

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gaya Kelekatan

1. Pengertian Gaya Kelekatan

Kelekatan (*attachment*) untuk pertama kalinya dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris pada tahun 1958 bernama John Bowlby¹. Kemudian formulasi yang lebih lengkap dikemukakan oleh Mary Ainsworth pada tahun 1969. Kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orang tua.²

Bowlby menyatakan bahwa hubungan ini akan bertahan cukup lama dalam rentang kehidupan manusia yang diawali dengan kelekatan anak pada ibu atau figur lain pengganti ibu. Pengertian ini sejalan dengan apa yang dikemukakan Ainsworth mengenai kelekatan.

Ainsworth mengatakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang dibentuk seorang individu dengan orang lain yang bersifat spesifik, mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu.³ Kelekatan merupakan suatu hubungan yang

¹ Ervika, Eka. 2005. *Kelekatan (Attachment) pada anak*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara. hal. 3

² Bretherton, Inge. 1992. The Origins of Attachment Theory: *John Bowlby and Mary Ainsworth*. *Developmental Psychology*, 28, 759-775, hal. 10 (online) (www.Psychology.sunysb.edu/attachment/online/inge_origins.pdf, diakses 5 Desember 2012)

³ Ibid.,

didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) yang dirancang untuk memelihara hubungan tersebut.

Tidak semua hubungan yang bersifat emosional atau afektif dapat disebut kelekatan. Adapun ciri afektif yang menunjukkan kelekatan adalah : hubungan bertahan cukup lama, ikatan tetap ada walaupun figur lekat tidak tampak dalam jangkauan mata anak, bahkan jika figur digantikan oleh orang lain dan kelekatan dengan figure lekat akan menimbulkan rasa aman.⁴

Santrock berusaha menerangkan beberapa pengertian kelekatan (*attachment*) dalam bahasa sehari-hari, kelekatan mengacu pada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu sama lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan relasi itu.⁵ Dalam bahasa Psikologi Perkembangan, kelekatan ialah adanya suatu relasi antara figur sosial tertentu dengan suatu fenomena tertentu yang dianggap mencerminkan karakteristik relasi yang unik. Selain itu, kelekatan juga didefinisikan sebagai ikatan emosional yang kuat antara bayi dan pengasuh.

Menurut Bartholomew dan Horowitz, gaya kelekatan merupakan kecenderungan individu dalam berelasi dengan individu lain yang bersifat afektif⁶. Gaya kelekatan adalah derajat keamanan yang dialami dalam hubungan interpersonal. Gaya-gaya yang berbeda

⁴ Ibid.,

⁵ Santrock, JW. 2002. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup: Jilid I*. Terjemahan oleh Achmad Chusairi dan Juda Damanik. Jakarta: Erlangga. hal. 108

⁶ Ni, Made. A,W. 2009. *Perbedaan Self-Esteem Ditinjau dari Gaya Kelekatan Pada Siswa Kelas XI SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang*. Skripsi Universitas Negeri Malang. hal. 28

pada awalnya dibangun pada saat masih bayi, tetapi perbedaan dalam kelekatan tampak mempengaruhi perilaku interpersonal sepanjang hidup⁷. Gaya kelekatan dengan orangtua pada masa remaja dapat membantu kompetensi sosial dan kesejahteraan sosial remaja, sebagaimana tercermin dalam ciri-ciri seperti harga diri, penyesuaian emosional, dan kesehatan fisik⁸. Menurut Ainsworth Gaya Kelekatan adalah kecenderungan perilaku lekat individu terhadap figur lekatnya yang terdiri atas tiga macam yaitu aman, cemas, dan menghindar.⁹

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan gaya kelekatan adalah kecenderungan perilaku emosional atau hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya yang mempunyai arti khusus, dan mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu. Gaya kelekatan terdiri atas tiga macam yaitu aman, cemas, dan menghindar. Perkembangan kelekatan berlangsung pada masa awal kelahiran dan cenderung menetap sampai sepanjang rentang kehidupan seseorang.

