



# Jurnal Islamika Granada

Available online <https://penelitimuda.com/index.php/IG/index>

## Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam

### ***Corellation Between Adjustment and Happiness in Adolescents at The Pembangun Didikan Islam Foundation Orphanage***

Sri Wahyu Purwningsih<sup>(1\*)</sup> & Anna Wati Dewi Purba<sup>(2)</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

\*Corresponding author: sriwhyu1@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara penyesuaian diri dengan kebahagiaan pada remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam dengan populasi 60 orang dan sample yang digunakan sebanyak 40 orang. Metode penelitian pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dimana penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian dengan menggunakan metode statistic yang mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi-Product Moment. Berdasarkan perhitungan analisis  $r$  Product Moment dengan nilai atau koefisien ( $r_{xy}$ ) = 0,906 dan koefisien ( $r^2$ ) = 0,820 dengan  $p = 0,000 < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Kebahagiaan. penyesuaian diri berkontribusi terhadap kebahagiaan sebesar 82%. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 16% dari faktor lain dari kebahagiaan yang tidak dijelaskan dalam penelitian dan tidak terlihat dalam penelitian ini. Bahwa remaja memiliki Penyesuaian Diri yang tergolong tinggi dengan mean empiric = 102,05 > mean hipotetik = 77,5 dimana selisih kedua mean melebihi bilangan  $SD = 8,500$  dan Kebahagiaan remaja tergolong tinggi dengan mean empiric 119,78 > mean hipotetik = 92 dimana selisih kedua mean melebihi bilangan  $SD = 9,316$

**Kata Kunci:** Kebahagiaan; Penyesuaian Diri; Remaja.

#### **Abstract**

*This study aims to see the relationship between self-adjustment and adolescent happiness. The subjects in this study were teenagers at Panti asuhan Yayasan pembangun didikan Islam with a population of 60 people and the sample used was 40 people. The research method in this study uses correlational quantitative methods where correlational quantitative research is research using statistical methods that measure the relationship between two or more variables. The data analysis method used in this research is Correlation-Product Moment. Based on the analysis of  $r$  Product Moment with a value or coefficient ( $r_{xy}$ ) = 0.906 and a coefficient ( $r^2$ ) = 0.820 with  $p = 0.000 < 0.05$ . These results indicate that the hypothesis proposed in this study is accepted, namely that there is a relationship between Adjustment and Happiness. adjustment thanks to happiness by 82%. From these results it is known that there are still 16% of other factors of happiness that are not explained in the study and are not seen in this study. That adolescents have high self-adjustment with empirical mean = 102.05 > hypothetical mean = 77.5 where the second difference exceeds  $SD = 8,500$  and adolescent happiness is high with empirical mean 119.78 > hypothetical mean = 92 where the difference between the two means exceeds the number  $SD = 9,316$ .*

**Keywords:** Happiness; Self Adjustment; Adolescent.

**How to Cite:** Purwaningsih, S. W., & Purba, A. W. D., (2022). Hubungan Penyesuaian Diri dengan Kebahagiaan Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam. *Jurnal Islamika Granada*, 2 (3): 115-120.

## PENDAHULUAN

Keluarga pada umumnya terdiri dari seorang ayah, ibu dan anak yang tinggal bersama. Keluarga merupakan tempat pertama bagi seorang anak untuk mendapatkan perhatian dan kasih sayang, perhatian dan kasih sayang yang mereka dapatkan akan menjadi dukungan bagi mereka untuk tumbuh dewasa, bermoral dan bijaksana. kebutuhan-kebutuhan seperti kebutuhan fisik, psikologis dan kebutuhan sosial juga didapatkan dari keluarga.

Keluarga sangat berperan penting dalam tumbuh kembang seorang anak. Dalam perkembangannya seorang anak akan memasuki masa remaja, masa remaja merupakan masa transisi seorang anak menuju dewasa. Menurut Hurlock (2006) remaja memiliki arti yang luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan perubahan fisik. Awal masa remaja kira-kira dari 13-16 atau 17 tahun , dan akhir dari masa remaja mulai dari 16 atau 17 tahun atau 18 tahun. Masa remaja merupakan masa yang penting karena adanya masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan seperti perubahan fisik, perubahan sosial, perubahan moral, dan perubahan kepribadian. Dalam hal ini perhatian dan arahan dari keluarga atau orangtua sangat diperlukan agar remaja dapat menjalani tugas-tugas perkembangannya dengan baik dan tidak menyimpang.

