

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Panners yang dikutip Hurlock (dalam Salwa dkk, 2010) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. Penerimaan diri menurut Supratiknya (dalam Ridha, 2012) adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau lawannya tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri.

Penerimaan diri menurut Sheerer (dalam Cronbach, 1963) adalah sikap untuk menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima segala yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya. Skinner (dalam Sari & Nuryoto, 2002) berpendapat bahwa penerimaan diri adalah keinginan untuk memandang diri seperti adanya, dan mengenali diri sebagaimana adanya. Ini tidak berarti kurangnya ambisi karena masih adanya keinginan-keinginan untuk meningkatkan diri, tetapi tetap menyadari bagaimana dirinya saat ini. Dengan kata lain, kemampuan untuk hidup dengan segala kelebihan dan kekurangan diri ini tidak berarti bahwa individu tersebut akan menerima begitu saja keadaannya, karena individu ini tetap berusaha untuk terus mengembangkan diri. Individu dengan penerimaan diri akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, dan mampu mengelolanya.



Johada (dalam Rizkiana, 2010) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah individu yang telah belajar untuk hidup dengan dirinya sendiri, dalam arti individu dapat menerima kelebihan maupun kekurangan yang ditemukan dalam dirinya.

Penerimaan diri menurut Helmi (Ridha, 2012) adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihan sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

Dari uraian di atas disimpulkan penerimaan diri adalah suatu penghargaan yang tinggi terhadap dirinya atau bersikap sinis serta mampu mengungkapkan pikiran dan perasaan terhadap orang lain, memiliki karakteristik dan keyakinan untuk mampu hidup dengan keadaan dan memiliki kesadaran akan kekurangan dan keterbatasan di dalam dirinya.

2. Ciri-ciri Penerimaan diri

Sheerer (Cronbach, 1963) menyebutkan ciri-ciri orang yang memiliki penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki kepercayaan atas kemampuannya untuk menghadapi hidupnya
- b. Menganggap dirinya sederajat dengan orang-orang lain
- c. Tidak menganggap dirinya sebagai orang aneh atau abnormal, tidak mengharapkan bahwa orang lain menolaknya
- d. Tidak malu-malu atau memperhatikan diri
- e. Berani mempertanggung jawabkan perbuatannya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- f. Menerima pujian atau celaan secara objektif
- g. Tidak mengutuk dirinya sendiri karena keterbatasannya atau menolak kualitas tertingginya.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan diri

Selain aspek dan ciri-ciri ada pula faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri. Sari & Nuryoto (2002) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah pendidikan dan dukungan sosial. Penerimaan diri akan semakin baik apabila ada dukungan dari lingkungan sekitar, seperti yang dikatakan Ichramsjah, hal ini dikarenakan individu yang mendapat dukungan sosial akan mendapat perlakuan yang baik dan menyenangkan.

Hasil penelitian Wibowo (2010) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah pemahaman yang baik tentang diri sendiri, sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya gangguan emosional yang berat, prekognisi subjek, perspektif diri yang luas, pola asuh di masa kecil yang baik, konsep diri yang stabil, penyesuaian diri dan penyesuaian sosial yang positif.

Hurlock (1978) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yang positif yaitu:

- a. Pemahaman tentang diri sendiri (*self understanding*).
- b. Pengharapan yang realistis (*realistic expectation*).
- c. Tidak adanya hambatan di dalam lingkungan (*absence of environmental obstacles*).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

- d. Sikap anggota masyarakat yang menyenangkan (*favourable social attitudes*).
- e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat (*absence of emotional stress*).
- f. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif dan kuantitatif (*preponderance of success*).
- g. Identifikasi terhadap orang yang mampu menyesuaikan diri (*identification with well adjusted people*).