⁷ Baron & Byrne, *Psikologi Sosial Jilid 2*, Jakarta: Erlangga, 2004, hal. 10

⁸ Santrock, JW. *Op.cit.*

⁹ Helmi, dkk. *Op. cit.* hal. 69

2. Indikator Gaya Kelekatan

Menurut Ainsworth terdapat tiga variasi gaya *attachment* (kelekatan) yaitu gaya *attachment* aman, gaya *attachment* cemas, dan gaya *attachment* menghindar. Adapun indikatornya antara lain :¹⁰

a) Gaya Attachment Aman

Adapun ciri-ciri gaya kelekatan aman yaitu mempunyai model mental diri sebagai orang berharga, penuh dorongan, dan mengembangkan model mental orang lain sebagai orang yang bersahabat, dipercaya, responsive dan penuh kasih sayang. Berkembangnya model mental ini memberikan pengaruh yang positif terhadap kompetensi sosial, dan hubungan romantis yang saling mempercayai. Pada masa remaja/dewasa, gaya kelekatan aman akan mengembangkan pandangan yang positif terhadap diri dan orang lain. Hal ini terlihat pada karakteristik dibawah ini :

1. Memiliki kepercayaan ketika berhubungan dengan orang lain, yaitu individu mampu menjalin keakraban dengan orang lain baik dengan orang baru sekalipun. Hal ini ditandai dengan sikap yang mudah akrab pada siapapun, tidak khawatir bila ada orang lain yang mendekatinya dan senantiasa memandang orang lain dengan pandangan yang positif.
2. Memiliki konsep diri yang bagus, yaitu pemahaman individu terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Indikasi bahwa individu

¹⁰ Helmi, A.F. 1999. *Gaya Kelekatan dan Konsep Diri*. Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada. hal. 10-11

memiliki konsep diri yang bagus adalah mengembangkan sikap yang penuh percaya diri, mampu mandiri, berpikir realistis akan kemampuan yang dimiliki dan berusaha mencapai hasil yang sebaik mungkin.

3. Merasa nyaman untuk berbagi perasaan dengan orang lain, yaitu individu memiliki kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan pemikiran apa saja yang ada dalam dirinya. Hal ini meliputi kemampuan untuk berbagi cerita atau pengalaman, kemampuan untuk mendengar orang lain, dan siap menerima masukan dari siapapun.
4. Peduli dengan siapapun, yaitu individu memiliki jiwa yang responsiv dan mampu memberikan bantuan kepada orang lain.

b) *Gaya Attachment Cemas*

Orang dengan gaya kelekatan cemas mempunyai karakteristik model mental sebagai orang yang kurang perhatian, kurang percaya diri, merasa kurang berharga, dan memandang orang lain mempunyai komitmen rendah dalam hubungan interpersonal. Kurang asertif dan merasa tidak dicintai orang lain, kurang bersedia untuk menolong, dan ragu-ragu terhadap pasangan dalam hubungan romantis. Pada masa remaja/dewasa, gaya kelekatan cemas akan mengembangkan berbagai kecemasan terhadap diri dan orang lain. Hal ini terlihat seperti berikut

:

1. Enggan mendekati orang lain, yaitu individu memiliki kemampuan untuk melakukan hubungan sosial secara baik. Hal ini terlihat dengan sikap individu yang minder jika berhubungan dengan orang lain dan memiliki prasangka bahwa orang lain akan menjauhinya jika dia berusaha menjalin keakraban.
2. Khawatir jika temannya tidak mencintai, yaitu individu seringkali berpikir bahwa orang lain tidak menyayanginya dan merasa ketakutan jika ditinggalkan atau diabaikan orang lain.

c) Gaya *Attachment* Menghindar

Gaya kelekatan menghindar mempunyai karakteristik sebagai orang yang skeptis, curiga dan memandang orang sebagai orang yang kurang mempunyai pendirian. Hal ini terlihat seperti dibawah ini :

1. Susah menjalin hubungan yang akrab yaitu individu terlihat susah menjalin hubungan pertemanan yang akrab dengan orang lain dimana biasanya individu merasa tidak nyaman jika berdekatan dengan orang lain, termasuk pribadi yang senang menyendiri dan sulit mempercayai orang lain secara menyeluruh.
2. Keterlibatan emosinya rendah saat berhubungan sosial, yaitu dalam menjalin hubungan sosial individu hanya melibatkan emosi yang sedikit pada orang lain. Selain itu individu merupakan pribadi yang mudah curiga dan tidak mampu mengekspresikan dirinya secara terbuka pada orang lain.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Gaya Kelekatan

Ainsworth mengemukakan bahwa ada beberapa hal yang akan mempengaruhi pembentukan *attachment* dalam diri seseorang. Faktor-faktor tersebut antara lain :¹¹

A. Faktor Internal

1) Pengalaman masa lalu berkaitan dengan kehidupan seseorang sebelum seseorang tersebut memasuki dewasa. Perlakuan orang tua dan orang-orang disekitar individu tersebut akan mempengaruhi dirinya dalam membangun *attachment* dalam dirinya. Kejadian yang ia alami sejak masih kecil sampai dewasa muda, akan menjadi peristiwa yang dapat membentuk *attachment* pada diri seseorang. Perpisahan atau kehilangan orang-orang yang disayangi juga akan menjadi aspek yang dapat membentuk *attachment* pada diri seseorang. Maka dapat dikatakan bahwa perceraian orang tua juga akan mempengaruhi pembentukan *attachment* pada diri seseorang.

