

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam menjalankan kehidupannya manusia berperan sebagai makhluk sosial. Makhluk sosial memiliki interaksi sosial antar individu serta lingkungannya untuk memenuhi berbagai kebutuhannya, atau dapat diartikan sebagai makhluk yang berhubungan secara timbal-balik dengan manusia lain. Setiap kehidupan sehari-hari manusia akan berhadapan dengan berbagai bentuk penyesuaian, mulai dari yang sederhana sampai dengan rumit. Kemampuan mengendalikan kondisi fisik, mental, dan emosional serta tuntutan-tuntutan lingkungan maupun tekanan sosial dipengaruhi dan diarahkan oleh penyesuaian diri. Individu yang memiliki penyesuaian diri baik akan berusaha mencapai hubungan yang harmonis dengan lingkungannya.

Sebagai makhluk hidup yang membutuhkan kehadiran orang lain, dibutuhkan keselarasan diantara manusia itu sendiri dan mampu melakukan penyesuaian diri. Menurut Sunarto dan Agung (dalam Purnamasari, 2012) penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Dapat diketahui bahwa penyesuaian diri adalah hal yang harus dilakukan terus-menerus, agar tercipta hubungan yang lebih baik antara diri sendiri dan lingkungan.

Orang yang dipandang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah individu yang telah belajar bereaksi terhadap dirinya dan lingkungannya dengan cara-cara yang matang, efisien, memuaskan dan sehat, serta dapat

mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengembangkan perilaku simptomatik dan gangguan psikosomatik yang mengganggu tujuan-tujuan moral, sosial, agama, dan pekerjaan (dalam Ali & Asrori, 2015). Dapat dikatakan orang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik adalah orang yang mampu menciptakan dan mengisi hubungan antarpribadi dan kebahagiaan timbal balik yang mengandung realisasi dan perkembangan kepribadian secara terus-menerus.

Akan tetapi dalam kenyataannya, setiap manusia tidak selalu berhasil melakukan penyesuaian diri. Hal ini disebabkan rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan ia tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal. Rintangan-rintangan ini bersumber dari dalam dirinya sendiri dan di luar dirinya. Bagi sebagian individu lingkungan baru bisa menjadi stimulus atau penyebab terjadinya hambatan dalam melakukan penyesuaian diri dengan baik. Seperti seorang remaja yang melanjutkan pendidikan di Pondok Pesantren.

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan ke agamaan berbasis islam yang banyak memperoleh pengalaman baru. Banyak dari wilayah pedesaan, pinggiran kota, perkotaan yang mengikuti proses seleksi penerimaan santri baru di Pondok Pesantren. Dilansir dari data kementerian agama tahun 2018 (dalam Waliyuddin, 2018) telah tercatat secara resmi di PPDP (Pangkalan Data Pondok Pesantren) berjumlah 25.938 pesantren dengan jumlah seluruh santri 3.962.700 santri. Pondok Pesantren di pulau Jawa

menjadi salah satu tujuan belajar para santri untuk melanjutkan pendidikannya.

Sebagai seorang santri baru diharuskan untuk tinggal atau menetap di pesantren atau lingkungan pesantren secara mandiri, terpisah dari orang tua dan keluarga. Para santri akan bertemu dengan teman baru, lingkungan baru, peraturan serta disiplin waktu serta tenaga. Maka setiap santri yang hidup dan tinggal di Pondok Pesantren harus mampu melakukan penyesuaian diri. Selama dua puluh empat jam setiap santri memiliki rutinitas dengan tugas serta tanggung jawab masing-masing yang harus diselesaikan. Selain itu santri dihadapkan pada sejumlah tata tertib peraturan wajib untuk dipatuhi.

Tata tertib yang diterapkan oleh Pondok Pesantren berbeda dengan sekolah pada umumnya, di Pondok Pesantren santri memiliki jadwal kegiatan yang padat mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali. Tata tertib yang diterapkan di Pondok Pesantren meliputi peraturan kegiatan akademik maupun peraturan yang mengatur kegiatan harian santri, seperti kewajiban datang tepat waktu ke sekolah, mengenakan seragam yang sesuai dengan ketentuan, wajib berkomunikasi menggunakan bahasa Arab dan Inggris, wajib mengikuti ekstrakurikuler, wajib melaksanakan shalat berjama'ah di *qo'ah* (aula), larangan keluar dari lingkungan pesantren tanpa perijinan, larangan membawa alat elektronik, dan lain sebagainya.