Menurut Paramita dan Margaretha (2013) individu yang memiliki penerimaan diri yang kurang baik biasanya disebabkan faktor internal seperti penyesuaian atau lemahnya keyakinan akan kemampuan diri menghadapi persoalan dan merasa dirinya tidak berguna bagi orang lain. Kedua hal tersebut juga dapat menyebabkan seseorang tidak dapat mengontrol emosi dengan baik, merasa tidak nyaman apabila berhubungan dengan orang lain, dan tidak mampu membedakan kemampuan dirinya sendiri dengan orang lain. Selain faktor internal, penerimaan diri yang kurang biasanya juga disebabkan oleh faktor eksternal, diantaranya kurangnya informasi mengenai permasalahan diri, sehingga mereka tidak mengetahui bagaimana seharusnya mereka bersikap terhadap masalahnya tersebut, dan karena kurangnya dukungan dari keluarga dan teman-teman dekat.

Utami (2008) juga menemukan bahwa faktor yang mendukung penerimaan diri dipengaruhi oleh kemampuan resiliensi yang dimiliki masing-masing individu, pemberian dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan individu,



adanya harapan yang dicapai serta identifikasi yang dilakukan terhadap orang yang memiliki sikap positif.

B. Dukungan Sosial Keluarga

1. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau membantu orang lain yang didapat dari orang lain atau kelompok-kelompok lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah bantuan yang didapat individu dari orang lain atau kelompok, baik yang berupa bantuan materi maupun non materi, yang dapat menimbulkan perasaan nyaman secara fisik dan psikologis bagi individu yang bersangkutan.

Menurut Cobb (Smet, 1994), dukungan sosial merupakan informasi yang menuntut seseorang meyakini bahwa dirinya diurus dan disayang. Rook (Smet, 1994) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Menurut Smet (1994), dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Taylor (2009) menjelaskan, dukungan sosial akan lebih berarti bagi seseorang apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan signifikan dengan individu yang bersangkutan, dengan kata lain, dukungan tersebut diperoleh dari orangtua, pasangan (suami atau istri), anak dan kerabat keluarga



lainnya. Sarafino (2011) juga berpendapat bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari bermacam-macam sumber seperti suami atau istri, keluarga, teman/rekan kerja, dan organisasi kemasyarakatan. Rodin dan Salovey (Smet, 1994) menyebutkan dukungan sosial yang terpenting berasal dari keluarga.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu dorongan atau bantuan nyata seperti kenyamanan, perhatian, penghargaan, serta hal-hal yang dapat memberikan keuntungan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu (pasangan, teman dekat, tetangga, saudara, anak, keluarga, dan masyarakat sekitar) kepada individu yang sedang mengalami kesulitan, agar individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai.

2. Jenis dan Bentuk Dukungan Sosial Keluarga

Bentuk-bentuk dukungan sosial menurut Sarafino (2011) termasuk dukungan sosial keluarga, yaitu:

a. Dukungan emosional.

Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

b. Dukungan instrumental

Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

c. Dukungan informasi

Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

d. Dukungan penghargaan

Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan, dan performa individu.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Seseorang Mendapatkan Dukungan Sosial

Sarafino (2011) menguraikan beberapa faktor yang mempengaruhi perolehan dukungan sosial dari orang lain yaitu:

a. Penerima dukungan (*recipient*)

Seseorang tidak akan memperoleh dukungan bila mereka tidak ramah, tidak mau menolong orang lain dan tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa mereka membutuhkan pertolongan. Ada orang yang kurang asertif untuk meminta bantuan, atau mereka berfikir bahwa mereka seharusnya tidak tergantung dan membebani orang lain, merasa tidak enak mempercayakan sesuatu pada orang lain atau tidak tahu siapa yang dapat dimintai bantuannya.

b. Penyedia dukungan (*provider*)

Individu tidak akan memperoleh dukungan jika penyedia tidak memiliki sumber-sumber yang dibutuhkan oleh individu, penyedia dukungan sedang berada dalam keadaan stres dan sedang membutuhkan bantuan, atau mungkin juga mereka tidak cukup sensitif terhadap kebutuhan orang lain.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

- c. Komposisi dan struktur jaringan sosial (hubungan individu dengan keluarga dan masyarakat)

Hubungan ini bervariasi dalam hal ukuran yaitu jumlah orang yang biasa dihubungi, frekuensi hubungan yaitu seberapa sering individu bertemu dengan orang tersebut, komposisi yaitu apakah orang tersebut adalah keluarga, teman, rekan kerja atau lainnya; dan keintiman yaitu kedekatan hubungan individu dan adanya keinginan untuk saling mempercayai.