Dalam kehidupan ini tidak semua anak atau remaja beruntung bisa merasakan perhatian dan hangatnya kasih sayang dari kedua orangtua, mereka yang tidak beruntung harus bisa menerima kenyataan pahit bahwa ia tidak memiliki keluarga yang utuh, bahkan sebagian dari mereka menjadi terlantar. Menurut Hartini (2000) ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan seorang anak menjadi terlantar yaitu karena faktor rendahnya ekonomi, menjadi yatim, piatu ataupun menjadi anak yatim piatu. Hal tersebut yang menjadikan anak-anak terlantar sehingga kebutuhan fisik, psikologis dan kebutuhan sosial mereka tidak terpenuhi dengan baik. Anak-anak yang kurang beruntung seperti ini, maka selanjutnya akan dirawat oleh pemerintah maupun swasta pada suatu lembaga sosial yang disebut Yayasan Panti Asuhan.

Panti asuhan adalah suatu lembaga yang didirikan untuk membentuk perkembangan psikis dan fisik pada anak yang tidak memiliki keluarga ataupun yang tidak tinggal bersama dengan keluarga, dengan begitu itu panti asuhan berperan sebagai pengganti keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak dan remaja dalam melewati masa perkembangannya (Mulyati,1997)

Kehidupan remaja yang tinggal bersama keluarga dengan remaja yang tinggal dipanti asuhan sudah pasti berbeda. Remaja panti asuhan tidak dapat merasakan hangatnya kasih sayang dan perhatian yang intens dari keluarga sendiri seperti dari orangtua ataupun saudara kandung, mereka tidak memiliki objek lekat, mereka tidak bisa merasakan fasilitas pribadi seperti memiliki kamar tidur sendiri, karena didalam panti mereka harus berbagi kamar dengan anak-anak panti yang lainnya, mereka tidak bisa merasakan momen liburan bersama keluarga, hal-hal tersebutlah yang terkadang dapat menimbulkan kesedihan dari remaja di panti asuhan. Menurut Horn (dalam Hurlock, 2006) seseorang yang kurang merasakan cinta pada masa kanak-kanaknya akan merasa tidak bahagia dalam menjalani kehidupan selanjutnya. Begitu juga dengan

anak-anak yang berada dipanti asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam sudah pasti mereka kurang merasakan cinta dan kasih sayang dari kedua orangtua ataupun keluarga, namun walaupun mereka kurang mendapatkan cinta dan kasih sayang dari kedua orangtua tidak menutup kemungkinan bagi mereka untuk tetap merasakan kebahagiaan, mereka tetap dapat merasakan kebahagiaan karena kebahagiaan bagi setiap orang sudah pasti berbeda dan kebahagiaan itu bisa datang dari mana saja.

Menurut Hurlock (2006) kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Kebahagiaan sesungguhnya merupakan suatu hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen emosi apapun (Seligman dalam Danty, 2016).

Ciri-ciri kebahagiaan menurut Myers (2004) yaitu menghargai diri sendiri, optimis, terbuka dan mampu mengendalikan diri. Individu yang menghargai dirinya dan percaya akan kemampuan dirinya, selalu bersemangat terhadap apa yang ingin ia capai serta mampu bersosialisasi dengan orang lain merupakan individu yang bahagia.

Kebahagiaan merupakan tujuan yang ingin dicapai oleh setiap orang. Banyak cara bagi seseorang untuk mendapatkan kebahagiaannya dan kebahagiaan seseorang sudah pasti berbeda-beda. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang salah satunya adalah penyesuaian diri dengan menyesuaikan diri individu dapat menyerlaskan sesuatu mengenai dirinya dengan lingkungannya agar terciptanya kebahagiaan tanpa ada rasa tekanan yang dirasakan individu.