Padatnya kegiatan dan peraturan yang ketat tersebut membuat santri menjadi sedikit kurang mampu menyesuaikan diri dengan baik. Hal ini disebabkan oleh tekanan emosi yang besar sehingga membuat mereka menjadi

memberontak seperti melakukan pelanggaran tata tertib di Pondok Pesantren salah satunya melarikan diri dan mengacuhkan semua peraturan di Pondok Pesantren.

Santri yang belajar di Pondok Pesantren merupakan seorang remaja yang berusia duabelas sampai delapan belas tahun dengan karakteristik berbeda-beda. Masa remaja identik dengan masa transisi masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan masa-masa pubertas. Lazimnya pubertas ditandai dengan perubahan secara fisik, kognitif, emosional, serta psiko-seksual, sosial, maupun pemahaman dirinya. Menurut Hurlock (dalam Ali & Asrori, 2015) remaja atau *adolescence* berarti kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini didukung oleh Piaget (dalam Ali & Asrori 2015) bahwa secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada dibawa tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama atau paling tidak sejajar.

Remaja juga mengalami perkembangan pesat dalam aspek intelektual, salah satunya yaitu cara berpikir. Siswa kelas VII sampai dengan kelas XII termasuk dalam kategori remaja, mereka mengalami perpindahan lingkungan pendidikan dari sekolah dasar ke SLTP; dari SLTP ke SMA. Perpindahan tersebut mendapatkan lingkungan sekolah baru, teman-teman, pelajaran, guru-guru baru, dan fasilitas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi santri menyesuaikan diri adalah konsep diri dan efikasi diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Rahmawati, 2015 menunjukkan sebanyak 60,77% santri yang bersekolah di Pondok Pesantren karena keinginan orang tua. Hal ini bisa menjadikan santri kurang memiliki kesadaran diri, tanggung jawab dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Sedangkan santri yang memilih untuk bersekolah di Pondok Pesantren karena kesadaran diri sendiri memiliki keinginan untuk mematuhi aturan yang berlaku. Apabila santri memiliki konsep diri dan efikasi diri dengan baik dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren mereka memiliki rasa yakin akan dirinya sendiri untuk bertahan dan juga mampu untuk memahami keinginan maupun kebutuhannya serta mampu memahami orang lain dengan baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah efikasi diri.

Feist & Feist, 2016 menyatakan efikasi diri memiliki peran penting dalam melakukan penyesuaian diri karena efikasi diri adalah keyakinan seorang individu bahwa mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan dalam suatu situasi. Bandura (dalam Feist & Feist, 2016) menjelaskan bahwa efikasi diri yang tinggi dan rendah berkombinasi dengan lingkungan yang responsif dan tidak responsif. Seperti apabila individu memiliki efikasi diri yang tinggi dan lingkungan responsif, maka individu mampu mencapai sesuatu yang diinginkan dalam suatu situasi.

Bandura (dalam Feist & Feist, 2016) Saat efikasi rendah dan lingkungan berresponsif maka individu akan merasa depresi atau tertekan karena orang lain berhasil menyelesaikan tugas yang sulit. Kemudian saat

efikasi tinggi dan lingkungan tidak responsif, maka individu akan meningkatkan usahanya untuk memulai sebuah perubahan. Hanya saja ketika individu tersebut gagal maka mereka akan mudah menyerah. Terakhir apabila efikasi diri rendah dan lingkungan tidak responsif, maka individu akan merasa apatis (acuh), segan, dan tidak mampu.