4. Sumber Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga mengacu kepada dukungan sosial yang dipandang oleh keluarga sebagai sesuatu yang dapat diakses atau diadakan untuk keluarga (dukungan sosial bisa atau tidak digunakan, tetapi anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan). Dukungan sosial keluarga dapat berupa dukungan sosial keluarga internal, seperti dukungan dari suami atau istri serta dukungan dari saudara kandung atau dukungan sosial keluarga eksternal (Friedman, 1998).

5. Manfaat Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan sosial berbeda-beda dalam berbagai tahap-tahap siklus kehidupan. Namun demikian, dalam semua tahap siklus kehidupan, dukungan sosial keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Sebagai akibatnya, hal ini meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga (Friedman, 1998).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Wills (Friedman, 1998) menyimpulkan bahwa baik efek-efek penyangga (dukungan sosial menahan efek-efek negatif dari stres terhadap kesehatan) dan efek-efek utama (dukungan sosial secara langsung mempengaruhi akibat-akibat dari kesehatan) pun ditemukan. Sesungguhnya efek-efek penyangga dan utama dari dukungan sosial terhadap kesehatan dan kesejahteraan boleh jadi berfungsi bersamaan. Secara lebih spesifik, keberadaan dukungan sosial yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas, lebih mudah sembuh darisakit dan dikalangan kaum tua, fungsi kognitif, fisik dan kesehatan emosi (Ryan dan Austin dalam Friedman, 1998).

C. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders dalam bukunya yang berjudul “*Personal Adjustment and Mental Health*” (1984) yang memberikan definisi sebagai berikut: “*Personal adjustment signifies the capacity to react affectively and wholesomely to social realities, situation and relations do that the requirement for social living are fulfilled in an acceptable and satisfactory manner*”. Makna definisi di atas dapat diartikan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Runyon dan Haber (1984) mengemukakan bahwa penyesuaian diri dapat dipandang sebagai keadaan (*state*) atau sebagai proses. Penyesuaian diri sebagai keadaan berarti bahwa penyesuaian diri merupakan suatu tujuan yang ingin



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dicapai oleh individu. Menurut Runyon dan Haber, konsep penyesuaian diri sebagai keadaan mengimplikasikan bahwa individu merupakan keseluruhan yang bisa bersifat *well adjusted* dan *maladjusted*. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik terkadang tidak dapat meraih tujuan yang ditetapkannya, membuat dirinya atau orang lain kecewa, merasa bersalah, dan tidak dapat lepas dari perasaan takut dan kuatir. Penyesuaian diri sebagai tujuan atau kondisi ideal yang diharapkan tidak mungkin dicapai oleh individu dengan sempurna. Tidak ada individu yang berhasil menyesuaikan diri dalam segala situasi sepanjang waktu karena situasi senantiasa berubah.

Runyon dan Haber (1984) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan proses yang terus berlangsung dalam kehidupan individu. Situasi dalam kehidupan selalu berubah. Individu mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Berdasarkan konsep penyesuaian diri sebagai proses, penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah.

Menurut Fahmi (Sobur, 2003) penyesuaian adalah suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin serta menelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya



oleh dunia dimana ia hidup (Semiun, 2006). Penyesuaian diri juga berarti seperti: pemuasan kebutuhan, keterampilan dalam menangani frustrasi dan konflik, ketenangan pikiran/jiwa, atau bahkan pembentukan simtom-simtom. Itu berarti belajar bagaimana bergaul dengan baik dengan orang lain dan menghadapi tuntutan tuntutan tugas. Carroll (Semiun, 2006) menegaskan apabila kebutuhan untuk menguasai adalah sama sekali atau untuk sebagian terbesar gagal dalam jangka waktu yang lama, maka individu pasti tidak dapat menyesuaikan diri.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk bereaksi secara tepat, sehat dan memuaskan terhadap realitas sosial dan situasi lingkungan sosial dengan cara mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga tuntutan bermasyarakat akan harmonis, cocok dan diterima oleh orang banyak.

