

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa kritis bagi pembentukan kepribadiannya. Kritis disebabkan karena sikap, kebiasaan dan pola perlakuan sedang dimapankan, dan ada atau tidak adanya kemampuan itu menjadi penentu apakah remaja bersangkutan dapat menjadi dewasa dalam artian memiliki keutuhan atau tidak (Susanto, 2018). Masa remaja bukanlah akhir dari pembentukan kepribadian, tetapi merupakan salah satu tahapan utama pembentukan kepribadian (Oktavia, 2023).

Remaja membutuhkan dukungan dari orang tua untuk mendapatkan berbagai akses kesempatan. Orang tua perlu merubah pola pikirnya, dimana orangtua bukanlah satu-satunya pengambil keputusan atas hidup remaja, tetapi lebih sebagai mentor sehingga setiap keputusan diambil berdasarkan diskusi (Setiawan, 2021). Sementara itu, banyak orangtua yang memiliki anak berusia remaja merasakan bahwa usia remaja adalah waktu yang sulit. Banyak konflik yang dihadapi oleh orang tua dan remaja itu sendiri. Banyak orangtua yang tetap menganggap anak remaja mereka masih perlu dilindungi dengan ketat sebab di mata orang tua, para anak remaja masih belum siap menghadapi tantangan dunia orang dewasa (Susanto, 2018).

Kesadaran orang tua akan pentingnya membina pada anak terwujud dalam pilihannya dalam memilih lembaga pendidikan untuk anak-anaknya. Seiring dengan kemajuan ekonomi sekolah berasrama yang modern tumbuh

dan berkembang semakin pesat terutama di kota-kota besar (Tuzzahra, 2016). Kesadaran akan pentingnya agama dalam kehidupan yang disebut Schutz (1967) sebagai *the life world* dimana dunia ini merupakan satu kehidupan yang memebentuk dan menghidupkan benak pada orang tua.

Menurut Bambang Pronowo, Guru Besar Sosiologi Islam di UIN Syarif Hidayatullah fenomena berkembangnya sekolah Islam ini disebabkan oleh kesibukan para orang tua modern dengan pekerjaannya. Orang tua pada umumnya semakin lama semakin sibuk sementara di *boarding* akan terawasi dan terbimbing selama 24 jam oleh pengawas dan tutor-tutor. Jadi aktivitasnya lebih terjamin (Nugroho, 2011). Aktivitas disekolah dan asrama yang cukup padat dan ruang gerak kegiatan di asrama yang dibatasi dengan tata tertib yang ditetapkan oleh pihak asrama, dirasa terlalu banyak dan mengekang oleh sebagian siswa, sehingga membuat para siswa merasa jenuh dan bosan tinggal di asrama (Muna, 2013).

Sekolah berasrama merupakan model sekolah yang memiliki tuntutan yang lebih tinggi jika dibanding sekolah regular (Vembriarto, 1993). Tuntutan tersebut dapat memberikan dampak positif maupun negatif, dampak positif dari sekolah berasrama membangun wawasan pendidikan keagamaaan, tidak hanya pada tataran teoritis tetapi implementasi kehidupan, membangun wawasan nasional peserta didik sehingga terbiasa berinteraksi dengan teman sebaya berbagai latar belakang, dapat melatih menghargai pluralitas dan menjamin keamanan sehingga terhindar dari pergaulan bebas. Dari tingginya tuntutan tersebut ada anak yang sulit untuk memisahkan keinginan dan

kepuasan, ada yang takaran kepuasannya tidak terpenuhi dan menuntut terus, dalam usia muda mungkin anak hendaknya telah dilatih untuk menyesuaikan diri dan dapat memisahkan keinginan dan kepuasan (Gunarsa, 1972).