2) Faktor keturunan. Gen memang belum dapat dipastikan sebagai pembawa sifat keturunan dari *attachment*. Keturunan dikatakan dapat mempengaruhi pembentukan *attachment* karena cenderung anak untuk melakukan meniru orang tuanya. Anak akan meniru hal yang mereka lihat, tidak hanya yang dilakukan orang tuanya tetapi oleh orang-orang disekitarnya. Anak melihat dan melakukan hal tersebut berulang-ulang. Pada

¹¹ Ibid.,

akhirnya anak akan meniru tidak hanya perilaku tetapi juga emosi yang sama dengan figur yang ia contoh.

3) Ketidakkonsistenan cara pengasuhan

Banyak orang tua tidak konsisten dalam mendidik anak, ketidakpastian sikap orang tua membuat anak sulit membangun kelekatan tidak hanya secara emosional tetapi juga secara fisik. Sikap orang tua yang tidak dapat diprediksi membuat anak bingung, tidak yakin, sulit mempercayai dan patuh pada orang tua.

B. Faktor Eksternal

1) Sering berpindah tempat atau domisili

Sering berpindah tempat membuat proses penyesuaian diri anak menjadi sulit, terutama bagi seorang balita. Situasi ini akan menjadi lebih berat baginya jika orang tua tidak memberikan rasa aman dengan mendampingi mereka dan mau mengerti atas sikap atau perilaku anak yang mungkin saja aneh akibat dari rasa tidak nyaman saat harus menghadapi orang baru. Tanpa kelekatan yang stabil, reaksi negatif anak akhirnya menjadi bagian dari pola tingkah laku yang sulit diatasi.

B. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Penyesuaian adalah proses yang dilakukan individu pada saat menghadapi situasi dari dalam maupun dari luar dirinya. Pada saat individu mengatasi kebutuhan, dorongan-dorongan, tegangan dan konflik yang dialami agar dapat menghadapi kondisi tersebut dengan baik. Ada beberapa jenis penyesuaian antara lain penyesuaian sosial.

Hurlock menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Salah satu indikator penyesuaian sosial yang berhasil adalah kemampuan untuk menetapkan hubungan yang dekat dengan seseorang.¹²

Sedangkan Schneirders mengatakan penyesuaian sosial merupakan proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya.¹³

Sunarto dan Hartono meringkaskan penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Pencapaian keharmonisan yang dimaksud bisa berupa: adaptasi dengan lingkungan, konformitas dengan suatu kelompok sosial tertentu, penguasaan suatu keterampilan tertentu untuk mengatasi tantangan hidup dan kematangan emosional dalam

¹² Hurlock, E,b. 1978. *Perkembangan Anak Jilid I Edisi VI*. Jakarta: Erlangga. hal 287

¹³ Ibid.,

arti memiliki respon emosional yang tepat dalam menghadapi segala macam situasi. Pemahaman penyesuaian diri seperti di atas berlaku pula bagi remaja sekalipun kadar penyesuaian dirinya tidak semantap orang dewasa yang telah paripurna dalam penyesuaian dirinya. Dalam uraian selanjutnya penyesuaian diri difokuskan pada penyesuaian diri sebagai usaha adaptasi dengan lingkungan, dalam hal ini sudah tentu adalah lingkungan hidup remaja. Lingkungan hidup remaja dapat dipandang sebagai suatu arena di mana remaja dituntut untuk mampu bermain (menyesuaikan diri) di arena (arena-arena) hidupnya.¹⁴

Menurut Hurlock salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah hubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus bisa menyesuaikan dirinya dengan lawan jenis dan orang dewasa yang berada di lingkungan tempat tinggalnya. Dalam mencapai tujuan sosialisasi, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru, karena penyesuaian diri adalah hal yang terpenting dan tersulit dalam perubahan perilaku sosial.¹⁵

Dikatakan oleh Schneiders bahwa remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar akan memiliki perasaan rendah diri, cepat putus asa, mudah tersinggung dan tidak mempunyai konsep masa depan yang jelas. Perkembangan sosial individu sangat tergantung pada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri

¹⁴ Hartono & Sunarto. 1994. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia. hal. 131

¹⁵ Hurlock, E.B. *Op, Cit.*, hal 270

dengan lingkungannya serta ketrampilan mengatasi masalah yang dihadapi.¹⁶

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mudah menerima dirinya dan diterima oleh orang lain, baik teman sebaya maupun lingkungan sekitarnya dan dapat meningkatkan kualitas potensi yang dimiliki individu tersebut dalam lingkungannya. Selain itu penyesuaian sosial merupakan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan keinginan dari dalam dan tuntutan lingkungan. Penyesuaian sosial dapat menciptakan keharmonisan di setiap aspek kehidupan. Pencapaian keharmonisan yang dimaksud bisa berupa : adaptasi dengan lingkungan, konformitas dengan suatu kelompok sosial tertentu, penguasaan suatu keterampilan tertentu untuk mengatasi tantangan hidup dan kematangan emosional dalam arti memiliki respon emosional yang tepat dalam menghadapi segala macam situasi.