2. Aspek-aspek Penyesuaian diri

Menurut Schneiders (1984), penyesuaian diri memiliki beberapa aspek-aspek sebagai berikut:

a. *Recognition*

Adalah menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Dalam hal ini individu tidak melanggar hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya, untuk menghindari terjadinya konflik sosial. Menurut Schneiders ketika kita dapat menghargai dan menghormati hak-hak orang lain maka orang lain akan menghormati dan menghargai hak-hak kita sehingga hubungan sosial antar individu dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

b. *Participation*

Adalah Melibatkan diri dalam berelasi. Setiap individu harus dapat mengembangkan dan melihara persahabatan. Seseorang yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk. Individu ini tidak memiliki ketertarikan untuk berpartisipasi dengan aktivitas dilingkungkannya serta tidak mampu untuk mengekspresikan diri mereka sendiri, sedangkan bentuk penyesuaian akan dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat.

1. *Social approval* adalah minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Hal ini dapat merupakan bentuk penyesuaian diri dimasyarakat, dimana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain disekelilingnya serta bersedia membantu meringankan masalahnya. Selain itu individu juga harus menunjukkan minat terhadap tujuan, harapan dan aspirasi, cara pandang ini juga sesuai dengan tuntutan dalam penyesuaian keagamaan (*religious adjustment*).
2. *Altruisme* adalah 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 yang apabila diterapkan dimasyarakat secara wajar dan bermanfaat maka akan membawa pada penyesuaian



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

diri yang kuat. Bentuk dari sifat-sifat tersebut memiliki rasa kemanusiaan, rendah diri, dan kejujuran dimana individu yang memiliki sifat ini akan memiliki kestabilan mental, keadaan emosi yang sehat dan penyesuaian yang baik.

3. *Conformity* adalah Menghormati dan mentaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi dan kebiasaan. Adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku dilingkungan maka ia akan dapat diterima dengan baik dilingkungannya.

3. Faktor-faktor Penyesuaian diri

Menurut Schneider (1984), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yaitu:

- a. Kondisi fisik dan yang mempengaruhinya, mencakup hereditas, konstitusi fisik, system syaraf, kelenjar dan otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.
- b. Perkembangan dan kematangan, mencakup kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.
- c. Faktor psikologis, mencakup pengalaman, belajar, kebiasaan, *self determination*, frustrasi dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan, mencakup lingkungan rumah, keluarga dan sekolah.
- e. Faktor kebudayaan dan agama. Faktor budaya juga diprediksikan ikut andil terhadap penyesuaian diri individu, sebab latar belakang budaya akan mempengaruhi pembentukan sikap, nilai, dan norma seseorang (Schneiders, 1984). Individu yang hidup dalam lingkup budaya tertentu akan



mengadaptasi nilai-nilai sosial yang didapat dari lingkungannya dan akan diterapkan dalam kehidupannya.

Menurut Soeparwoto, dkk (Kumalasari & Ahyani, 2012) faktor penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal

- 1) Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi.
- 2) Konsep diri remaja, yaitu bagaimana remaja memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial maupun aspek akademik. Remaja dengan konsep diri tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibanding remaja dengan konsep diri rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.
- 3) Persepsi remaja, yaitu pengamatan dan penilaian remaja terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.
- 4) Sikap remaja, yaitu kecenderungan remaja untuk berperilaku positif atau negatif. Remaja yang bersikap positif terhadap segala sesuatu yang dihadapi akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian diri yang baik dari pada remaja yang sering bersikap negatif.
- 5) Intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar. Manganalisis, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan

penyesuaian diri. Ditambah faktor minat, pengaruhnya akan lebih nyata bila remaja telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.

6) Kepribadian, pada prinsipnya tipe kepribadian ekstrovert akan lebih lentur dan dinamis, sehingga lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibanding tipe kepribadian introvert yang cenderung kaku dan statis.

b. Faktor eksternal

1) Keluarga terutama pola asuh orang tua. Pada dasarnya pola asuh demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih memberikan peluang bagi remaja untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif.

