

# Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan

Fani Kumalasari

Alumni Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Latifah Nur Ahyani

Staf Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

## *Abstract*

The purpose of this study is to investigate empirically the relationship between social support with adjustment in adolescents in an orphanage. The subjects of this study are adolescents between the ages of 13 to 18 years in the Orphanage Darul Hadlonah Kudus. Method sampling using Quota Non Random Sampling.

Measuring tool used is the scale of social support have been prepared on aspects raised by Sarafino in Oktavia, L (2002, p.17-18) which includes emotional support, support award, instrumental support, and support information. While the adjustment scale of self-prepared on aspects raised by Pramadi (1996, h.240) which covers aspects of Self Knowledge and Self Insight, aspect Objectivity Self Acceptance and Self, the aspect of Self Development and Self Control, Satisfaction aspect.

Based on the analysis of research data with Product Moment by SPSS 15.0 for Windows obtained from both the correlation coefficient  $r_{xy}$  amounted to 0.339 with  $p$  of 0.011 ( $p < 0.05$ ) this means the hypothesis is accepted and showed relationship between social support with adolescent adjustment in an orphanage.

**Keywords:** *Personal Adjustment, Social Support*

Masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu di mana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lebih lanjut (Hurlock, 1980). Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang

seimbang antara diri dengan lingkungan sekitar.

Penyesuaian diri menuntut kemampuan remaja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Willis, 2005). Penyesuaian diri akan menjadi salah satu bekal penting dalam membantu remaja pada saat terjun dalam masyarakat luas. Penyesuaian diri juga merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa dan mental

individu. Banyak remaja yang tidak dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidak mampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah, pekerjaan dan masyarakat pada umumnya. Sehingga nantinya cenderung menjadi remaja yang rendah diri, tertutup, suka menyendiri, kurang adanya percaya diri serta merasa malu jika berada diantara orang lain atau situasi yang terasa asing baginya.

Begitu juga pada remaja yang tinggal di panti asuhan, lingkungan panti asuhan menjadi lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Keberadaannya di panti asuhan membuat mereka mampu belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi pertama kalinya baik dengan teman-teman panti atau pengasuh. Remaja dituntut dapat berkembang dan menyesuaikan diri agar menjadi modal utama mereka ketika berada dalam masyarakat luas. Apabila remaja tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, maka remaja akan memiliki sikap negatif dan tidak bahagia.

Penelitian Hartini, N, 2000 (Jurnal *Dinamika Sosial*, vol 1, no.1, h.109-118) yang hasil penelitiannya menunjukkan gambaran kebutuhan psikologis anak Panti Asuhan Putra Immanuel Surabaya memiliki kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan. Sehingga anak panti asuhan akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Disamping itu, mereka menunjukkan perilaku yang

negativis, takut melakukan kontak dengan orang lain, lebih suka sendirian, menunjukkan rasa bermusuhan dan lebih egosentrisme.

Remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri. Sehingga remaja mampu hidup mandiri ditengah-tengah masyarakat luas secara harmonis (Kartika, D, 1986, dalam jurnal psikologi, Vol.1 No.2, h.1-12)

Berdasarkan berbagai uraian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja.

### **Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan.

### **Tinjauan Pustaka**

Penyesuaian diri didefinisikan sebagai interaksi yang kontinyu dengan diri sendiri, yaitu apa yang telah ada pada diri sendiri, tubuh, perilaku, pemikiran serta perasaan, dengan orang lain dan dengan lingkungan (Calhoun, 1990). Penyesuaian diri juga dapat

diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan dan frustrasi-frustrasi secara efisien (Sunarto dan Hartono, 1994).

