

# KORELASI PERAN KELUARGA TERHADAP PENYESUAIAN DIRI REMAJA

**Juli Andriyani**

Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
anya\_ifa@yahoo.co.id

## ABSTRACT

*There are some teens who have failed in the adjustment itself, such as inability to undertake real appearance, unable to adapt to a variety of groups, can not interact socially with the community, can not accept his situation. This failure was provoked by a problem with the family, such as economic status of parents down to the middle, the parents are very busy at work, parents who are less attentive to their children, parents who are too authoritarian, causing the child lacks self-esteem, no confidence, academic achievement is low, less able to hang out with friends, having problems when adjustments with friends that the economic status of their parents upper middle, the child became naughty, hostility, anxiety, and aggressive. The purpose of this study to determine the extent of the role of family environment on the adolescent ctadjustment.. This research uses quantitative methods. Based on the results of data analysis in this study obtained the  $r$  value of 0.769 and significance of  $P = 0.000$  ( $P < 0.01$ ) means that there is a role that is very positive and very significant between family environment to the adjustment. Family environment is one of the variables that contribute relative to the adjustment in the amount of 59.2%. It is clear that the better the family environment, the better adolescent adjustment, and vice versa. Families are required to realize the positive values, religious values that nurtured the child's personality is good and able to adjust in society.*

*Keywords: Family Environment, Adjustment*

## ABSTRAK

Penelitian ini diawali dengan beberapa kenyataan bahwa banyak remaja yang mengalami kegagalan dalam penyesuaian dirinya. Kegagalan tersebut diprovokasi oleh masalah dengan keluarga seperti status ekonomi orang tua menengah ke bawah, orang tua yang sangat sibuk bekerja, orang tua yang kurang perhatian kepada anak-anaknya, orang tua yang terlalu otoriter sehingga menyebabkan anak kurang memiliki harga diri, tidak percaya diri, prestasi belajar rendah, kurang dapat bergaul dengan teman, sehingga anak menjadi nakal, sikap bermusuhan, gelisah, dan agresif dalam penyesuaian dirinya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui korelasi peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Variabel bebas adalah keluarga dan variabel dependen adalah penyesuaian diri. Subyek berjumlah 125 responden yang dipilih dengan menggunakan teknik *random sampling*. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan metode dalam bentuk skala Likert. Analisis data menggunakan teknik korelasi Product moment Karl Person, dengan SPSS versi 17.0 for Windows.

**Kata kunci: Keluarga, Penyesuaian diri**

## A. PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah suatu unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan, mulai dari anak bergantung kepada ibu, ayah kakak, abang maupun sebaliknya kesemuanya saling membutuhkan. Yusuf menyatakan keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak, sehingga kedudukan keluarga dalam perkembangan psikologis anak sangatlah dominan.<sup>1</sup>

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu menjadi bagian dari lingkungan tertentu dimanapun individu berada, ia akan berhadapan dengan harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhinya. Di samping itu individu juga memiliki kebutuhan, harapan, dan tuntutan di dalam dirinya, yang harus diselaraskan dengan tuntutan dari lingkungan. Bila individu mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka dikatakan bahwa individu tersebut mampu menyesuaikan diri. Jadi, penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai cara tertentu yang di lakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang di hadapi.<sup>2</sup>

Proses perkembangan penyesuaian diri remaja ditandai dengan muncul dinamika perkembangan dalam keluarga yang sangat tinggi, membawa implikasi imperatif akan pentingnya intervensi pendidikan yang dilakukan secara sistematis dengan sungguh-sungguh, dan terkoordinir guna membantu proses perkembangan remaja agar berkembang kearah yang lebih baik. Peran pendidikan yang dapat dilakukan orangtua antara lain, dalam kehidupan keluarga mesti terciptanya suatu interaksi yang bersifat edukatif, orangtua dapat memberi stimulus agar terhindar dari identitas yang negatif pada diri remaja yang sesungguhnya, dan orang tua dapat dijadikan sebagai model bagi remaja dalam segala tingkah laku yang menyilang sehingga dapat mengganggu proses perkembangan penyesuaian diri.

Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun

---

1. Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, hlm 138

2. Agustiani, 2006. *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama, hlm 146

masyarakat pada umumnya. Kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja. Remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusianya. Adanya perubahan baik di dalam (*introvert*) maupun dari luar (*extrovert*) dirinya itu membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya.

Individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung pada orang tua merupakan ciri-ciri masa remaja awal (12-15 tahun). Fokus dari tahap ini adalah penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya.<sup>3</sup>

Schaneiders juga mengatakan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah individu yang mempunyai keterbatasan pada dirinya, belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien, dan memuaskan, serta dapat menyelesaikan konflik, frustrasi, maupun kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku.<sup>4</sup>

Pendidikan merupakan salah satu cara individu menyesuaikan diri selama periode penyesuaian diri itu, ada masa dimana individu tidak begitu saja dilepaskan dari pengaruh luar, sehingga dibentuklah usaha dalam cara mengatur pengaruh luar itu dengan sebaik-baiknya, disesuaikan dengan sifat-sifat kodrat anak didik yang dikenal dengan nama sekolah. Sedangkan selama hidup manusia dihadapkan dengan proses penyesuaian diri terhadap keadaan baru, perubahan suasana dan kebutuhan baru. Pengalaman-pengalaman pahit dan manis menjadi suatu pelajaran bagi usaha penyesuaian diri agar anak didik pada usia selanjutnya mampu mengadakan penyesuaian diri secara layak dan sehat. Pendidik berkewajiban melatih anak didik menyadari kemampuannya, mengadakan penyesuaian diri terhadap pengaruh dan tuntutan luar melalui cara yang benar agar dapat hidup dengan harmonis.

Tindak kriminal penyalahgunaan narkoba, seks bebas, aborsi dan tawuran adalah beberapa contoh dari kegagalan penyesuaian diri terhadap tekanan dan frustrasi yang dialami dari lingkungan. Karena tuntutan dari kemiskinan yang diteritinya, seorang individu mampu melakukan tindak kriminal seperti mencuri, menodong bahkan membunuh. Begitu pula dengan perubahan yang dialami oleh seseorang dalam lingkungannya, perubahan tersebut akan menjadi sumber stres dan ia dituntut untuk menyesuaikan diri sehingga terbentuk kembali keharmonisan antara kebutuhan dirinya dan tuntutan lingkungan.

Hasil observasi awal terdapat beberapa remaja yang mengalami kegagalan dalam penyesuaian dirinya, seperti tidak mampu melakukan penampilan nyata, tidak mampu menyesuaikan diri dengan berbagai kelompok, tidak bisa berinteraksi sosial dengan masyarakat, tidak bisa menerima keadaan dirinya. Kegagalan tersebut diprovokasi oleh masalah dengan keluarga seperti, status ekonomi orang tua menengah ke bawah, orang tua yang sangat sibuk bekerja, orang tua yang kurang perhatian kepada anak-anaknya, orang tua

---

3. *Ibid*, hlm 28-29

4. *Ibid*, hlm 146

yang terlalu otoriter sehingga menyebabkan anak kurang memiliki harga diri, tidak percaya diri, prestasi belajar rendah, kurang dapat bergaul dengan teman, mengalami kendala saat penyesuaian diri dengan teman yang status ekonomi orang tuanya menengah ke atas, anak menjadi nakal, sikap bermusuhan, gelisah, dan agresif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan betapa pentingnya peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja. Keluarga mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam membantu proses penyesuaian diri remaja untuk bisa berinteraksi dengan teman-teman di sekolah serta menjalin hubungan dengan orang-orang dewasa di luar lingkungan rumah dan sekolah, yaitu lingkungan masyarakat baik dalam hal negatif maupun positif.