2) Kondisi sekolah. Kondisi sekolah yang sehat akan memberikan landasan kepada remaja untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.

3) Kelompok sebaya. Hampir setiap remaja memiliki teman-teman sebaya dalam bentuk kelompok. Kelompok teman sebaya ini ada yang menguntungkan pengembangan proses penyesuaian diri tetapi ada pula yang justru menghambat proses penyesuaian diri remaja.

4) Prasangka sosial. Adanya kecenderungan sebagian masyarakat yang menaruh prasangka terhadap para remaja, misalnya memberi label remaja negatif, nakal, sukar diatur, suka menentang orang tua dan lainlain, prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri remaja.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 5) Hukum dan norma sosial. Bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan mengembangkan remaja-remaja yang baik penyesuaian dirinya.

4. Karakteristik Penyesuaian diri

Karakteristik penyesuaian diri narapidana tersebut menurut Schneiders (1984) adalah sebagai berikut:

a. Penyesuaian diri di lingkungan rumah/keluarga, meliputi :

1. Menjalin hubungan yang baik dengan para anggota keluarga (orangtua dan saudara).
2. Menerima otoritas orangtua (mau mentaati peraturan yang ditetapkan orangtua).
3. Menerima tanggung jawab dan batasan-batasan (norma keluarga).
4. Berusaha untuk membantu anggota keluarga, sebagai individu maupun kelompok dalam mencapai tujuannya.

b. Penyesuaian diri di lingkungan sekolah

1. Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.
2. Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah.
3. Menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah.
4. Bersikap hormat terhadap guru, pemimpin sekolah, dan staf lainnya.
5. Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan-tujuannya.

c. Penyesuaian diri di lingkungan sosial

1. Mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain.
2. Memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

3. Bersikap respek terhadap nilai-nilai, hukum, tradisi, dan kebijakan-kebijakan masyarakat.
4. Bersikap simpati, dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain.

Dalam penelitian ini, karakteristik yang akan diukur pada variabel penyesuaian diri adalah penyesuaian narapidana di lingkungan sosial baru yang dijalani narapidana di lapas yaitu diantaranya: mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain, memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain, bersikap simpati, dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain, bersikap respek terhadap nilai-nilai, hukum, tradisi, dan kebijakan-kebijakan masyarakat.

D. Kerangka Berfikir

Teori utama dalam penelitian ini adalah teori penerimaan diri dari Sheerer (1963) dukungan sosial keluarga dari Sarafino (2006), teori penyesuaian diri dari Schneiders (1984). Dasar teori penghubung dukungan sosial keluarga dan penerimaan diri dalam penelitian ini adalah pendapat dari Smet (1994), dasar teori penghubung penyesuaian diri dengan penerimaan diri adalah pendapat dari Hurlock (1978), dan dasar teori penghubung dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri adalah menurut Calhoun dan Acocella (2005).

Santrock (2007) menjelaskan penerimaan diri merupakan suatu kesadaran untuk menerima diri sendiri apa adanya. Penerimaan diri pada remaja tidak berarti menerima begitu saja kondisi dirinya tanpa berusaha mengembangkan diri lebih lanjut. Proses bagaimana seorang individu mendapat keseimbangan diri dalam



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penerimaan diri lebih bersifat suatu proses dalam hidup sepanjang hayat manusia. Dalam proses penerimaan diri dapat saja muncul konflik, tekanan, frustrasi, yang menyebabkan remaja terdorong untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku untuk membebaskan dirinya dari kegagalan.

Hjelle dan Ziegler (Sari & Nuryoto) menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menjengkelkan, dan toleransi terhadap kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menjadi sedih atau marah. Individu ini dapat menerima dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan. Jadi, individu yang mampu menerima dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan dirinya sebagaimana dirinya mampu menerima kelebihanannya.