Menurut Mappiare (1982) penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan agar dapat diterima oleh kelompok dengan jalan mengikuti kemauan kelompoknya. Seorang individu dalam melakukan penyesuaian diri lebih banyak mengabaikan kepentingan pribadi demi kepentingan kelompok agar tidak dikucilkan oleh kelompoknya. Sedangkan (Kartono, K, 2000) menyebutkan penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Menurut Alberlt & Emmons dalam Pramadi (1996) ada empat aspek dalam penyesuaian diri, yaitu:

- a. Aspek *self knowledge* dan *self insight*, yaitu kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan diri. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight, yaitu kesadaran diri akan kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut.
- b. Aspek *self objectivity* dan *self acceptance*, yaitu apabila individu telah mengenal

dirinya, ia bersikap realistis yang kemudian mengarah pada penerimaan diri.

- c. Aspek *self development* dan *self control*, yaitu kendali diri berarti mengarahkan diri, regulasi pada impuls-impuls, pemikiran-pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang.
- d. Aspek *satisfaction*, yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu merupakan suatu pengalaman dan bila keinginannya terpenuhi maka ia akan merasakan suatu kepuasan dalam dirinya.

Menurut Soeparwoto, dkk (2004) faktor penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal
  - a. Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi.
  - b. 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.
  - c. Persepsi remaja, yaitu pengamatan dan penilaian remaja terhadap objek, peristiwa

dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.

- d. 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.
- e. Intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar. Menganalisis, 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.
- f. 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.

## 2. Faktor eksternal

- a. 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.
- b. Kondisi sekolah. Kondisi sekolah yang sehat akan memberikan landasan kepada remaja untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.

- c. 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.
- d. 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 lain-lain, prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri remaja.
- e. 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.

Penyesuaian diri remaja di panti asuhan merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh remaja untuk mempertemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan, baik secara aktif maupun pasif yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri sendiri dengan lingkungan tempat tinggalnya yaitu panti asuhan (Prasetyo, E dan Ningtias, Y, 2007).

Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan, lingkungan panti asuhan merupakan lingkungan sosial utama yang mereka kenal, sehingga remaja perlu melakukan penyesuaian diri sesuai dengan lingkungan

dimana remaja berada yaitu panti asuhan dan sesuai kebutuhan yang dituntut dari lingkungan tersebut agar proses pencapaian keharmonisan dalam mengadakan hubungan yang memuaskan bersama orang lain dan lingkungannya dapat tercapai. Orang lain yang dimaksudkan yaitu pengasuh dan teman-teman sesama penghuni panti asuhan. Di panti asuhan juga terdapat aturan-aturan dan larangan-larangan tertentu yang telah ditetapkan yang harus dipatuhi oleh setiap remaja penghuni panti asuhan (Prasetyo, E dan Ningtias, Y, 2007).

Rook dalam 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. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Sarason dalam Kuntjoro (2002) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Sarason berpendapat bahwa

dukungan sosial itu selalu mencakup dua hal yaitu :

- a. Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (pendekatan berdasarkan kuantitas).
- b. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (pendekatan berdasarkan kualitas).

Hal di atas penting dipahami oleh individu yang ingin memberikan dukungan sosial karena menyangkut persepsi tentang keberadaan (*availability*) dan ketepatan (*adequacy*) dukungan sosial bagi seseorang. Dukungan sosial bukan sekedar pemberian bantuan, tetapi yang penting adalah bagaimana persepsi si penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan, dalam arti bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan.

Menurut Sarafino dalam Oktavia, L (2002) dukungan sosial terdiri dari empat jenis 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 penghargaan.

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

c. Dukungan instrumental.

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

d. Dukungan informasi.

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

### **Hipotesis**

Berdasarkan uraian teori di atas, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut:

Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja. Semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi penyesuaian diri remaja. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diberikan maka semakin rendah penyesuaian diri remaja.