## 2. Landasan Teoritis

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekeliling manusia yang dapat mempengaruhi tingkah laku secara langsung maupun tidak langsung. Kehidupan manusia selalu berhubungan dengan lingkungan yang didalamnya diperlukan suatu interaksi dengan sesama manusia, baik secara individual maupun kelompok

Sudardja Adiwikarta dkk, berpendapat bahwa keluarga merupakan unit sosial terkecil yang bersifat universal, artinya terdapat pada setiap masyarakat didunia (*universe*) atau suatu sistem sosial yang terpancang (terbentuk) dalam system sosial yang lebih besar. Bentuk atau pola keluarga yaitu; keluarga inti (*Nuclear Family*) adalah keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak dan keluarga luas (*Extended family*) adalah keanggotaanya tidak hanya meliputi ayah, ibu dan anak yang belum berkeluarga, tetapi juga termasuk kerabat lain yang biasanya tinggal dalam satu rumah tangga bersama.<sup>5</sup>

Menurut Bens<sup>6</sup> keluarga memiliki lima fungsi dasar, yaitu;

- a. Reproduksi. Keluarga memiliki tugas untuk mempertahankan populasi yang ada di dalam masyarakat.
- b. Sosialisasi/edukasi. Keluarga menjadi sarana untuk transmisi nilai, keyakinan, sikap, pengetahuan, keterampilan, dan teknik dari generasi sebelumnya ke generasi yang lebih muda.
- c. Penugasan peran sosial. Keluarga memberikan identitas pada para anggotanya seperti ras, etnik, religi, sosial ekonomi, dan peran gender.
- d. Dukungan ekonomi. Keluarga menyediakan tempat berlindung, makanan dan jaminan kehidupan.
- e. Dukungan emosi/pemeliharaan. Keluarga memberikan pengalaman interaksi sosial yang pertama bagi anak. Interaksi yang terjadi bersifat mendalam, mengasuh, dan berdaya tahan sehingga memberikan rasa aman pada anak.

Menurut Yusuf faktor-faktor keluarga yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja

---

5. Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja...*, hlm 36

6. Lestari, S, 2012. *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta: PT Kencana Prenada Media Group, hlm 22

adalah sebagai berikut;

a. Faktor keberfungsian keluarga

Adapun faktor keberfungsian keluarga sebagai berikut; Saling memperhatikan dan saling mencintai, bersikap terbuka dan jujur, orang tua mau mendengarkan anak, menerima perasaannya dan menghargai pendapatnya, ada (*sharing*) masalah atau pendapat diantara anggota keluarga, mampu berjuang mengatasi masalah hidupnya, saling menyesuaikan diri dan mengakomodasi, orang tua melindungi anak, komunikasi antar anggota keluarga berlangsung dengan baik, keluarga memenuhi kebutuhan psikososial anak dan mewariskan nilai-nilai budaya, mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi.

b. Pola hubungan orang tua dan anak antara lain;

*Overprotection* (terlalu melindungi), *permissiveness* (pembolehan), *Rejection* (penolakan), *acceptance* (penerimaan), *domination* (dominasi), *submission* (penyerahan), *punitiveness/Overdiscipline* (terlalu disiplin)

c. Faktor kelas sosial dan status ekonomi

1. Kelas ke bawah (*Lower Class*) cenderung lebih keras dalam “*toilet training*” dan selalu menggunakan hukuman fisik, dibandingkan dengan kelas menengah. Anak-anak dari kelas kebawah cenderung lebih agresif, independen, dan lebih awal dalam pengalaman seksual.
2. Kelas menengah (*Middle Class*) cenderung lebih memberikan pengawasan, dan perhatiannya sebagai orangtua. Para ibunya merasa bertanggung jawab terhadap tingkah laku anak-anaknya, dan menerapkan control yang lebih halus. Mereka mempunyai ambisi untuk meraih status yang lebih tinggi, dan menekan anak untuk mengejar statusnya melalui pendidikan atau latihan profesional.
3. Kelas atas (*Upper Class*) cenderung lebih memanfaatkan waktu luangnya dengan kegiatan-kegiatan tertentu, lebih memiliki latar belakang pendidikan yang reputasinya tinggi, dan biasanya senang mengembangkan apresiasi estetikanya. Anak-anaknya cenderung memiliki rasa percaya diri, dan cenderung bersikap memanipulasi aspek realitas.<sup>7</sup>

Keluarga adalah suatu tempat yang tenang untuk bercurah kasih dan melepaskan segala beban, menurut Gunarsa aspek-aspek yang sangat mendukung dalam membentuk keluarga sejahtera sebagai berikut <sup>8</sup>;

a. Perhatian

Perhatian dapat diartikan sebagai “menaruh hati”. Memang menaruh hati pada seluruh anggota keluarga adalah peletak dasar utama hubungan baik diantara para