Remaja yang mampu menyesuaikan diri dengan baik maka dapat hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, merasa puas terhadap diri sendiri, merasa bahagia karena ia tidak tertekan dengan situasi tempat ia berada dengan ketenangan jiwa, menerima dirinya dan orang lain, mempunyai tujuan yang nyata, sehingga mampu mengendalikan diri dan bertanggung jawab (Susanto, 2018). Ali & Asrori (2011) menyatakan bahwa penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik,. Hubungan yang harmonis antara individu dengan lingkungan dapat berjalan apabila individu mampu menyesuaikan diri. Penyesuaian diri dengan lingkungan adalah proses individu berusaha menyesuaikan dengan masyarakat atau lingkungan (Gainau, 2009).

Menurut Kartono (2000) penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Tidak sedikit remaja yang gagal dalam melakukan penyesuaian diri. Kegagalan melakukan penyesuaian diri membuat remaja cenderung menarik diri atau melakukan tindakan agresif yang cenderung memunculkan perilaku-perilaku anti sosial (Susanto, 2018).

Riset menyebutkan bahwa semakin baik penyesuaian diri, maka tingkat stresnya akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya (Azara & Noorrizki, 2019). Individu dengan kemampuan adaptasi yang baik punya peluang yang besar untuk terhindar dari stres. Sayangnya, kemampuan adaptasi juga tidak mudah dan melibatkan banyak faktor. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap adaptasi menurut Schneiders (1964) antara lain: 1) Kondisi dan determinan fisik, meliputi keturunan, susunan fisik, sistem saraf, kelenjar dan otot, kesehatan. 2). Perkembangan dan pematangan meliputi pematangan intelektual, sosial, moral dan emosional 3) Pengalaman psikologi meliputi pengalaman, pembelajaran, kondisi penentu nasib sendiri, frustrasi dan konflik. 4) Kondisi lingkungan meliputi rumah, keluarga, dan sekolah. 5) Penentu budaya termasuk agama.

Hurlock (2004) mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yang sulit dicapai yaitu penyesuaian diri. Siswa yang mengalami ketidakmampuan penyesuaian diri dan sosial disekolah perilaku yang biasa muncul melakukan penyimpangan antara lain: pelanggaran tata tertib, sering datang terlambat, tidak masuk kelas tanpa alasan, meninggalkan jam pelajaran tanpa izin (membolos), tidak mengerjakan PR, sulit bekerja sama, mengganggu teman, mengisolir diri, merusak fasilitas sekolah, mencuri, melakukan pemerasan dan kekerasan (*bullying*), dan berkelahi dengan teman sendiri (Susanto, 2018). Dampak psikologis mungkin bisa terjadi seperti kesulitan belajar, keluhan stress, ingin hidup bebas, kecemasan *mood swing* dan keluhan *somatic* juga pasti dirasakan oleh mereka. Hal-hal tersebut pasti

bisa dihadapi dengan baik asalkan mempunyai kapasitas penyesuaian diri yang baik (Edi, 2021).

Siswa yang memilih sekolah di asrama sudah sepatutnya bisa bersikap mandiri dalam mengurus dirinya sendiri dan mempersiapkan dirinya untuk mengambil keputusan. Hal ini didukung dari siswa sekolah asrama yang melatih diri mereka untuk siap dalam menyesuaikan diri dengan berbagai macam perubahan kehidupan seperti asrama yang baru dengan aturan dan dinamika kehidupan yang baru bagi individu, serta perubahan lain yang diakibatkan jauh dengan orang tua (Wijaya, 2007). Namun pada kenyataannya penulis menemukan fenomena bahwa tidak semua siswa di asrama mampu menyesuaikan diri. Fenomena tersebut penulis temukan melalui wawancara pada subjek siswi *Islamic boarding school*.

Bedasarkan hasil kuesioner yang sudah peneliti sebar diisi sebanyak 30 responden yang semua adalah siswi remaja putri berusia 16-21 tahun, ditemukan hasil bahwa, dari 30 responden 63% mereka beranggapan hal yang wajar jika siswi di asrama masih membutuhkan penyesuaian diri terkadang mereka tertekan dan bingung untuk meminta bantuan karena berjauhan dengan keluarga. Alasan mereka masih bertahan yaitu ingin membuat bangga orang tua, selain itu untuk mengatasi kesulitan beradaptasi siswi lebih banyak untuk mengobrol dengan teman dan melakukan hal lain yang disukai seperti tidur, makan, menulis dan lain-lain. Selanjutnya 30 responden 63% mempercayai bahwa tugas yang diberikan oleh Guru dapat meningkatkan keahlian siswi mengerahkan kekuatan yang ada dalam diri dengan belajar sungguh-sungguh,