2. Indikator Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock ada empat indikator Penyesuaian Sosial yang baik, antara lain¹⁷ :

1. Penampilan nyata, maksudnya perilaku sosial yang ditampilkan individu sesuai dengan standart kelompok. Individu mampu

¹⁶ Nina. 2010. *Pengaruh Gaya Kelekatan terhadap Penyesuaian Sosial mahasiswa baru fakultas Psikologi UIN Maliki Malang*. Skripsi. Universitas Islam Negri Malang. hal 27

¹⁷ Nina. *Op, Cit.*, hal 54

berpenampilan sesuai dengan situasi, menerima kondisi fisiknya dan mampu berinteraksi dengan baik dalam kelompok. Bentuk penyesuaiannya meliputi berpenampilan sesuai dengan situasi dan mampu berinteraksi dengan kelompok.

2. Penyesuaian diri terhadap kelompok, yaitu individu mampu menyesuaikan diri terhadap berbagai kelompok. Bentuk penyesuaiannya meliputi mampu menerima sikap dan sifat orang lain yang berbeda, bersedia bekerja sama dalam kelompok dan senantiasa bertanggung jawab dalam segala hal.
3. Kepuasan pribadi, maksudnya individu merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran sosial yang dihadapi. Indikasi bahwa individu telah memperoleh kepuasan pribadi antara lain : Individu memiliki hubungan sosial yang luas, mampu menjalankan peran sosial baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota dan lebih realaistis menghadapi hidup.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Sunarto dan Hartono menjelaskan proses penyesuaian diri remaja identik dengan faktor faktor yang memengaruhi penyesuaian diri remaja dan mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Secara sekunder proses penyesuaian diri remaja ditentukan oleh faktor faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik

internal maupun eksternal. Penentu penyesuaian identik dengan faktor faktor yang memengaruhi penyesuaian diri remaja sebagai berikut.¹⁸

a. Faktor Internal

1) Kondisi Jasmaniah

Kondisi jasmaniah seperti pembawaan dan struktur/konstitusi fisik dan temperamen sebagai disposisi yang diwariskan, aspek perkembangannya secara instrinsik berkaitan erat dengan susunan/konstitusi tubuh. Misalnya orang yang tergolong ektomorf yaitu yang ototnya lemah, tubuhnya rapuh, ditandai dengan sifat-sifat menahan diri, segan dalam aktifitas sosial, pemalu, dan sebagainya. Karena struktur jasmaniah merupakan kondisi primer bagi tingkah laku maka dapat diperkirakan bahwa sistem saraf, kelenjar, dan otot merupakan faktor yang penting bagi proses penyesuaian diri. Dengan demikian, kondisi sistem-sistem tubuh yang baik merupakan syarat bagi tercapainya proses penyesuaian diri yang baik.

2) Perkembangan, Kematangan dan Penyesuaian Diri

Dalam proses perkembangan, respon anak berkembang dari respon yang bersifat instinktif menjadi respon yang diperoleh melalui belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia perubahan dan perkembangan respon, tidak

¹⁸ Nina. *Op, Cit.*, Hal 30

hanya melalui proses belajar saja melainkan anak juga menjadi matang untuk melakukan respon dan ini menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Sesuai dengan hukum perkembangan, tingkat kematangan yang dicapai berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya, sehingga pencapaian pola-pola penyesuaian diri pun berbeda pula secara individual. Dengan kata lain, pola penyesuaian diri akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang dicapainya. Kondisi-kondisi perkembangan mempengaruhi setiap aspek kepribadian seperti : emosional, sosial, moral, keagamaan dan intelektual.