---

7. Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja...*, hlm 32

8. Gunarsa, S. D. 1999. *Psikologi untuk Keluarga*. Cetakan ke 13. Penerbit PT BPK. Gunung Mulia, hlm 42

anggota keluarga. Menaruh hati terhadap kejadian dan peristiwa di dalam keluarganya, berarti mengikuti dan memperhatikan seluruh perkembangan keluarganya. Lebih jauh lagi, orang tua dan anggota keluarga lainnya harus mengarahkan perhatian-perhatian untuk mencari lebih mendalam sebab-sebab dan sumber-sumber permasalahan. Juga perlu perhatian terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada setiap anggota keluarga.

b. Pengetahuan

Mencari pengetahuan dan menambah pengetahuan, bukan hanya monopoli siswa-siswa maupun mahasiswa. Dalam keluarga, baik orang tua maupun anak harus menambah pengetahuan tanpa henti-hentinya. Di luar rumah mereka hanya dapat menarik pelajaran dan inti dari segala yang dilihat dan dialaminya. Lebih penting lagi ialah usaha mencari tahu mengenai mereka yang “dekat”, yakni seluruh anggota keluarga. Biasanya kita lebih cenderung untuk memperhatikan kejadian-kejadian di luar keluarga, di luar rumah, sehingga kejadian-kejadian di rumah terdesak dengan kemungkinan kelak kembali dalam bentuk atau akibat yang tidak disangka dan rasa sesal akan kelalaian kita. Mengetahui setiap perubahan di dalam keluarga dan perubahan anggota keluarga, berarti mengikuti perkembangan setiap anggota.

c. Pengenalan diri

Pengenalan diri setiap anggota berarti juga pengenalan diri sendiri. Anak-anak biasanya belum mengadakan pengenalan diri dan baru akan mencapainya memalui bimbingan dalam keluarganya. Setelah anak banyak pergi keluar rumah dimana lingkungan sosial lebih luas pandangan dan pengetahuan diri mengenai kemampuan-kemampuan, kesanggupan-kesanggupan dan sebagainya akan menambah pengenalan dirinya. Pengenalan diri yang baik akan memupuk pula pengertian-pengertian.

d. Pengertian

Apabila pengetahuan dan pengenalan diri telah telah tercapai, maka lebih mudah menyoroti semua kejadian dan peristiwa-peristiwa yang terjadi di dalam keluarga. Masalah-masalah lebih mudah diatasi, karena banyak latar belakang kejadian lebih cepat terungkap dan teratasi. Dengan pengertian yang dimaksudkan memberikan pengertian terhadap setiap anggota keluarga agar dengan demikian dapat mengurangi masalah-masalah di dalam keluarga.

e. Sikap menerima

Sikap menerima setiap anggota keluarga, sebagai langkah kelanjutan pengertian, berarti ; dengan segala kelemahan, kekurangan dan kelebihan, ia seharusnya ia mendapat tempat dalam keluarga. Seseorang harus yakin bahwa sungguh diterima dan merupakan anggota penuh daripada keluarganya. Setiap anggota keluarga berhak atas kasih sayang orangtuanya. Sebaliknya anak harus pula menunaikan tugas dan kewajiban sebagai anak kepada orangtuanya. Setiap hak harus disertai kewajiban. Menerima atau hal-hal kekurangan-kekurangan yang tidak mudah atau sulit dapat diubah. Sikap menerima terhadap kekurangan-kekurangan ini

sangat perlu, supaya tidak menimbulkan kekesalan dan khronis. Kekecewaan yang disebabkan kegagalan, tidak tercapainya harapan, dapat merusak suasana keluarga dan mempengaruhi perkembangan-perkembangan lainnya.

f. Peningkatan Usaha

Setelah setiap anggota diterima dengan segala kekurangan dan kemampuannya sebagai anggota penuh yang menduduki tempatnya masing-masing dalam keluarga, perlu peningkatan usaha. Peningkatan usaha dilakukan dengan memperkembangkan setiap aspek dari anggotanya secara optimal. Peningkatan usaha ini perlu supaya tidak terjadi keadaan yang statis dan membosankan. Peningkatan usaha disesuaikan dengan setiap kemampuan, baik materi dari pribadinya sendiri maupun kondisi lainnya. Sebagai hasil peningkatan usaha, tentu akan timbul perubahan-perubahan lagi.