### **Metode Penelitian**

#### ***Definisi Operasional Variabel***

Penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk mempertemukan tuntutan diri sendiri dengan

lingkungan, baik secara aktif maupun pasif yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri dengan lingkungannya. Untuk mengukur penyesuaian diri remaja, penulis menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek penyesuaian diri yaitu aspek self knowledge dan self insight, aspek self objectivity dan self acceptance, aspek self development dan self control, aspek satisfaction yang dikemukakan oleh Pramadi (1996, h.240). tingkat penyesuaian diri remaja diperoleh dari perolehan skor hasil pengisian skala. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala penyesuaian diri maka semakin tinggi penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah penyesuaian diri remaja.

Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Untuk mengukur dukungan sosial remaja, penulis menggunakan skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan empat jenis dukungan sosial menurut Sarafino dalam Oktavia, L (2002, h.17-18) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi. Semakin

tinggi skor yang diperoleh dari skala dukungan sosial maka semakin tinggi dukungan sosialnya. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah dukungan sosialnya.

### **Populasi dan Metode Pengambilan Sampel**

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang tinggal di Panti Asuhan Darul Hadlonah Kudus yang berusia antara 13 sampai 18 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Quota non random sampling. Adapun jumlah remaja yang tinggal di Panti Asuhan Darul Hadlonah ± 63 orang. Mereka masih duduk dibangku SMP dan SMU. Disini subyek yang akan diambil penulis untuk dijadikan sampel penelitian sebanyak 55 orang.

### **Metode Pengumpulan Data**

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua macam yaitu skala yang mengungkap :penyesuaian diri dan dukungan sosial

### **Metode Analisis Data**

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode statistika. Metode statistika yang dipakai dalam penelitian ini adalah teknik Korelasi *Product Moment*.

## **Hasil Penelitian**

### **Uji Validitas dan Reliabilitas**

Hasil Uji Validitas

#### **a. Skala Penyesuaian Diri**

Item skala penyesuaian diri dari 45 item terdapat 13 item yang gugur dengan koefisien -0,019 sampai 0,141 dan 32 item yang valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,206 sampai 0,728.

#### **b. Skala Dukungan Sosial**

Sedangkan item skala Dukungan Sosial dari 60 item terdapat 13 item yang gugur dengan koefisien -0,030 sampai 0,196 dan 47 item yang valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,227 sampai 0,762.

### **Hasil Uji Reliabilitas**

Perhitungan reliabilitas dimulai setelah dilakukan uji validitas, kemudian item yang *valid* dicari koefisiennya dengan teknik *Cronbach Alpha*.

#### **a. Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri**

Hasilnya menunjukkan bahwa penyesuaian diri mempunyai reliabilitas Alpha (rtt) sebesar 0,812 dan pada putaran kedua mempunyai reliabilitas Alpha (rtt) sebesar 0,914.

#### **b. Reliabilitas dukungan sosial**

Hasilnya menunjukkan bahwa pada putaran pertama dukungan sosial mempunyai reliabilitas Alpha (rtt) sebesar 0,911 dan pada putaran kedua mempunyai reliabilitas Alpha (rtt) sebesar 0,933. Hasil secara lengkap dapat dilihat pada lampiran B-2.

### **Uji Asumsi**

Uji Normalitas Sebaran

Hasil uji normalitas pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai K-S Z

sebesar 0,953 dengan  $p$  sebesar 0,324 ( $p > 0,05$ ), sedangkan uji normalitas pada variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai K-S Z sebesar 0,709 dengan  $p$  sebesar 0,696 ( $p > 0,05$ ). Dari uji asumsi yang telah dilakukan ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki sebaran data normal.

#### Uji Linieritas Hubungan

Hasil uji linieritas di atas menunjukkan linieritas antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Hal ini ditunjukkan dengan hasil dari deviasi linieritas ( $p > 0,05$ ) yaitu sebesar 0,182 yang artinya dari uji asumsi yang telah dilakukan memiliki hubungan linier.