menyalurkan minat dan bakat seperti mengikuti ekstrakurikuler, dan mentaati peraturan dengan disiplin waktu. Selanjutnya 30 responden 56% menyatakan dalam bertindak atas kesalahan yang ia lakukan siswi menerima, mengevaluasi kesalahan, dan memperbaiki diri. Rutinitas sehari-hari siswi untuk mengurangi kebosanan beragam salah satunya dengan melakukan hal lain seperti jalan-jalan di area asrama, mengaji, menggambar, menyanyi menulis *diary* dan terkadang ada siswi yang merubah sedikit rutinitas dengan melanggar peraturan.

Salah satu kasus yang berkaitan dengan penyesuaian diri ditemui penulis di *Islamic boarding school* MA NU Banat Kudus siswi baru *islamic boarding school* kelas X subjek pertama yang berinisial; J berusia 16 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang dilakukan pada tanggal 8 Oktober 2023 yang menyatakan kesulitan dalam menyesuaikan diri pada lingkungan baru dimana sistem pembelajarannya berbeda dengan sekolah sebelumnya sehingga merasa bingung untuk membagi waktu karena padatnya jam sekolah ditambah jam pembelajaran pondok. Subjek juga masih berusaha memahami temannya dengan berbagai latar belakang dan merasa sedih karena berjauhan dengan orangtuanya. Dengan berjalannya waktu siswi tersebut bisa menyesuaikan diri dengan mengerahkan segala potensi yang ada dalam pada dirinya untuk mencapai keberhasilan dengan patuh terhadap peraturan, nasihat guru, rajin berangkat sekolah, dan bersabar atas hambatan kesulitan dalam belajar.

Hasil wawancara subjek yang kedua kelas XII berinisial; D berusia 18 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang dilakukan pada tanggal 10

November 2023 menyatakan bahwa subjek adalah orang yang pendiam kecuali pada orang yang dipercayai, subjek merasa teman-teman sekelas menjauhi dirinya, dan menganggap dirinya terasingkan. Terkait bagian akademik subjek bisa mengikuti pembelajaran dengan baik, termasuk tipe anak yang rajin dibandingkan temannya yang lain. Seperti dalam kegiatan upacara di sekolah teman-teman sekelas tidak ada yang mau disamping subjek sehingga merasa dikucilkan. Subjek juga merasa kesulitan dalam bergaul dan menjalin komunikasi sampai kelas XII ini, tidak menutup kemungkinan subjek biasanya curhat dengan tenaga kependidikan sekolah untuk dimintakan saran dan masukan dalam menjalani aktivitas di asrama.

Hasil wawancara dengan subjek ketiga kelas XI berinisial; C berusia 17 tahun dengan jenis kelamin perempuan yang dilakukan pada tanggal 15 November 2023 menyatakan bahwa pertama masuk sekolah di MA NU Banat *Islamic boarding school* bukan dari keinginannya sendiri melainkan dari orangtuanya sehingga kesan pertama tidak betah. Cara yang dilakukan subjek dalam mempertahankan diri yaitu menyenangkan diri dan melakukan yang ingin dilakukan seperti melampiaskan diri dengan membolos sekolah, kurang aktif dalam kegiatan sekolah, dan melakukan hal sesuai keinginannya tanpa berfikir panjang dampak kedepannya. Subjek berteman dengan semua netral tidak berkelompok dan tidak mempunyai teman dekat yang dipercaya. Dengan melakukan hal tersebut subjek bisa bertahan dilingkungan yang sekarang ini.