Setiap perubahan baik dari pihak orang tua maupun anak memerlukan penyesuaian. Penyesuaian terhadap perubahan-perubahan yang dialami oleh dirinya sendiri akibat perkembangan biologis maupun perkembangan psikologis. Penyesuaian meliputi penyesuaian terhadap perubahan-perubahan diri sendiri, perubahan diri anggota keluarga lainnya dan perubahan-perubahan di luar keluarga.

Kartono menyatakan penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmonisasi pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Sehingga permusuhan, kemarahan, depresi, dan emosi negatif lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis.<sup>9</sup> Menurut Fatimah penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan.<sup>10</sup> Ada beberapa faktor yang dianggap menciptakan penyesuaian diri yang sehat ;

a. Lingkungan Keluarga yang Harmonis

Keluarga yang harmonis di dalamnya terdapat cinta, kasih sayang dan respek, toleransi, rasa aman dan kehangatan, seorang anak akan dapat melakukan penyesuaian diri secara sehat dan baik. Remaja dekat dengan keluarga merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwa seorang anak.

b. Lingkungan Teman Sebaya

Teman sebaya merupakan lingkungan perkembangan yang sangat dekat dengan remaja. Suatu hal yang sulit bagi remaja adalah menjauh dari teman dan dijauhi teman. Remaja mencurahkan kepada teman-temannya apa yang tersimpan di dalam hatinya. Para remaja menggunakan teman sebayanya untuk proses pengembangan jati dirinya.

c. Lingkungan Sekolah

Sekolah mempunyai tugas yang tidak hanya sebatas pada masalah pengetahuan dan informasi saja. Tetapi juga mencakupi tanggung jawab moral dan sosial secara

---

9. Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju, hlm 32

10. Fatimah, 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV Pusaka Setia, hlm 203

luas dan kompleks. Demikian pula guru, tugasnya tidak hanya mengajar saja tetapi juga berperan sebagai pendidik, pembimbing dan pelatih bagi murid-muridnya serta mampu menyusun sistem pendidikan yang sesuai dengan perkembangan tersebut.

Penyesuaian diri memiliki beberapa karakteristik menurut pendapat Hurlock menyebutkan terdapat empat karakteristik dalam menentukan sejauh mana penyesuaian diri seseorang mencapai ukuran baik, yaitu sebagai berikut ;

a. Penampilan Nyata melalui Sikap dan Tingkah Laku yang Nyata (*overtperformance*)

Perilaku sosial individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata adalah (1) aktualisasi diri yaitu proses menjadi diri sendiri, mengembangkan sifat-sifat dan potensi diri, (2) keterampilan menjalin hubungan antar manusia yaitu kemampuan berkomunikasi, kemampuan berorganisasi, dan (3) kesediaan untuk terbuka pada orang lain, yang mana sikap terbuka adalah sikap untuk bersedia memberikan dan sikap untuk bersedia menerima pengetahuan atau informasi dari pihak lain.

b. Penyesuaian Diri terhadap Berbagai Kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah (1) kerja sama dengan kelompok yaitu proses beregu (berkelompok) yang mana anggota-anggotanya mendukung dan saling mengandalkan untuk mencapai suatu hasil mufakat, (2) tanggung jawab yaitu sesuatu yang harus kita lakukan agar kita menerima sesuatu yang dinamakan hak, dan (3) setia kawan yaitu saling berbagi, saling memotivasi dalam kebaikan.

c. Sikap Sosial

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap sosial adalah ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat, berempati, dapat menghormati dan menghargai pendapat orang lain.

d. Kepuasan Pribadi

Individu harus dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kepercayaan diri, disiplin diri dan kehidupan yang bermakna dan terarah.<sup>11</sup>

Masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/fungsi untuk memasuki masa dewasa. Masa remaja berlangsung

---

11. Sa'adah, M. A. 2010. *Hubungan antara Penyesuaian Diri Sosial dengan Penerimaan kelompok teman Sebaya di SMK Negeri 2 Malang*. Diakses pada tanggal 21 Agustus 2013 <http://lib.uin-malang.ac.id/files/thesis/fullchapter/06410060.pdf>

antara umur 12 sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 sampai dengan 22 tahun bagi pria<sup>12</sup>