#### Uji Hipotesis.

Uji hipotesis dengan teknik korelasi Product Moment hasilnya adalah  $r_{xy}$  sebesar 0,339 dengan  $p$  sebesar 0,011 ( $p < 0,05$ ), berarti ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi penyesuaian diri pada remaja dan semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula penyesuaian diri pada remaja. Untuk itu hipotesis yang diajukan oleh penulis diterima.

#### Diskusi

Penelitian ini subyek remaja yang mengisi skala berusia antara 13-18 tahun. Remaja pada usia ini merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Setiap tahap perkembangannya remaja pastinya mengalami berbagai perubahan, baik

perubahan fisik, kepribadian, maupun perilaku sosial. Disinilah remaja mulai dituntut dapat berperan dengan lingkungan sekitarnya. Remaja selain bisa beradaptasi juga harus mampu menyesuaikan dirinya secara psikologis. Karena pada masa ini remaja mulai berinteraksi dengan lingkup yang lebih luas. Namun kenyataannya masih banyak remaja yang kesulitan dalam penyesuaian dirinya diberbagai lingkungan.

Menurut Hurlock (1980, h.213) salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan, lingkungan panti asuhan merupakan lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh remaja untuk mempetemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang selaras dan harmonis antara diri dengan lingkungannya (Schneiders dalam Pramadi, 1996, h.334).

Untuk mencapai penyesuaian diri yang maksimal, remaja di panti asuhan juga memerlukan dukungan sosial dari orang-orang terdekat dilingkungannya yaitu dari pengasuh dan teman-teman sesama penghuni panti asuhan. Hurlock (1980, h.214) mengatakan bahwa remaja dapat memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya, berupa perasaan senasib yang menjadikan adanya

hubungan saling mengerti, simpati yang tidak didapat dari orang tuanya sekalipun. Dukungan dari orang-orang terdekat berupa kesediaan untuk mendengarkan keluhan-keluhan remaja akan membawa efek positif yaitu sebagai pelepasan emosi dan mengurangi kecemasan. Sehingga dalam hal ini remaja merasa dirinya diterima dan diperhatikan oleh lingkungan sekitarnya.

Menurut House dalam Smet (1994, h.136) dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Masing-masing dukungan tersebut memiliki manfaat bagi si penerima nantinya. Sehingga dapat membantu remaja dalam mengatasi masalahnya yaitu mengurangi stress, kecemasan atau berbagai tekanan lainnya. Apabila remaja di panti asuhan mendapat cukup banyak dukungan sosial dari lingkungannya baik dari pengasuh maupun teman-teman di panti asuhan dalam bentuk apapun akan membuatnya mampu mengembangkan kepribadian yang sehat dan memiliki pandangan positif, sehingga dirinya memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti

asuhan. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada remaja. Sedangkan dari sumbangan efektif variabel dukungan sosial menunjukkan hasil 11,5%. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial hanya memberikan pengaruh yang kecil terhadap penyesuaian diri pada remaja di panti asuhan. Berarti masih terdapat 88,5% variabel-variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Misalnya : kondisi lingkungan, penentu kultural, kondisi fisik, penentu psikologis, perkembangan dan kematangan pada remaja dan lain-lain.

Berdasarkan kategori variabel dukungan sosial pada remaja di panti asuhan diperoleh data 3 remaja (5,45%) memiliki tingkat dukungan sosial sangat tinggi, 17 remaja (30,91%) memiliki tingkat dukungan sosial tinggi, 20 remaja (36,36%) memiliki tingkat dukungan sosial sedang, 9 remaja (16,36%) memiliki tingkat dukungan sosial rendah dan 6 remaja (10,91%) memiliki tingkat dukungan sosial sangat rendah, sedangkan kategori tingkat penyesuaian diri diperoleh data 2 remaja (3,64%) memiliki tingkat penyesuaian diri sangat tinggi, 14 remaja (25,45%) memiliki tingkat penyesuaian diri tinggi, 25 remaja (45,45%) memiliki tingkat penyesuaian diri sedang, 11 remaja (20%) memiliki tingkat penyesuaian diri rendah dan 3 remaja (5,45%) memiliki tingkat penyesuaian diri sangat rendah.