3) Penentu Psikologis terhadap Penyesuaian diri

Beberapa faktor psikologis yang mempengaruhi penyesuaian diri, diantaranya adalah:

a. Pengalaman

Tidak semua pengalaman mempunyai arti bagi penyesuaian diri. Pengalaman-pengalaman tertentu yang mempunyai arti dalam penyesuaian diri adalah pengalaman yang menyenangkan dan pengalaman traumatik.

b. Belajar

Proses belajar merupakan suatu dasar yang fundamental dalam proses penyesuaian diri, karena melalui belajar ini akan berkembang pola-pola respon yang akan membentuk kepribadian.

c. Determinasi Diri

Dalam proses penyesuaian diri, disamping ditentukan oleh faktor-faktor tersebut diatas, orangnya itu sendiri menentukan dirinya, terdapat faktor kekuatan yang mendorong untuk mencapai sesuatu yang baik atau buruk, untuk mencapai taraf penyesuaian yang tinggi, dan atau merusak diri. Faktor-faktor itulah yang disebut determinasi diri.

d. Konflik dan penyesuaian

Ada beberapa pandangan bahwa semua konflik bersifat mengganggu atau merugikan. Sebenarnya, beberapa konflik dapat bermanfaat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kegiatan. Proses penyesuaian ini terletak pada bagaimana seseorang untuk mengelola konflik yang dialaminya sehingga mengarah pada pencapaian tujuan yang menguntungkan baik secara individu atau sosial.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Berbagai lingkungan anak seperti keluarga dan pola hubungan didalamnya, sekolah, masyarakat, kultur dan agama berpengaruh terhadap penyesuaian diri anak. Berbagai lingkungan anak seperti keluarga dan pola hubungan di dalamnya, sekolah, masyarakat, kultur, dan agama

berpengaruh dalam penyesuaian diri. Pola hubungan antara orang tua dengan anak akan mempunyai pengaruh terhadap proses penyesuaian diri, seperti hubungan dimana orang tua menerima anaknya secara hangat sehingga anak merasa nyaman, atau dalam bentuk proses pendisiplinan yang berpengaruh terhadap pola pengaturan waktu bagi anak.

a. Pengaruh rumah dan keluarga.

Dari sekian banyak faktor yang memengaruhi penyesuaian diri remaja, faktor rumah dan keluarga merupakan faktor yang sangat penting, karena keluarga merupakan satuan kelompok sosial terkecil. Interaksi sosial yang pertama diperoleh individu adalah dalam keluarga. Kemampuan interaksi sosial ini kemudian akan dikembangkan di masyarakat.

b. Hubungan Orang Tua dan Anak

Pola hubungan antara orang tua dengan anak akan mempunyai pengaruh terhadap proses penyesuaian diri anak – anak. Beberapa pola hubungan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri antara lain :

- 1) Menerima (*acceptance*) ; dimana orang tua menerima anaknya dengan baik yang menimbulkan suasana hangat dan rasa nyaman bagi anak

2) Menghukum dan disiplin yang berlebihan ; Orang tua dan anak sama-sama keras dan disiplin yang ditanamkan orang tua terlalu kaku dan berlebihan sehingga menimbulkan psikologis anak terganggu

3) Memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan ; Memanjakan anak secara berlebihan dapat menimbulkan rasa tidak aman, cemburu, rendah diri pada diri anak

4) Penolakan ; dimana orang tua menolak kehadiran anaknya dimana situasi ini dapat menghambat penyesuaian diri anak.

c. Hubungan saudara

Suasana hubungan saudara yang penuh persahabatan, kooperatif, saling menghormati, penuh kasih sayang, mempunyai kemungkinan yang lebih besar untuk tercapainya penyesuaian yang lebih baik. Sebaliknya suasana permusuhan, perselisihan, iri hati, kebencian, dan sebagainya dapat menimbulkan kesulitan dan kegagalan penyesuaian diri.

d. Masyarakat

Kedaaan lingkungan masyarakat dimana individu berada merupakan kondisi yang menentukan proses dan

pola-pola penyesuaian diri. Kondisi studi menunjukkan bahwa banyak gejala tingkah laku salah bersumber dari keadaan masyarakat. Pergaulan yang salah di kalangan remaja dapat memengaruhi pola-pola penyesuaian dirinya.

e. Sekolah

Sekolah mempunyai peranan sebagai media untuk memengaruhi kehidupan intelektual, sosial dan moral para siswa. Suasana di sekolah baik sosial maupun psikologis menentukan proses dan pola penyesuaian diri. Disamping itu, hasil pendidikan yang diterima anak disekolah akan merupakan bekal bagi proses penyesuaian diri di masyarakat.

2) Kultural dan Agama Sebagai Penentu Penyesuaian Diri

Lingkungan kultural dimana individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya.

Contohnya tatacara kehidupan di sekolah, masjid, gereja, dan semacamnya akan mempengaruhi bagaimana anak menempatkan diri dan bergaul dengan masyarakat sekitarnya.

Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan lainnya. Agama juga memberikan suasana damai dan tenang bagi anak.