Kemampuan seseorang dalam melakukan efikasi diri yang tinggi dan rendah bergantung pada kompetensi yang dibutuhkan dalam kegiatan atau situasi tertentu. Hal ini akan mengakibatkan bagaimana individu merasa, berfikir, dan bertindak lalu seperti melakukan keputusan-keputusan yang dipilih, usaha, dan keteguhannya saat menghadapi hambatan. Sehingga orang tersebut memiliki kemampuan dalam memahami keinginan maupun kebutuhan dirinya sendiri serta orang lain atau dapat disebut sebagai konsep diri.

Selain itu faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah konsep diri. Menurut Atwater & Dutty (dalam Dewi, 2012) mendefinisikan konsep diri merupakan keseluruhan kesan dan kesadaran yang dimiliki mengenai diri sendiri, termasuk didalamnya adalah semua persepsi mengenai saya (pribadi) dan aku (kepemilikan di luar diri pribadi), bersamaan dengan perasaan, keyakinan, dan nilai yang dimiliki. Konsep diri mempengaruhi cara seseorang dalam menerima, menilai dan berperilaku (dalam Dewi, 2012). Hal ini sejalan dengan Sasse dalam penelitian Nurhadi, 2013 menunjukkan bahwa individu yang memiliki konsep diri positif akan mampu menerima diri sendiri apa adanya dan mampu menghadapi tuntutan dari dalam diri maupun dari luar

dirinya. Individu yang memiliki konsep diri negatif akan kurang memiliki keyakinan pada dirinya sendiri dan cenderung mengandalkan pendapat dari orang lain dalam memutuskan sesuatu.

Konsep diri mempunyai peran penting dalam penyesuaian diri, karena konsep diri merupakan bagian dari nilai-nilai dasar pribadi diri sendiri yaitu dengan mengenal diri sendiri, sehingga individu akan lebih mampu untuk memahami keinginan dan kebutuhan diri sendiri dan mampu memahami orang lain. Pendapat tersebut sejalan dengan (Nurhadi, 2013) mengatakan bahwa konsep diri mampu mempengaruhi penyesuaian diri.

Berdasarkan paparan diatas maka efikasi diri dan konsep diri memiliki faktor yang mempengaruhi terhadap melakukan penyesuaian diri. Sebagai santri baru yang tinggal di Pondok Pesantren harus dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan dan lingkungan Pondok Pesantren. Namun itu bukan hal mudah yang dapat dilakukan oleh santri baru menurut Sutris (dalam Nurhadi, 2013) menyatakan bahwa seorang santri membutuhkan waktu lama rata-rata empat bulan untuk dapat menyesuaikan diri kehidupan dan lingkungan di Pondok Pesantren. Maka fenomena tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian berkaitan dengan judul “Kontribusi Efikasi Diri dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Remaja di Pondok Pesantren Darussalam”.

1.2 Rumusan Masalah

Untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi tersebut, maka peneliti menggunakan pertanyaan-pertanyaan dibawah ini, yaitu:

1. Apakah ada kontribusi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam?
2. Apakah ada kontribusi antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam?
3. Apakah ada kontribusi antara efikasi diri dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kontribusi antara efikasi diri dengan penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam.
2. Untuk mengetahui kontribusi antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam.
3. Untuk mengetahui kontribusi antara efikasi diri dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan merujuk pada tujuan penelitian di atas, maka penelitian dapat memberikan dua manfaat yakni :

1.4.1 Manfaat teoritis

Dilihat dari aspek teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat pada :

1. Penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan acuan atau perbandingan untuk melakukan penelitian yang akan mendatang, juga dapat dijadikan sebagai sumber informasi yang dibutuhkan dan relevan.
2. Penelitian diharapkan dapat memperluas wawasan mengenai ilmu pengetahuan terutama pada perkembangan ilmu pengetahuan psikologi berkaitan dengan penelitian yang berjudul kontribusi antara efikasi diri dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Dapat menjadi masukan yang berguna serta bermanfaat bagi para santri di Pondok Pesantren ketika memiliki penyesuaian diri, efikasi diri dan konsep diri yang cukup untuk tetap mengembangkannya dan mengoptimalkan.
2. Dapat menjadi masukan bagi para guru atau ustaz-ustazah dan pengurus Pondok Pesantren untuk membimbing, mendampingi, dan mengontrol santri baru dalam proses penyesuaian diri.