Data *preliminary* yang diperoleh dari beberapa responden menunjukkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh aktualisasi diri. Hal ini sebagaimana pendapat (Fakhriyani, 2019) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah aktualisasi diri. Aktualisasi diri adalah suatu kondisi ketika seseorang mengerahkan seluruh potensi dirinya dan kepercayaan dirinya untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat sekuat mungkin (Maslow, 2017). Aktualisasi diri sangat penting dimana tahap ini menuntut kemampuan kita untuk menjalin koneksi atau relasi dengan orang lain (Gunarsa, 1995).

Aktualisasi diri merupakan hasrat individu untuk menyempurnakan dirinya melalui pengungkapan segenap potensi yang ada dalam dirinya sehingga berusaha menjadi apa yang dicita-citakan dan berusaha bergerak maju, berjuang penuh, serta memiliki kebaikan yang positif (Crain, 2007). Seseorang yang mampu mengaktualisasikan diri akan melihat kesulitan dalam hidup sebagai sesuatu yang harus dicarikan solusinya, bukan dijadikan masalah yang merintanginya dicerca atau menyebabkan menyerah pada kesulitan tersebut. Baginya proses lebih penting dari pada hasil. Selain itu mempunyai selera humor, mampu menerima dirinya dan orang lain apa adanya. Adapun orang yang mempunyai aktualisasi diri rendah akan merasa dirinya tidak mampu melakukan apa-apa dan tidak mampu mengenali dirinya dengan baik sehingga untuk mengembangkan potensinya akan mengalami hambatan (Rachman, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2013) dengan judul "*Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Aktualisasi Diri Remaja*

di Lembaga Permasalahatan Anak Blitar” menunjukkan bahwa untuk mencapai aktualisasi diri yang maksimal maka dibutuhkan adanya penyesuaian diri yang baik sehingga dapat membawa dampak positif untuk individu itu sendiri dan sebaliknya.

Data *preliminary* juga menunjukkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh determinasi diri, sebagaimana pendapat Schneiders (Asrori, 2016) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah determinasi diri. Determinasi diri adalah kemampuan diri dalam mengidentifikasi keinginan yang berkaitan dengan otonomi, kompetensi, dan relasi dalam rangka mencapai tujuan. (Ryan & Deci 2000). Siswa memiliki determinasi diri yang tinggi maka dapat menuntaskan kegiatan akademiknya dengan mandiri, berkompetensi dan memenuhi tugas serta kewajibannya sebagai seorang pelajar. Sedangkan siswa yang memiliki determinasi diri rendah maka kurang bertanggung jawab pada tugas, kurang menyadari tujuan yang harus dicapai, kurang memiliki usaha dalam mencapai tujuannya, kurang memiliki motivasi pada pencapaian prestasi, belum mandiri dalam pengambilan keputusan dan belum mampu bekerja sama dengan lingkungan sekitar (Nilamsari, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lusiana (2019) yang berjudul “*Hubungan antara Determinasi Diri dan Penyesuaian Diri Siswi Kelas VII SMP “SK” Jakarta Barat Tahun Ajaran 2018/2019*” menghasilkan hubungan yang positif dan signifikan. Penelitian terdahulu oleh Firliani (2018) “*Hubungan Determinasi Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Santri*

Tsanawiyah Pondok Pesantren Darussalam Balun-Kejapanan” menghasilkan hubungan positif yang sangat signifikan determinasi diri dan peyesuaian diri santri tsanawiyah Pondok Pesantren Darussalam Balun-Kejapanan.

Berdasarkan uraian fenomena dan hasil wawancara yang di dukung oleh penelitian terdahulu di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam terkait penyesuaian diri, aktualisasi diri, dan determinasi diri, dalam penelitian dengan judul “Hubungan antara Aktualisasi Diri dan Determinasi Diri dengan Penyesuaian Diri Siswi *Islamic Boarding School*”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris mengenai hubungan antara aktualisasi diri dan determinasi diri dengan penyesuaian diri pada siswi *Islamic boarding school*.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan psikologis terutama dalam bidang psikologi pendidikan berkaitan dengan hubungan antara aktualisasi diri dan determinasi diri dengan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai hubungan antara aktualisasi diri dan determinasi diri dengan penyesuaian diri, serta mengenai bagaimana seharusnya dalam perannya sebagai siswi bersikap di lingkungan akademik.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.