

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja adalah segmen perkembangan seseorang yang sangatlah penting, dimana fase perkembangan di remaja sedang berada di masa potensial, baik ditinjau melalui aspek kognitif, fisik ataupun emosi, remaja mengalami tantangan guna menemukan jati dirinya, apakah nantinya individu akan gagal ataupun sukses dalam penyesuaian diri. Remaja merupakan umur akhir pembentukan identitas ego positif yang dominan serta identitas menuju kedewasaan. Berikut ciri-ciri masa remaja, antara lain : kegelisahan, pertentangan, berkeinginan besar, keinginan mencoba dan keinginan menjelajah. Beberapa remaja cukup sulit dalam penyesuaian diri terhadap lingkungannya.(dalam Nishfi & Handayani, 2021)

Definisi penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan yang berada pada sekitar individu yang melibatkan respon mental serta tingkah laku yang dimana individu dapat berusaha memenuhi kebutuhan dirinya, mengatasi stres, frustrasi dan hingga konflik yang dialami dalam meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan diri individu dalam masa perkuliahan di lingkungan kampus (dalam asyid & Chusairi, 2021). Semakin tinggi rentang skor yang diperoleh, maka akan semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dimiliki. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah rentang skor yang diperoleh, maka semakin rendah penyesuaian diri yang dimiliki. Penyesuaian sosial

adalah penyesuaian yang berkaitan dengan interaksi antara individu dengan orang lain yang berada di lingkungan perguruan tinggi maupun di lingkungan yang di tinggali oleh individu. Penyesuaian sosial juga meliputi bagaimana individu mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan sekitar dan mampu menyesuaikan diri dengan baik. d). Kelekatan dengan institusi Hubungan Dukungan Sosial dan Kelekatan dengan intitusi dimana individu merasa memimiliki kelekatan dengan suatu institusi yang sedang ia masuki. Kelekatan akan diketahui apabila adanya interaksi antara kelekatan dengan tujuan individu berkomitmen dengan perguruan tinggi maupun kegiatan yang ada di perguruan tinggi.

Menurut Gerungan (dalam Maimunah, 2020). penyesuaian diri adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan (autoplastis) dan mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan diri (alloplastis). Sobur (2011) mengartikan secara luas bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain yaitu teman-teman yang berbeda latar belakangnya, baik daerah asal, bahasa, ekonomi, serta tingkatan umur. Berhasil tidaknya remaja melakukan penyesuaian diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor dari dalam diri (internal) dan faktor dari luar (eksternal). Salah satu faktor eksternal yaitu dukungan sosial (dalam Maimunah, 2020). Menurut Baron & Byrne (2005) dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh

teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial dapat diperoleh individu dari orang-orang terdekat, yaitu teman, pasangan, dan keluarga atau orangtua. Dukungan sosial merupakan makna dari hadirnya orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya (dalam Handono et al., 2013).

Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa siswa-siswi SMA 4 Negeri Kota Solok pada tanggal 15 Oktober 2021 kepada 5 orang siswa-siswi SMA 4 Negeri Kota Solok. Dihasilkan bahwa beberapa siswa-siswi yang mengenyam pendidikan di SMA 4 Negeri Kota Solok mengalami kesulitan untuk melakukan interaksi dan adaptasi dengan beberapa siswa sekitar sekolah mereka dan teman-teman mereka yang mengenyam pendidikan di SMA tersebut. Hal ini karena masih ada beberapa siswa siswi yang tidak dapat mengontrol emosinya ketika menghadapi masalah dengan teman-temannya di sekolah dan juga beberapa masalah terkait sulitnya beradaptasi akibat terlalu lama menggunakan metode belajar online sehingga banyak siswa yang mengalami hal tersebut, dan juga ditemukan siswa-siswi yang bertengkar di sekolah ataupun bertengkar di dalam kelas setelah jam pelajaran selesai. Penyesuaian diri bukanlah hal yang mudah bagi remaja. Kasus-kasus penyesuaian diri terhadap remaja di SMA 4 Kota Solok sebagian siswa mengalami kesulitan dalam bergaul pada teman baru saat memasuki sekolah. Kesulitan lainnya yang terjadi pada siswa di SMA 4 Kota Solok bermacam-macam, mulai dari kesulitan mengikuti peraturan baru, kesulitan menyesuaikan jam masuk sekolah, kesulitan untuk selalu mengikuti peraturan berpakaian di sekolah, dan kewajiban mengikuti

semua kegiatan di sekolah serta penyesuaian diri dengan aturan yang tidak diperbolehkan.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK dan salah satu guru kelas di SMA 4 Negeri Kota Solok untuk memperkuat pernyataan yang disampaikan oleh beberapa siswa-siswi yang sebelumnya sudah melakukan wawancara dengan peneliti. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, terdapat hambatan penyesuaian diri pada siswa-siswi SMA 4 Negeri Kota Solok.

Berdasarkan hasil wawancara berikutnya pada tanggal 5 september 2021 dengan beberapa siswa jurusan IPA SMA 4 Kota Solok beberapa siswa mengungkapkan bahwa dengan adanya dukungan yang di terima dari teman membuat perasaan lebih tenang dan mengurangi tekanan yang di rasakan salah satunya pada saat pertemuan tatap muka secara langsung dengan guru dan dukungan sosial yang dirasakan oleh siswa ketika harus berhadapan dengan berbagai hal, dapat memberikan rasa tenang yang membantu individu dalam berinteraksi dengan orang-orang baru di sekitarnya. Siswa lainnya juga mengatakan, namun berbanding terbalik dengan siswa sebelumnya mengatakan bahwa ia merasa takut saat guru melontarkan pertanyaan saat jam pelajaran berlangsung, sebab saat belajar daring/online siswa mengandalkan google untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan dan juga berdiskusi dengan teman-temannya. Selain itu ia merasa kurang adanya dukungan dari teman sekelas yang membuat ia merasa susah melakukan penyesuaian diri dengan metode belajar dari yang awalnya daring ke metode belajar offline atau tatap muka.

Penelitian tentang Penyesuaian diri dan dukungan sosial pernah dilakukan oleh Della Nur Aristya dan Anizar Rahayu, 2018 dengan judul “ Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Penyesuaian diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I Jakarta”, dengan hasil dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula penyesuaian diri di Jakarta, Indonesia.

Penelitian lain juga pernah dilakukan namun memiliki kesamaan di salah satu variabelnya, seperti yang diteliti oleh Hizma Rufaida dan Erin Ratna Kustanti, 2017 dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di universitas Diponegoro” Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga penyesuaian diri Mahasiswa Rantau Dari Sumatera Di Universitas Diponegoro . Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah perbedaan dari subjek penelitian, lokasi tempat dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “ Hubungan Antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri Pada Remaja SMA 4 Negeri Kota Solok”.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari masalah yang diuraikan pada latar belakang maka rumusan masalah pada

penelitian ini apakah terdapat Hubungan antara *Dukungan Sosial* dengan dengan Penyesuaian diri Pada Remaja SMA 4 Negeri Kota Solok.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian diri Pada Remaja SMA 4 Negeri Kota Solok.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, manfaat tersebut yaitu:

#### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan untuk pengembangan kajian ilmu psikologi khususnya dibidang psikologi industri organisasi.

#### 2. Manfaat praktis

##### a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dukungan soaial untuk sisiwa, agar dapat melakukan penyesuaian diridengan baik, sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar.

##### b. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah untuk termasuk orang tua dan siswa tentang dukungan sosial yang

dapat memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri siswa disekolah tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah referensi atau acuan untuk keperluan penelitian selanjutnya.