Menurut Erikson remaja merupakan masa pencarian suatu identitas menuju kedewasaan. Masa remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang mana fase perkembangan pada remaja tengah berada pada masa potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik. Pencarian jati diri merupakan proses dari perkembangan pribadi anak.<sup>13</sup>

Proses penyesuaian diri menurut Secneiders<sup>14</sup> dapat ditunjukkan sebagai berikut ;

a. Motivasi dan Proses Penyesuain Diri

Faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Respons penyesuaian, baik atau buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Kualitas respons, apakah itu sehat, efisien, merusak, atau patologis ditentukan oleh kualitas motivasi selain juga hubungan individu dengan lingkungan. Motivasi yang sangat utama berasal dari lingkungan keluarga

b. Sikap terhadap Realitas dan Penyesuaian Diri

Berbagai aspek penyesuaian diri di tentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia disekitarnya, benda-benda dan hubungan-hubungan yang berbentuk realitas.

c. Pola Dasar Proses Penyesuaian Diri

Dalam penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri. misalnya seorang anak membutuhkan rasa kasih sayang dari orang tuanya yang selalu sibuk. Dalam situasi itu, anak akan frustasi dan berusaha menemukan pemecahan yang berguna untuk mengurangi ketegangan antara kebutuhan akan kasih sayang dengan frustasi yang dialami. Boleh jadi, suatu saat upaya yang dilakukan itu mengalami hambatan. Akhirnya dia akan beralih pada kegiatan lain untuk mendapat kasih sayang yang dibutuhkannya, misalnya dengan mengisap-isap ibu jarinya sendiri. Demikian juga pada remaja, akan mengalami ketegangan dan frustasi apabila terhambatnya keinginan memperoleh rasa kasih sayang, meraih prestasi, dan sejenisnya. Untuk itu, remaja akan berusaha mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat terpenuhi kebutuhannya.

Remaja yang hubungan keluarganya kurang baik juga dapat mengembangkan hubungan yang buruk dengan orang-orang diluar rumah sehingga akan menghambat penyesuaian social yang baik. Ada beberapa hal yang terjadi seperti perilaku tidak

---

12. Rumini dkk, 2004. *Psikologi Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Rineka Cipta, hlm 53

13. Santrock. 2003. *Development Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi Keenam. Alih Bahasa: Sinto B Adelar; Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga, hlm 40

14 Ali, M dan Asrori, M. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara, hlm 10

bertanggung jawab, sikap yang sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman yang akan menyebabkan remaja patuh pada standar-standar kelompok, terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasan yang diperoleh dari kehidupan sehari-hari dan akan banyak menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, proyeksi, dan denial<sup>15</sup>.

### 3. Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritis di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah, “Ada korelasi yang sangat signifikan antara peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja.

## B. METODE PENELITIAN

### 1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Keluarga itu merupakan segala sesuatu yang berada disekitar individu atau luar individu yang berhubungan dengan peranan penting dalam proses perkembangan individu yang mempunyai ikatan- ikatan, baik ikatan perkawinan, darah ataupun adopsi.

Penyesuaian diri suatu proses memperbaiki diri sesuai dengan norma atau tuntutan lingkungan yang berlaku dan ia mampu untuk menghadapi segala rintangan baik secara internal maupun secara eksternal agar ia bisa mencapai ketinggian keharmonisan untuk diri pribadinya sendiri serta mampu menempatkan dirinya di dalam lingkungan sebagai mana mestinya

### 1. Populasi dan Metode Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas dua yang jumlah populasinya berjumlah 210 orang. Adapun pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *random sampling* (Azwar, 2004). Berdasarkan tabel nomogram Harry King (Sugiyono, 2008), dengan tingkat kesalahan 5% maka dari populasi 210 siswa SMP Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar didapatkan jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 125 siswa.

### 2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala dimana merupakan suatu alat ukur subjektif yang dibuat berskala tujuannya adalah untuk mengungkap hal-hal yang sedang diteliti. Jenis skala yang akan penulis pakai adalah skala Likert (*Likert Scale*) yang telah dimodifikasi yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dan item memiliki dua tipe yaitu item favorable dan item unfavorable.