Agama merupakan sumber nilai, kepercayaan dan pola-pola

tingkah laku yang akan memberikan tuntunan bagi arti, tujuan, dan kestabilan hidup umat manusia. Agama memegang peranan penting sebagai penentu dalam proses penyesuaian diri.

4. Penyesuaian Sosial dalam Kajian Keislaman

a. Telaah Konsep Penyesuaian Sosial Menurut Psikologi

Penyesuaian Sosial menurut Hurlock merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya¹⁹. Schneiders mengatakan penyesuaian sosial merupakan proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya²⁰. Sunarto dan Hartono meringkaskan penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya²¹. Jadi dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan keinginan dari dalam dan tuntutan lingkungan.

b. Pola Teks Tentang Penyesuaian Sosial

Dalam proses penyesuaian sosial banyak komponen yang mendukung proses tersebut, antaranya adalah adanya aktor (manusia

¹⁹ Hurlock, E,b. *Op cit.* hal 287

²⁰ Ibid.,

²¹ Hartono & Sunarto. *Op cit.* hal. 131

atau kelompok manusia). Dalam penelitian ini aktor yang berperan adalah mahasiswa baru Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang Tahun Akaemik 2012/2013. Bentuk penyesuaian sosial umumnya, adaptasi dengan lingkungan, konformitas dengan suatu kelompok sosial tertentu, penguasaan suatu keterampilan tertentu untuk mengatasi tantangan hidup dan kematangan emosional dalam arti memiliki respon emosional yang tepat dalam menghadapi segala macam situasi. Tujuan dari penyesuaian sosial adalah menciptakan keharmonisan di setiap aspek kehidupan yang di imbangi dengan penyelarasan norma sosial yang berlaku. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain kondisi jasmaniah, perkembangan, kematangan dan penyesuaian diri, penentu psikologis terhadap penyesuaian diri (Pengalaman, belajar, determinasi diri, konflik dan penyesuaian). Faktor eksternal yang meliputi lingkungan sebagai penentu dalam hal ini dimulai dari lingkungan rumah dan keluarga yang menjadi cikal bakal proses penyesuaian sosial, hubungan orang tua dan anak, hubungan antar saudara, hubungan dengan masyarakat dan di tempat individu tersebut menuntut ilmu (sekolah). Kultur dan agama juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian sosial. Efek yang ditimbulkan setelah proses penyesuaian sosial terlaksana adalah diterimanya individu tersebut didalam sebuah lingkungan, di samping itu apabila proses penyesuaian sosial tidak berhasil dicapai maka

individu tersebut akan berusaha menarik diri dari lingkungan, akan terdapat banyak permasalahan dan berdampak pada psikis seseorang.

c. Analisis Komponen Tentang Penyesuaian Sosial

Tabel 2.1

Analisis Komponen Tentang Penyesuaian Sosial

| No. | Komponen | Deskripsi |
|-----|----------|---|
| 1 | Aktor | <ol style="list-style-type: none"> 1. Manusia 2. Kelompok manusia |
| 2 | Bentuk | <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptasi dengan lingkungan, 2. Konformitas dengan suatu kelompok sosial tertentu 3. Penguasaan suatu keterampilan tertentu untuk mengatasi tantangan hidup dan kematangan emosional dalam arti memiliki respon emosional yang tepat dalam menghadapi segala macam situasi adaptasi dengan lingkungan |
| 3 | Tujuan | Menciptakan keharmonisan di setiap aspek kehidupan yang di imbangi dengan penyesuaian norma sosial yang berlaku |
| 4 | Norma | Norma sosial sebagai acuan |
| 5 | Faktor | Faktor internal antara lain kondisi jasmaniah, perkembangan, kematangan dan penyesuaian diri, penentu psikologis terhadap penyesuaian diri (Pengalaman, belajar, determinasi diri, konflik dan penyesuaian). Faktor eksternal yang meliputi lingkungan sebagai penentu dalam hal ini dimulai dari lingkungan rumah dan |

| | | |
|---|------|---|
| | | keluarga yang menjadi cikal bakal proses penyesuaian sosial, hubungan orang tua dan anak, hubungan antar saudara, hubungan dengan masyarakat dan di tempat individu tersebut menuntut ilmu (sekolah). Kultur dan agama juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian sosial |
| 6 | Efek | Penerimaan individu di lingkungan, apabila proses penyesuaian sosial tidak berhasil dicapai maka individu tersebut akan berusaha menarik diri dari lingkungan, akan terdapat banyak permasalahan dan berdampak pada psikis seseorang. |