Sheerer (dalam Cronbach, 1963) mendefinisikan penerimaan diri sebagai sikap untuk menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima segala yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya. Kurniawan (Marni & Yuniawati, 2015) menyebutkan penerimaan diri yang dimiliki seseorang berbeda-beda tingkatannya. Sebab kemampuan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia, latar belakang pendidikan, pola asuh orang tua, dan dukungan sosial. Sebagaimana penelitian Marni dan Yuniawati (2015) menunjukkan besarnya sumbangan dukungan sosial terhadap penerimaan diri sebesar 36,5% sedangkan 63,5% dipengaruhi faktor-faktor lain.

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau membantu orang lain yang didapat



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dari orang lain atau kelompok-kelompok lain. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga. Dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan alat dan dukungan informatif.

Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga seperti rasa empati, selalu ada mendampingi individu ketika mengalami permasalahan, dan keluarga menyediakan suasana yang hangat di keluarga dapat membuat individu merasa diperhatikan, nyaman, diperdulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga individu akan lebih mampu menghadapi masalah dengan lebih baik. Begitu juga dengan dukungan penghargaan yang diberikan oleh keluarga yang dapat berupa pemberian apresiasi ketika individu mencapai suatu keberhasilan, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi. Dukungan penghargaan sangat dibutuhkan oleh remaja yang menjalani hukuman pidana karena cenderung dapat membuat rasa percaya diri individu yang menyandang status narapidana menurun. Adanya penghargaan yang positif dari keluarga akan membantu individu untuk meningkatkan rasa percaya dirinya (Johnson & Johnson dalam Utami, 2013).

Selain dukungan emosional dan penghargaan, dukungan alat atau instrumental dari anggota keluarga juga sangat dibutuhkan oleh narapidana seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi kecemasan karena individu dapat langsung memecahkan masalah yang berhubungan dengan materi. Dengan berkurangnya permasalahan



yang dihadapi, stres yang dialami oleh narapidana yang menyandang status narapidana dapat menurun (Utami, 2013). Tidak hanya perhatian ataupun bantuan berupa biaya pengobatan, dukungan informatif seperti masukan, saran, pemberian informasi pengobatan, pengetahuan, petunjuk, atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu juga sangat dibutuhkan oleh narapidana dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. Adanya dukungan informatif akan membuat wawasan individu menjadi lebih luas sehingga dapat lebih berpikir positif dalam menghadapi suatu permasalahan (Utami, 2013).

Saat di lapas, remaja hanya dapat berkomunikasi dengan anggota keluarga saat mendapat kunjungan. Keluarga dapat berperan sebagai pemberi dukungan sosial yang membantu individu ketika suatu masalah muncul (Videbeck, dalam Rahmawati, Arneliwati & Elita, 2015). Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu yang lebih optimis dan lebih mampu beradaptasi terhadap stres (Mazbow, dalam Rahmawati, Arneliwati & Elita, 2015). Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sarason (Smet, 1994) bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang didapat dari keakraban sosial (teman, keluarga, anak ataupun orang lain) berupa pemberian informasi, nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tidak nyata, tindakan yang bermanfaat sosial dan efek perilaku bagi penerima yang akan melindungi diri dari perilaku yang negatif.

Jika individu dihadapkan pada suatu masalah atau kesulitan hidupnya dan dia mendapatkan dukungan sosial dari lingkungannya berupa tersedianya orang yang dapat memberikan motivasi yang diperlukan ketika sedang terpuruk,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendengarkan keluh kesah, memberikan informasi yang diperlukan, diajak berdiskusi dan bertukar pikiran maka individu akan merasa lebih nyaman, merasa diperhatikan, serta merasa memiliki tempat untuk berbagi keluh kesah yang dialami sehingga beban psikologis yang terasa berat dan ditanggung sendiri oleh narapidana akan terasa ringan. Demikian halnya jika dukungan sosial tidak diperoleh, maka beban yang dialami individu tersebut akan terasa berat dan sulit untuk menerima diri di lingkungannya.

