliki respon, baik mental maupun perilaku yang matang, efisien, dan memuaskan. Penyesuaian sosial yang baik akan terjadi apabila individu mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya secara efektif dan efisien sesuai dengan norma-norma yang berlaku, dapat menempatkan diri

sekaligus mampu berpartisipasi dalam lingkungan, masyarakat dan keluarga, serta lingkungan, masyarakat dan keluarga dapat menerimanya.

Namun sebaliknya, individu yang tidak mampu untuk menyesuaikan diri merupakan individu dengan perilaku yang belum matang dan tidak memuaskan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial individu yang buruk merupakan ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan secara efektif dan efisien dan sesuai dengan norma-norma yang berlaku, tidak mampu menempatkan diri serta berpartisipasi dalam kehidupan masyarakat, lingkungan dan keluarga serta lingkungan, masyarakat dan keluarga tidak menerimanya (Schneider, 1964).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Pada saat seseorang melakukan interaksi dengan orang-orang disekitarnya, secara otomatis seseorang tersebut akan melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosial mereka. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan penyesuaian sosial. Hurlock (1997) mengatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial, yaitu:

a. Prestasi

Prestasi dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam bergaul di masyarakat. Semakin berprestasi seorang individu maka akan semakin mudah pula untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya.

b. Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan terdekat anak, apabila keluarga memberi contoh yang baik dalam bergaul sehari-hari, maka anak akan

meniru dalam perilakunya sehari-hari. Ini yang sangat rentan untuk remaja putri yang tinggal di pondok pesantren yang harus tinggal jauh dari orang tua.

c. Lingkungan masyarakat

Lingkungan masyarakat atau lingkungan sekitar yang memberi respon positif akan mempermudah individu dalam proses penyesuaian sosial, karena individu tersebut akan merasa diterima oleh lingkungan sosialnya.

Sedangkan menurut Schneiders (dalam Risti, 2006), terdapat dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial remaja, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adalah sebagai berikut:

- a. Faktor internal, yaitu faktor yang timbul dari dalam diri individu yang mempunyai pengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja. Faktor tersebut antara lain:
 - 1) Kondisi fisik seperti sistem syaraf, kesehatan fisik yang mempengaruhi perilaku individu dalam usaha melakukan penyesuaian sosial, kondisi fisik yang sehat dan normal dapat mempermudah remaja untuk melakukan penyesuaian sosial dan kondisi fisik yang tidak sehat akan menghambat aktifitas remaja dalam melakukan penyesuaian sosial.
 - 2) Perkembangan dan kematangan terutama kematangan intelektual sosial, moral dan emosional. Pola penyesuaian sosial berjalan seiring dengan tingkat perkembangan yang telah dicapai seseorang.

Hambatan atau kegagalan dalam perkembangan akan membatasi kemampuan remaja untuk mengatasi masalah secara efektif.

- 3) Determinan psikologis mencakup antara lain pengalaman dari hasil belajar, determinan diri, frustrasi, konflik, pengkondisian akan memudahkan remaja untuk melakukan penyesuaian sosial.
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar individu yang mempengaruhi penyesuaian sosial remaja. Faktor tersebut antara lain:
- 1) Kondisi keluarga, keluarga merupakan lingkungan pertama bagi remaja melalui keluarga remaja belajar memahami dunia dan dasar-dasar pola pergaulan hidup yang benar dan baik dalam keluarga remaja juga diajarkan bagaimana kehidupan di luar rumah yang sangat berbeda dengan yang dialami dalam rumah sehingga anak tidak jatuh pada pergaulan yang buruk.
 - 2) Lingkungan masyarakat, sangat memiliki peranan yang sangat penting dalam proses penyesuaian sosial remaja karena sebagian waktu remaja dihabiskan dengan masyarakat.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu, prestasi, lingkungan dan kondisi keluarga, masyarakat, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, serta determinan psikologis. Dengan demikian penyesuaian akan terbentuk jika dalam diri setiap individu memiliki faktor-faktor pendukung baik dari dalam diri maupun lingkungan.

4. Penyesuaian Sosial Remaja Putri yang Tinggal di Pondok Pesantren

Remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak-anak (Monks, dkk, 1994). Masa remaja berlangsung antara umur 12 sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 sampai dengan 22 tahun bagi laki-laki. Rachman (2010), menyatakan bahwa secara umum usia santri yang berada pada rentang usia 12 atau 13 sampai dengan 18 atau 19 tahun adalah satu periode dalam rentang kehidupan santri yang tergolong masa remaja.

Hurlock (2003), menyatakan bahwa adapun karakteristik remaja antara lain yang pertama adalah sebagai periode penting yaitu perubahan-perubahan yang dialami masa remaja akan memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya, keadaan ini memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya, ketiga sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi, perubahan tubuh, minat dan peran, perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan, keempat sebagai masa mencari identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat, kelima sebagai masa yang menimbulkan ketakutan, keenam sebagai masa yang tidak realistik, ketujuh sebagai masa dewasa, remaja mengalami kebingungan atau

kesulitan di dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan di dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa.