Dalam perkembangan seorang remaja terdapat tahapan-tahapan dimana salah satu tahapan tersebut adalah penyesuaian diri, bahwa remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan lebih bahagia dengan remaja yang penyesuaian dirinya buruk (Hurlock, 2006). Bagi remaja panti asuhan mereka harus dapat menyesuaikan diri dengan keadaan mereka yang sudah tidak memiliki orangtua dan harus berada dipanti asuhan agar dapat melanjutkan kehidupan yang layak. Remaja yang tinggal di panti asuhan harus dapat menerima kenyataan bahwa mereka tidak mempunyai keluarga lagi, menerima keadaan diri agar dapat menyesuaikan diri dengan baik dan dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungan panti asuhan. Lingkungan panti asuhan adalah lingkungan sosial yang utama bagi remaja panti dalam melakukan penyesuaian diri keberadaanya di panti asuhan akan membuat mereka mampu belajar bersosialisasi dengan teman-teman panti ataupun 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 (Kumalasari & Ahyani, 2012).

Penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan terciptanya keselarasan antara individu dengan realitas (Ghufron & Risnawita, 2016). Penyesuaian diri remaja menuntut kemampuan remaja untuk dapat hidup dan bergaul

secara wajar dengan lingkungannya, sehingga remaja dapat merasakan kepuasan terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya (Wilis dalam Kumalasari & Ahyani, 2012). Begitupun dengan remaja di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam mereka harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan panti, dengan peraturan-peraturan yang mungkin sebelumnya tidak ada dirumah mereka, di dalam panti mereka melakukan kegiatan secara bersama-sama seperti beribadah, menjaga kebersihan panti, dan makan bersama.

Berpindah tempat tinggal yang awalnya tinggal bersama orangtua lalu tinggal di panti asuhan sudah pasti akan ada perbedaan, di panti asuhan para remaja harus dapat mengikuti aturan-aturan yang telah ditetapkan oleh pihak panti adapun peraturan tersebut seperti tidak diperbolehkan keluar malam, dilarang merokok, mengaji bersama-sama, sholat berjamaah, menyuci baju sendiri, membereskan tempat tidur sendiri dan menjaga kebersihan lingkungan panti oleh karena itu remaja di panti asuhan yayasan pembangun didikan islam harus dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan panti dengan melakukan penyesuaian diri mereka akan lebih mudah menjalani aturan-aturan yang ada dan tidak merasakan tekanan. Kasih sayang dan perhatian yang diberikan ibu panti serta kebersamaan remaja dengan teman-teman dipanti membuat remaja tidak merasa kesepian dan merasa diterima dilingkungan panti, hal tersebut menjadi dukungan untuk mereka dalam menyesuaikan diri dilingkungan panti.

Remaja yang mampu dalam menyesuaikan diri baik itu dengan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat cenderung dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya. Sehingga kemampuannya dalam menyesuaikan diri tersebut akan mengakibatkan remaja menjadi lebih percaya diri, terbuka, dan bisa bersosialisasi. Asumsi tersebut diperkuat dengan pernyataan Hurlock (2006) yang menyatakan bahwa remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan lebih bahagia dibandingkan dengan remaja yang penyesuaian dirinya buruk.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “hubungan antara Penyesuaian Diri dengan kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan”. Untuk melihat bagaimana hubungan penyesuaian diri terhadap kebahagiaan pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Pembangun Didikan Islam.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Sampel pada penelitian ini sebanyak 40 remaja. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri dan kebahagiaan yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dan aspek-aspek kebahagiaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi  $r$  Product Moment dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan penyesuaian diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam dimana

dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,906$ . Dengan  $p < 0,05$ , artinya berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan penyesuaian diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam dengan hasil semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi pula kebahagiaan seseorang. Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imania (2018), dalam penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa nilai  $\text{sig.} 0,001$  yang artinya  $\text{sig.} < 0,05$  atau dengan kata lain bahwa variabel penyesuaian diri dengan variabel kebahagiaan memiliki hubungan yang signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2019) diketahui bahwa adanya hubungan penyesuaian diri dengan kebahagiaan dengan nilai  $\text{sig. } 0,019 < 0,05$ . sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang membahas mengenai hubungan penyesuaian diri dengan kebahagiaan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, sumbangannya efektif yang diberikan Penyesuaian Diri dengan Kebahagiaan sebesar 82% sehingga masih terdapat 18% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain dari Kebahagiaan yang pada penelitian ini tidak diteliti. Faktor-faktor lain diantaranya adalah kesehatan, tingkat otonomi, kondisi kehidupan dan pemilikan harta benda.