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan menunjukkan hasilnya adalah  $r_{xy}$  sebesar 0,339 dengan  $p$  sebesar 0,011 ( $p < 0,05$ ) berarti ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Hipotesis yang diajukan diterima.

## **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, ada saran yang ditujukan kepada pihak tertentu, yaitu :

### 1. Bagi Remaja di Panti Asuhan.

Remaja diharapkan dapat memahami arti penting dari penyesuaian diri dan dapat mengambil nilai-nilai yang positif misalnya tidak menggantungkan diri pada orang lain, bertanggung jawab dan dapat menempatkan diri sebagai mana mestinya, sehingga mudah menyesuaikan diri dimanapun mereka berada dan mampu mengembangkan kepribadiannya pada diri secara optimal.

### 2. Bagi Pengasuh di Panti Asuhan.

Hendaknya pengasuh lebih memperhatikan anak-anak asuhnya khususnya remaja yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya. Selain mendapatkan bimbingan remaja di panti asuhan juga membutuhkan dukungan. Maka dari itu pengasuh diharapkan bisa meluangkan waktunya secara optimal dan memberikan dukungan-dukungan kepada anak-anak asuhnya sehingga remaja merasa dirinya diperhatikan, diterima dan disayangi semua lingkungan panti.

### 3. Bagi Penelitian Selanjutnya.

Bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penyesuaian diri hendaknya memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, misalnya: konsep diri, sikap, intelegensi, kepribadian, kondisi sekolah, teman sebaya dan lain sebagainya.

## Daftar Pustaka

- Effendi, R.W dan Tjahyono, E. 1999. Hubungan Antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Anima*, Volume 14. Nomor. 54. Halaman 214 – 227.
- Hartini, N. 2000. Deskripsi Kebutuhan Psikologi Pada Anak Panti Asuhan. *Jurnal Dinamika Sosial*. Volume 1. Nomor 1. Halaman 109-118.
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kartika, D. 1986. Dukungan Sosial dan Perilaku terhadap Orang Lain. *Jurnal Psikologi XXIII*. Nomor 1. Halaman 1 – 12.
- Oktavia, L dan Basri, A.S. 2002. Hubungan Antara Dukungan Sosial Yang Diterima Secara Nyata dengan Ada atau Tidaknya Gangguan Depresi Pasca Persalinan Pada Ibu Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi Sosial*. ISSN 0853-3997. Volume 8. Nomor 1. Halaman 15-18.
- Pramadi, A. 1996. Hubungan Antara Kemampuan Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Tugas dan Hasil Kerja. *Anima*. Volume XI. Nomor 43. Halaman 237 – 245 (Jurnal Penelitian kajian ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Surabaya).
- Pramudiani, D. 2001. Kualitas Hidup Penderita Penyakit Jantung Pasca Serangan Jantung Ditinjau Dari Dukungan Sosial dan Interval Waktu. *Psikodimensia (Kajian Ilmiah Psikologi)*. Volume 1. Nomor 2. Halaman 118 – 122.
- Santrock, J.W. 2002. *Live Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Edisi kelima. Alih bahasa : Chausairi, A. Jakarta : Erlangga.
- Septanti, Y. 2009. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun Diperumahan Papan Bestari Pasuruhan. *Anima (Kajian Ilmiah Fakultas Psikologi UNISULA )*.
- Shinta, E. 1995. Perilaku Coping dan Dukungan Sosial Pada Pemuda Penganggur Studi Deskriptif Terhadap Pemuda Penganggur Diperkotaan. *Jurnal Psikologi Indonesia*. Nomor 1. Halaman 1 -7.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT Grasindo.
- Willis, S dan Sofyan. 2005. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung : CV. Alfabeta.