5. Telaah Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

a. Sampel Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

Manusia diciptakan oleh Allah SWT untuk saling mengenal dan menjalin persaudaraan ibarat satu tubuh yang saling menguatkan. Manusia dianjurkan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik dalam lingkungan serta selalu menjaga diri dari penyakit-penyakit orang-orang yang ada disekitarnya. Manusia diciptakan di dunia rukun tanpa mengolok-olok orang lain, seperti yang disebutkan dalam firman-NYA yang berbunyi :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ قَوْمًا مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءً
 مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّقَابِ
 بِيَسِّ الْأَسْمَاءِ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

Artinya :

Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim. (Al Hujarat : 11)²²

Manusia diciptakan dengan berbagai perbedaan akan tetapi perbedaan itu bukan untuk dipermasalahkan atau dijadikan masalah oleh setiap manusia, akan tetapi adanya perbedaan itu harusnya dijadikan sebagai ajang untuk saling mengenal dan menjalin persaudaraan, seperti yang disebutkan dalam firman-NYA yang berbunyi :

²² Sjadzali, Munawir. 1992. Yayasan Penyelenggaraan Penterjemahan/Penafsir Al Qur'an Departemen Agama RI. *Al Qur'an dan Terjemahannya*. Edisi Lux. Semarang: CV. As-Syifa'. hal. 846

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاهُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاهُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya :

Hai manusia, Sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. (*Al Hujarat : 13*)²³

Lebih dari itu, berinteraksi dengan sesama manusia adalah kebutuhan sangat mendasar bagi setiap manusia. Karena itulah Islam memerintahkan agar umat manusia menjalin persaudaraan (menyambung silaturrahi) tanh diandasi perasaan cinta dan kasih sayang dan melarangnya untuk memutuskannya. Allah berfirman :

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴿١٠﴾

Artinya :

Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang Telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah

²³ Ibid. hal. 847

menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silatullah. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan Mengawasi kamu. (*An-Nisa' : 1*)²⁴

b. Pola Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

Dalam perspektif Islam penyesuaian sosial diartikan seperti hubungan silatullah. Setiap manusia beriman diwajibkan untuk menjalin silatullah karena Allah SWT membenci orang-orang yang memutuskan silatullah dan silatullah mempunyai pengaruh yang positif bagi psikis seseorang, seperti contohnya dengan menjalin silatullah dengan orang lain dapat menghilangkan kejenuhan, kepenatan dan kesepian dan dapat mengurangi emosi seseorang. Disisi lain dengan bersilatullah dapat membuat orang menjalin banyak relasi dan kenalan baik dalam kehidupan bermasyarakat bahkan sampai dalam hal pekerjaan. Dengan bersilatullah dapat membuat seseorang menemukan teman akrab bahkan sampai menemukan sahabat sejati.

²⁴ Ibid. hal. 486

c. Analisis Komponensial Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

Tabel 2.2

Analisis Komponensial

| No. | KOMPONEN | DESKRIPSI |
|-----|----------|--|
| 1 | Aktor | 1. Orang Beriman (امنو) 2. Kaum (قوم) 3. Manusia (الناس) 4. Kumpulan wanita (نساء) 5. Bangsa-bangsa (شعوباً) 6. Suku-suku (قبائل) |
| 2 | Bentuk | 1. Saling menolong (تعاون) 2. Saling meminta (تسائلون) 3. Saling bersilaturahmi (الأرحام) 4. Saling mengenal (تعارف) |
| 3 | Tujuan | 1. Orang paling mulia (اكرمكم) 2. Orang paling bertaqwa (متقين) |
| 4 | Norma | Agama (الدين) |
| 5 | Faktor | 1. Eksternal a. Jasmani (جساد) b. Perkembangan (تنمية) 2. Internal a. Lingkungan (بائة) b. Agama (الدين) |
| 6 | Efek | 1. Positif a. Orang saleh (صالحون) 2. Negatif a. Orang dzalim (ظالمون) |

6. Inventarisasi Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

Tabel 2.3

Inventarisasi Teks Islam Tentang Penyesuaian Sosial

| No. | Teks | Makna | Substansi | Sumber | Jml. |
|-------------------|-----------|-----------------|---------------------|---|-----------|
| 1. | (تعاون) | Saling menolong | Penampilan nyata | 23:101, 24:61, 7:199 | 3 |
| 2. | (تسائلون) | Saling meminta | Penyesuaian pribadi | 3:26, 5:114, 7:180&203, 17:110, 2:118, 4:1, 6:8, 37,109&111, 10:20, 11:12, 13:7, 27&38, 15:7, 17:90-91&93, 20:133, 21:5, 25:7-8, 41:34, 29:50, 98:1 | 27 |
| 3. | (الأرحام) | Sillaturrahmi | Sikap sosial | 8:75, 13:21&25, 49:10-11, 4:1, 30:38, 33:6, 60:8, 2:27, 90:17-18, 47:23, 50:25, 24:22 | 15 |
| 4. | (تعارف) | Saling kenal | Kepuasan sosial | 49:13, 3:134, 2:153 | 3 |
| Total Ayat | | | | | 48 |