Uji validitas skala menggunakan validitas isi, dan uji reliabilitas menggunakan *Formula Alpha*. Untuk melakukan estimasi reliabilitas *Alpha* tes dapat dibelah menjadi beberapa bagian. Dalam pembelahan ini, sangat penting untuk menjadikan

---

15. Hurlock, EB, 1980, *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta : Erlangga, hlm 239

banyaknya item dalam setiap belahan sama sehingga diharapkan belahan-belahan itu seimbang<sup>16</sup>

### 3. Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan analisa, terlebih dahulu akan dilakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas yaitu:

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini dianalisa dengan menggunakan *One Sample Kolmogrov Test* dengan persyaratan data disebut normal jika probabilitas atau nilai  $p > 0,05$ <sup>17</sup>

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan uji F (ANOVA) dengan nilai signifikansi (*Linearity*) kurang dari 0,05 atau  $p > 0,05$ <sup>18</sup>

## C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Skala keluarga yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Gunarsa (1999; 42) yaitu ; perhatian, pengetahuan, pengenalan diri, pengertian, sikap menerima, peningkatan usaha, dan penyesuaian sebanyak 41 aitem. Sedangkan skala penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan karakteristik penyesuaian diri yang dikemukakan Hurlock (dalam Sa'adah, 2010; 37) yaitu penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial yang baik, dan kepuasan pribadi sebanyak 52 item.

### 1. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel hasil perhitungan *SPSS 17,0 For Windows*. Deskripsi yang tertera di bawah ini :

Deskripsi	Lingkungan Keluarga	Penyesuaian diri
<b>N</b>	125	125
<b>Mean</b>	161, 23	203, 82
<b>Std. Deviation</b>	40, 134	43, 111
<b>Minimum</b>	67	95
<b>Maximum</b>	225	279
<b>Sum</b>	20154	25477

Sumber: Olah data *SPSS 17,0 For Windows*, tahun (2014)

### 2. Pelaksanaan Skoring

Pemberian skor dilakukan berdasarkan jawaban subjek dari setiap item atribut

16. Azwar. S. 2005. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

17. Triton, PB. 2006. *SPSS 13.0 terapan : Riset Statistik Parametik*. Yogyakarta : Andi Offset

18. Priyatno, D. SE. 2008. *Analisis statistik data dengan SPSS*. Yogyakarta : Mediakom

penelitian. Skor perindividu pada skala lingkungan keluarga dan skala penyesuaian diri terdiri dari tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan terendah. (Azwar, 2010; 109)

Maka rentang frekuensi penelitian keluarga yang peneliti peroleh adalah rendah (67 - 120), sedang (121 - 200), dan tinggi (201 - 225). Penyesuaian diri, rendah (95 - 159), sedang (160 - 245), dan tinggi (246 - 279).

### 3. Kategorisasi Data Penelitian

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Keluarga	24 ( 19, 2% )	78 ( 62, 4 %)	23 ( 18, 4%)	125
Penyesuaian Diri	24 ( 19,2%)	77 ( 61, 6 %)	24 (19, 2%)	125

Sumber: Olah data *SPSS 17,0 For Windows*, tahun (2014)

#### a. Uji Normalitas Sebaran

- 1) Hasil uji normalitas sebaran variabel keluarga, nilai K-SZ adalah 1,203 dengan  $p=0,111 (> 0,05)$ , artinya skala tersebut memiliki sebaran item yang normal dan dapat digeneralisasikan ke populasi.
- 2) Hasil uji normalitas sebaran variabel penyesuaian diri, nilai K-SZ adalah 0,633 dengan  $p=0,818 (> 0,05)$  artinya skala tersebut memiliki sebaran item yang normal dan dapat digeneralisasikan ke populasi.

#### b. Uji Linieritas Hubungan

Hasil uji linieritas variabel keluarga dengan penyesuaian diri diperoleh nilai  $F = 1,781$  dengan  $p= 0,000 (< 0,05)$ . Berdasarkan uji linieritas yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa asumsi linier dalam penelitian ini terpenuhi.