Hasil analisis mean empirik yang diperoleh dari variabel penyesuaian diri adalah 102,5 sehingga berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dari subjek penelitian masuk kedalam kategori tinggi. Dan untuk mean empirik yang diperoleh dari variabel Kebahagiaan adalah 119,78 berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dari subjek penelitian masuk dalam kategori tinggi.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gunawan (2020) dengan judul Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan mendapatkan hasil bahwa respondennya merasa bahwa kebahagiaan datang dari kemampuannya untuk dapat menempatkan diri dan dapat beradaptasi. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini diketahui bahwa remaja panti asuhan dapat melakukan semua aktivitas bersama-sama dengan teman yang lainnya, dan mereka juga melakukan tugas-tugas mereka dengan senang hati tanpa paksaan mereka sudah memahami kewajiban mereka masing-masing sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja dipanti asuhan dapat menyesuaikan diri dengan baik dapat beradaptasi dengan teman-teman panti dan peraturan di panti sehingga hal tersebut dapat menimbulkan perasaan bahagia.

## SIMPULAN

Terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri dengan kebahagiaan pada remaja di panti Asuhan Yayasan Pembangun Didikan Islam ( $r_{xy} = 0,906$ );  $p = 0,000$  yang berarti  $p <$  dari 0,05, artinya semakin tinggi penyesuaian dirinya maka semakin tinggi kebahagiaan pada remaja di panti asuhan yayasan Pembangun Didikan Islam. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima. Sumbangan yang diberikan oleh penyesuaian diri adalah sebesar 82% dengan demikian diketahui bahwa masih terdapat 18% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti

kesehatan, tingkat otonomi, kondisi kehidupan dan pemilikan harta benda. Secara umum hasil penelitian ini menyatakan bahwa Penyesuaian diri tergolong tinggi dan kebahagiaan tergolong tinggi. Hal ini didukung oleh nilai rata-rata empirik penyesuaian diri = 102,5 dan nilai rata-rata hipotetiknya = 77,5 dan nilai SD nya = 8,500. Untuk nilai rata-rata empirik kebahagiaan= 119,78 sedangkan nilai rata-rata hipotetiknya 92 dan nilai SD nya = 9,316.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi Perkembangan: pendekatan Ekologi Kaitanya dengan Konsep Diri*. PT. Refika Aditama.
- Al-Karimah, N. F. (2015). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Harga Diri Dengan Subjektive Well Being. *Skripsi*.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta
- Carr, A. (2003). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. In *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. <https://doi.org/10.4324/9780203506035>
- Danty, V. A. (2016). *Hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan mustaqiq lazis sabillah malang*.
- Fatimah, E. (2008). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. CV. Pustaka Setia.
- Fauziah, E. N. (2019). Hubungan Penyesuaian Diri dan Kebahagiaan pada Lansia Yang bekerja. *Skripsi*.
- Fuad, M. (2015). *Psikologi kebahagiaan manusia*. 9(1), 112–130.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Ar Ruzz Media.
- Gunawan, C. A. I. (2020). Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan. *Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana*, 11, No.2, 68–85.
- Hartini, N. (2000). Karakteristik Kebutuhan Psikologi Pada Anak Panti Asuhan. *Insan Media Psikologi*, No.3, 109–118.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan: Suatu Rentan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Imania, A. (2018). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Kebahagiaan Mahasiswa Tahun Pertama. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.7 No.2.
- Kumalasari, F., & Latifah, N. A. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan*. 1(1).
- Latuheru, M. E. (2014). *Hubungan Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Siswa yang Tinggal di Kost*. Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana SALATIGA.
- Mulyati, R. (1997). Kompetisi Interpersonal pada Anak Panti asuhan dengan Sistem Pengasuh Tradisional dan Anak Panti asuhan dengan sistem Pengasuhan Ibu Asuh. *Jurnal Psikologika*, No. II (\$), 22–35.
- Myers, D. G. (2004). *Exploring Social Psychology*. McGraw-Hill.
- Noor, N. (2011). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah*. Kencana.
- Rifai, N. (2015). Penyesuaian Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan (Study Kasus Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Yatim Piatu Muhammadiyah Klaten). *Skripsi*, 1–21.
- Santrok, J. W. (2007). *Remaja*. Erlangga.
- Schneiders, A. A. (2008). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt. Renchart and Winston Inc.
- Seligman, M. E. (2005). *Autentic Happines: Using the New Psychology to Realize Your Potencial for lasting*.
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Predamedia Group.