Kelainan-kelainan kepribadian narapidana yang diakibatkan ketidakmampuan narapidana menerima dirinya dengan menyendiri, antisosial dapat disebabkan adanya kelainan penyesuaian diri. Individu yang memiliki kelainan kepribadian cenderung tidak mampu beradaptasi dalam berperilaku dan menganggap yang terjadi pada individu tersebut sebagai sesuatu yang wajar sehingga tidak menyadari bahwa hal tersebut bukanlah sesuatu yang normal.

Penyesuaian diri merupakan hal yang penting bagi narapidana karna narapidana akan lebih banyak menghabiskan waktu di lingkungan Lapas daripada di lingkungan lainnya. Penyesuaian diri menurut (Schneiders (1984) merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Dalam kehidupan sehari-hari, individu terus-menerus menyesuaikan diri dengan cara-cara tertentu sehingga penyesuaian tersebut merupakan suatu pola tingkah laku. Individu biasanya dapat memenuhi dan memuaskan kebutuhannya dengan cara-cara yang dapat diterima oleh masyarakat. Sejak kecil individu harus



membentuk pola aktivitas dan sikap yang sesuai dengan perkembangan baru, yang disebut penyesuaian. Pola-pola yang dibentuk kemudian disebut mekanisme penyesuaian (Sobur, 2003).

Remaja yang berstatus narapidana tentu lebih rentan dan mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan psikososial. Hal ini dikarenakan narapidana terpisah dari lingkungan keluarga dan lingkungan teman sebayanya. Penyesuaian diri merupakan proses yang terus berlangsung dalam kehidupan individu (Runyon & Haber, 1984). Situasi dalam kehidupan selalu berubah. remaja yang mampu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah dikatakan memiliki penyesuaian diri yang efektif.

Sementara itu ada beberapa tugas perkembangan psikososial yang harus dicapai remaja dengan dukungan keluarga dan lingkungan tersebut. Tugas perkembangan psikososial tersebut menurut Erikson (Suroto, Firdaus, Rizani, 2014) adalah remaja akan memperoleh dan mengembangkan rasa percaya diri melalui kegiatan belajar, bersaing, mencapai kesuksesan dan menerima pengakuan serta penghargaan dari orang yang berarti bagi remaja, teman maupun kenalan. Dengan demikian remaja juga dapat mengalami kesulitan untuk mencapai tugas perkembangan ini terutama remaja yang berada di lembaga pasyarakatan. Kegagalan pencapaian tugas perkembangan ini dapat berdampak remaja akan mengalami masalah psikososial diantaranya adalah penyesuaian diri.

Keadaan yang begitu berbeda akan membuat narapidana mengalami perubahan dan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang ditempatinya, sehingga akan mengalami berbagai permasalahan yang pada akhirnya akan



membuat mereka stres. Biasanya permasalahan yang muncul berawal dari lingkungan fisik dan lingkungan sosial di tempat baru. Lingkungan baru tidak selalu dapat dijalani dengan baik oleh narapidana, faktanya banyak dari narapidana tersebut mengalami kendala dalam berbagai hal. Menghadapi tantangan seperti ini para narapidana selayaknya bisa menyesuaikan diri dengan baik dimana penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa/mental individu.

Menurut Hurlock (Ardilla & Herdiana, 2013) individu yang mengidentifikasi seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat membangun sikap-sikap positif terhadap diri sendiri, dan bertindak laku dengan baik menimbulkan penilaian dan penerimaan diri yang baik. Hasil penelitian Ardilla & Herdiana (2013) menyimpulkan bahwa dinamika penerimaan diri pada narapidana bergantung pada faktor lain yang menjadi pendukung dari penerimaan diri yakni adanya pandangan diri yang positif, dukungan sosial keluarga terdekat yang diberikan secara konsisten, adanya sikap menyenangkan dari lingkungan baru, dalam hal ini adalah lingkungan di dalam Lapas, serta kemampuan sosial (penyesuaian diri) yang baik membuat seorang narapidana dapat menjadikan pengalamannya menjadi pelajaran positif dalam hidupnya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas maka dalam penelitian ini diajukan hipotesis yaitu ada hubungan dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri pada narapidana di lapas Kota Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.