Berdasarkan hasil korelasi yang didapatkan dari kedua variabel tersebut maka di peroleh nilai  $r = 0,769$  dan nilai  $P = 0,000 (P < 0,05)$  yang dapat di artikan bahwa adanya peran yang positif dan sangat signifikan antara keluarga dengan penyesuaian diri remaja, nilai koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar 0,592 artinya bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh keluarga (59, 2%).

Berdasarkan kategorisasi data penelitian diperoleh bahwa keluarga terdapat sebanyak 23 subjek (18,4%) berkategori tinggi, sebanyak 78 subjek (62,4%) berkategori sedang dan sebanyak 24 subjek (19,2%) berkategori rendah. Sedangkan kategorisasi data penelitian pada penyesuaian diri diperoleh bahwa sebanyak 24 subjek (19,2%) berkategori tinggi, sebanyak 77 subjek (61, 6%) berkategori sedang dan sebanyak 24 subjek (19,%) berkategori rendah.

Penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya Agustiani (2006; 146). Peran keluarga dalam membimbing anak sangat

membantu agar ia mudah dalam menyesuaikan diri dengan realita masyarakat baik dalam hal negatif maupun positif.

Seperti yang di ungkapkan oleh Schneiders ( dalam Ali dan Asrori, 2005; 181), Aspek-aspek lingkungan yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah seperti keluarga meliputi ayah, ibu, dan saudara kandung. Sekolah meliputi guru dan murid atau teman sebaya. Masyarakat meliputi lingkungan keluarga dan sekolah

#### **D. KESIMPULAN**

Lingkungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dan signifikan terhadap penyesuaian diri remaja dengan koefisien korelasi penelitian adalah  $r = 0,769$  dan signifikansi (P) 0,000 ( $P < 0,01$ ), artinya lingkungan keluarga merupakan salah satu variabel yang memberikan sumbangan relatif terhadap penyesuaian diri remaja yaitu sebesar 59,2% sedangkan 40,8 % dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menjelaskan bahwa semakin baik hubungan lingkungan keluarga maka semakin baik penyesuaian diri remaja, begitu juga sebaliknya semakin tidak baik hubungan lingkungan keluarga yang diterima oleh individu maka semakin tidak baik pula penyesuaian diri remaja tersebut.

Pengaruh pertama yang diterima oleh seorang anak dalam hidupnya ialah seorang sosok yang berada di sekelilingnya seperti lingkungan rumah, ayah dan keluarganya. Anak pertama sekali berkenalan dengan ibu dan ayah saudara-saudara serta anggota keluarga lainnya melalui komunikasi itulah terjadi proses penerimaan pengetahuan nilai-nilai apa saja yang hidup dan berkembang di lingkungan keluarga. Semua fase awal itu akan menjadi referensi kepribadian anak pada masa-masa selanjutnya, oleh sebab itu keluarga dituntut untuk merealisasikan nilai-nilai positif, nilai-nilai keagamaan sehingga terbina kepribadian anak yang baik dan mampu menyesuaikan diri di dalam masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, 2006. *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama
- Ali, M dan Asrori, M. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Arikunto, S. 2006. *Manajemen Penelitaian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2005. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fatimah, 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV Pusaka Setia
- Gunarsa, S. D. 1999. *Psikologi untuk Keluarga*. Cetakan ke 13. Penerbit PT BPK. Gunung Mulia.
- Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju
- Lestari, S, 2012. *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta: PT Kencana Prenada Media Group.
- Priyatno, D. SE. 2008. Analisis statistik data dengan SPSS. Yogyakarta : Mediakom.
- Rumini dkk, 2004. *Psikologi Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Santrock. 2003. *Development Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi Keenam. Alih Bahasa: Sinto B Adelar; Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Cetakan 13. Bandung: PT Alfabeta.
- Triton, PB. 2006. SPSS 13.0 terapan : *Riset Statistik Parametik*. Yogyakarta : andi.
- Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset
- Sa'adah, M. A. 2010. *Hubungan antara Penyesuaian Diri Sosial dengan Penerimaan kelompok teman Sebaya di SMK Negeri 2 Malang*. Diakses pada tanggal 21 Agustus 2013 <http://lib.uin-malang.ac.id/files/thesis/fullchapter/06410060.pdf>