Perkembangan kepribadian pada dasarnya dipengaruhi oleh interaksi internal dan eksternal individu. Hurlock (1990) mengatakan bahwa dalam interaksi ini individu menyeleksi segala sesuatu dari lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan. Menurutnya, apabila interaksi ini harmonis, maka dapat diharapkan terjadi perkembangan kepribadian dan penyesuaian sosial yang sehat. Sebaliknya apabila tidak harmonis maka diduga akan muncul masalah perilaku.

Remaja putri yang tinggal di pondok pesantren dibiasakan untuk hidup mandiri dengan mengurus keperluannya sendiri-sendiri. Selain harus mandiri, para santri juga diharapkan untuk mampu melakukan penyesuaian sosial di pondok pesantren. Penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan kemampuan santri untuk menerima dan menghormati hak-hak orang lain, seperti menghargai sesama pendapat antar santri. Mampu mengembangkan dan memelihara persahabatan dengan individu lain, memiliki rasa empatik terhadap kesejahteraan orang lain seperti ketika ada teman yang kehabisan peralatan mandi, santri yang lain diharapkan untuk bersedia berbagi dan ketika terdapat teman yang sakit santri yang lain bersedia untuk membantu, tidak egois dan memiliki sifat rendah hati, serta mampu mematuhi dan menghormati peraturan yang berlaku dalam lingkungan seperti ketika harus bangun subuh, mengikuti sholat berjamaah dan berbagai kegiatan yang diwajibkan oleh pondok pesantren. Serta santri dapat menjalin hubungan baik dalam berinteraksi dengan orang-orang yang berada di lingkungan pondok pesantren. Interaksi santri meliputi interaksi dengan sesama

santri dan juga dengan pengurus serta ustad dan ustadzah yang ada di pondok pesantren. Interaksi santri tidak hanya dengan berbincang-bincang, tetapi juga bagaimana santri bersikap ketika dengan ustad dan ustadzah yang ada di pondok pesantren. Hal-hal tersebut merupakan aspek penyesuaian sosial santri terhadap kehidupannya di pesantren menurut Schneiders (dalam Meding, 2015).

Pola interaksi santri di rumah dan di pesantren sangat berbeda. Pada saat di rumah santri terbiasa dengan keluarga, mendapatkan perhatian langsung dari keluarga, tinggal dekat dengan orang tua dan saudara, sehingga individu menjalankan aktifitas dengan baik. Berbeda dengan santri yang baru saja tinggal di pondok pesantren, yang harus hidup mandiri dan berjauhan dengan orang tua. Handono dan Bashori (2013) menyatakan bahwa, keadaan yang seperti itu akan membuat para santri mengalami perubahan dan penyesuaian sosial terhadap lingkungan baru yang ditempatinya, seperti harus bertemu dan berinteraksi dengan orang-orang baru, serta harus beradaptasi dengan peraturan-peraturan dan kebiasaan-kebiasaan baru yang berada di pondok pesantren. Kebiasaan-kebiasaan tersebut tidak hanya kegiatan-kegiatan yang diwajibkan oleh pondok pesantren, tetapi juga meliputi kebiasaan untuk mengantri pada saat hendak mengantri, karena kamar mandi yang biasanya disediakan oleh pondok pesantren sangat terbatas. Selain harus mengantri, para santri juga harus mencuci sendiri pakaian mereka. Tiap santri juga wajib melakukan piket untuk membersihkan kamar mandi sesuai jadwal yang sudah ditentukan oleh pengurus asrama. Begitu juga dengan kebiasaan makan, santri perlu membiasakan diri untuk makan dengan menu yang disediakan oleh pondok pesantren. Terlebih santri dilarang untuk

membeli makanan di luar pondok pesantren. Permasalahan yang sering dirasakan santri saat pertama kali tinggal di pondok pesantren adalah hambatan penyesuaian diri, kesulitan bergaul, sulit berkomunikasi dengan teman maupun lingkungan tempat tinggal, serta masih selalu ingat dengan orang tua dan rumah.

Penyesuaian sosial yang baik adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Willis, 2005). Penyesuaian sosial yang baik akan menjadi salah satu hal yang penting untuk para remaja putri yang tinggal di pondok pesantren karena akan membantu remaja putri pada saat terjun dalam kegiatan dan kehidupan luas di pondok pesantren. Meskipun demikian, penyesuaian sosial yang baik bukanlah hal yang mudah (Hurlock, 1978).

B. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dalam penelitian ini terdiri dalam dua jenis, pertanyaan utama dan pertanyaan penjelas. Pertanyaan utama yaitu: Bagaimana proses penyesuaian sosial remaja putri yang tinggal di pondok pesantren?

pertanyaan penjelas untuk pertanyaan utama yaitu:

1. Bagaimana cara partisipan menghargai orang lain yang berada di lingkungan sekitar?
2. Bagaimana cara partisipan melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan yang ada di lingkungan?
3. Ceritakan, bagaimana hubungan partisipan dengan orang-orang yang berada di lingkungan sekitar?
4. Jika dihadapkan dengan teman yang sedang memerlukan bantuan, tapi pada saat yang bersamaan partisipan juga memerlukan hal tersebut, apa yang akan partisipan lakukan?
5. Bagaimana cara partisipan menerima peraturan-peraturan baru yang ada di lingkungan?