7. Rumusan Konseptual tentang Penyesuaian Sosial menurut Islam

Berinteraksi dan berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Selain secara kodrati manusia adalah makhluk sosial yang memerlukan bantuan dan

berhubungan dengan sesamanya untuk dapat hidup dan berkembang secara normal (baik). Manusia perlu berinteraksi dengan sesamanya juga untuk dapat memenuhi segala kebutuhan dalam hidupnya, baik kebutuhan fisiologis, seperti makan, minum, kebutuhan tempat tinggal dan sebagainya. Serta kebutuhan ruhaniyah seperti kebutuhan akan kasih cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan aktualisasi diri dan sebagainya yang akan dapat dipenuhi jika seseorang bersedia bekerja sama dengan sesamanya²⁵.

C. Hubungan antara Gaya Kelekatan dengan Penyesuaian Sosial

Hasil penelitian Mikulincer merinci lebih detail tentang struktur self. Kelompok gaya kelekatan yang berbeda tidak hanya berpengaruh pada pandangan yang positif terhadap diri tetapi juga dimensi struktur diri yang berbeda. Orang dengan gaya kelekatan aman menekankan pentingnya hubungan kelekatan yang hangat dalam perkembangan yang positif, kohern, struktur diri yang diorganisasikan dengan baik. Mereka akan mendeskripsikan diri dengan cara positif dan skema diri yang terintegrasi. Penelitian Collins dan Read mengatakan anbahwa orang dengan gaya kelekatan aman akan lebih percaya diri dalam situasi sosial dan menjadi lebih asertif serta dalam memandang orang lain pun juga lebih positif dan altruistik²⁶.

²⁵ Amin, Samsul M. & Haryono A. 2007. *Kenapa Harus Stress Terapi Stress Ala Islam*. Jakarta: amzah. Hal. 131

²⁶ Helmi A.F, 2004. *Model Teoritik Gaya Kelekatan , Atribusi, Emosi, Respon dan Perilaku Marah*. Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada. Hal. 2

Barrett dan Holmes mengatakan bahwa orang dengan kelekatan cemas akan berbeda dalam melakukan interpretasi, dan seseorang dengan kelekatan tidak aman yaitu menghindar dan cemas akan menginterpretasikan situasi sosial yang ambigu dengan perspektif mengancam dirinya²⁷.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa gaya kelekatan merupakan salah satu sumber adanya perbedaan tentang penyesuaian sosial seseorang. Kemampuan penyesuaian sosial seseorang yang baik ditandai dengan kemampuan penyesuaian diri terhadap kelompok, mampu bekerja sama dengan orang lain, lebih menghargai orang, memiliki kepuasan pribadi, memiliki kepercayaan diri relatif bagus dan menunjukkan sikap yang menyenangkan pada orang lain²⁸.

Dapat dikatakan bahwa penyesuaian sosial yang baik akan dimiliki oleh mereka yang mempunyai gaya kelekatan aman. Hal ini disebabkan seseorang yang memiliki gaya kelekatan aman akan cenderung menilai diri dan lingkungan luarnya secara positif, sehingga akan semakin mempermudah proses penyesuaian sosial seseorang dalam lingkungan baru. Begitupun sebaliknya, seseorang akan kesulitan melakukan penyesuaian sosial ketika orang tersebut memiliki kelekatan tidak aman (cemas dan menghindar). Hal ini dikarenakan mereka akan mengembangkan konsep diri yang negatif dan menghambat proses penyesuaian sosial. Dari deskripsi diatas

²⁷ Ibid. Hal. 6

²⁸ Hurlock. *Op, Cit.*, hal 287

maka dapat disimpulkan bahwa gaya kelekatan sangat erat kaitannya dengan penyesuaian sosial disamping beberapa faktor pemicu lainnya.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dapat diartikan pernyataan yang bersifat terkaan dari hubungan antara dua atau lebih variabel.²⁹ Hipotesis pada umumnya dinyatakan dengan bentuk hipotesis alternatif (H_1) dan hipotesis nol (H_0). H_a adalah pernyataan yang diharapkan akan terjadi sedangkan H_0 adalah pernyataan yang menunjukkan tidak ada perubahan.

H_a : Ada hubungan antara Gaya Kelekatan dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun Akademik 2012.

H_0 : Tidak ada hubungan antara Gaya Kelekatan dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun Akademik 2012.

²⁹ Moh.Nazir,ph. D. 2003. *Metode Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia, hal 151