

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seorang individu merupakan bagian dari realitas yang sudah sepatutnya mampu untuk mengembangkan diri dan kepribadian agar dapat bertahan hidup serta beradaptasi dengan lingkungan. Choirudin (2015) mengemukakan bahwa realitas memberikan tuntutan, masalah, ketentuan dan nilai, sehingga seorang individu perlu belajar menghadapi dan mengelolanya untuk mencapai penyesuaian diri yang positif. Sikap individu dan cara bersosialisasi dengan individu lainnya adalah aspek dari penyesuaian diri yang memengaruhi rasa bahagia dan keharmonisan jiwa. Hal tersebut menjelaskan bahwa manusia sebagai seorang individu juga merupakan makhluk sosial yang hidup bersamaan dengan masyarakat dan lingkungan sekitarnya.

Secara umum, setiap individu mencari dan mengejar hidup yang bahagia. Pernyataan tersebut diperkuat oleh pendapat Hunadar (2022) bahwa di dunia ini manusia selalu menginginkan bahagia secara lahir maupun batin. Lebih lanjut, Banusu & Firmanto (2020) mengemukakan bahwa kebahagiaan adalah realisasi dari perbuatan baik orang lain sebagai makhluk sosial. Mengejar kebahagiaan dapat memantapkan dirinya dalam memberi tindakan baik kepada orang lain. Berdasarkan pendapat diatas, dapat diasumsikan bahwa banyak individu yang mencoba mencapai kebahagiaan melalui pekerjaan, bersosialisasi, berkeluarga, dan sebagainya.

Menurut Gunarsa (dalam Hidayati & Farid, 2016) penyesuaian diri merupakan proses seumur hidup, karena individu terus berusaha mengatasi dan menghadapi tekanan serta tantangan hidup agar menjadi individu yang baik. Awi, dkk. (2016) juga mengemukakan bahwa dalam membuat dan menjaga suatu hubungan, akan terjadi suatu hubungan timbal balik sosial. Dalam prosesnya, seorang individu akan membutuhkan keadaan atau kondisi yang dapat membuat keharmonisan untuk kebahagiaan dan kesehatan mental. Lebih lanjut, Schneiders (1960) mengemukakan bahwa proses yang menyangkut

persepsi dan perilaku demi untuk memenuhi keperluan, berhasil mengatasi krisis, kekecewaan, konflik, dan menciptakan jalinan harmonis antara keinginan pribadi dengan nilai-nilai dan tuntutan lingkungan disebut dengan penyesuaian diri. Pernyataan di atas menjelaskan bahwa salah satu hal penting untuk mewujudkan kesehatan mental seorang individu adalah dengan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri adalah cara seseorang untuk dapat bersosialisasi dengan baik dan mampu menghadapi tekanan, tantangan serta rintangan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Hasanuddin & Khairuddin (2021) yang berpendapat bahwa penyesuaian diri ditujukan untuk memperbaiki perilaku individu guna terciptanya jalinan yang lebih baik antara individu dengan lingkungannya. Hal tersebut juga berarti kesanggupan individu untuk mampu menikmati hidup, mau ikut serta dalam kegiatan atau kepedulian sosial di dalam lingkungannya. Menurut Sorimin (2020) manusia perlu beradaptasi atau menyesuaikan diri secara sosial, psikologis, dan lingkungan sekitarnya. Secara umum, kehidupan juga mendorong individu untuk terus melakukan penyesuaian diri.

Upaya yang dapat dilakukan untuk penyesuaian diri yaitu dengan menerima kekurangan dan meningkatkan potensi diri, serta mencoba melihat realitas secara objektif ketika individu harus dapat menyelesaikan harapan maupun tugas belajar. Schneiders (1960) mengemukakan bahwa seorang individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik merupakan individu yang belajar menanggapi personal dan lingkungannya dengan benar, efisien, dan membahagiakan, serta mampu mengatasi persoalan, kekecewaan, maupun masalah personal dan sosial tanpa mengalami perilaku menyimpang. Lebih lanjut, Malau & Nasution (2021) juga menjelaskan bahwa penyesuaian diri terhadap lingkungannya adalah kemampuan yang harus disanggupi oleh individu agar diterima di lingkungan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan (2023) terdapat fenomena mahasiswa yang kurang mampu untuk menyesuaikan diri dengan kelompok yang baru, bersosialisasi dan menerima keadaan dirinya. Kondisi inilah yang

terjadi pada mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Terdapat mahasiswa yang lebih pasif daripada mahasiswa lainnya, terlihat gelisah dan tidak terlihat tenang, lebih mudah putus asa dan kurang bisa mengambil keputusan untuk dirinya sendiri. Selaras dengan hal tersebut, menurut Daradjat (dalam Yant, 2018) manifestasi individu yang kurang bisa melakukan penyesuaian diri akan terlihat dari rasa gelisah dan tidak bisa tenang mendengarkan pelajaran, jarang bergaul dengan teman sebayanya, bahkan mungkin individu tersebut akan berusaha menjauhkan diri dari lingkup pertemanan, di lingkungan pendidikan terlihat bodoh, pemalas suka mengganggu teman-temannya, tidak menaati peraturan yang ada

Selanjutnya, Schneiders (1960) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang mengalami kegagalan dapat membuat seseorang mengalami gangguan psikis, seperti gelisah, ketakutan, kekhawatiran, agresif dan pembawaan yang negatif. Selaras dengan hal tersebut, Hidayati & Farid (2016) berpendapat bahwa masalah-masalah tersebut membuat individu menderita dan sulit mencapai kebahagiaan dalam kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan atau kehidupan sosial secara umum.

Terdapat banyak faktor yang menyebabkan kegagalan ataupun keberhasilan penyesuaian diri seorang individu. Fatimah (dalam Susanti & Widuri, 2013) mengemukakan bahwa faktor penyesuaian diri ditentukan oleh kepribadian itu sendiri, yang meliputi faktor fisik, psikis, biologis, lingkungan, dan adat budaya. Selaras dengan hal tersebut, Schneiders (1960) juga mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dan keberhasilan penyesuaian diri seorang individu adalah kondisi lingkungan. Lingkungan yang sehat, aman, tenang, pengertian dan dapat memberi perlindungan adalah lingkungan yang sangat membantu proses penyesuaian diri. Kondisi lingkungan tersebut meliputi sosial, akademik, pekerjaan dan keluarga.

Keluarga adalah faktor terpenting yang memengaruhi penyesuaian diri seorang individu. Selanjutnya, peneliti akan fokus pada lingkungan keluarga,

yang merupakan orang tua. Pertama kali seorang individu berinteraksi adalah dengan orang tuanya, sehingga menurut Wahib (2014) sangat penting bagi orang tua untuk memahami cara mengasuh anak dan pentingnya menerapkan perilaku yang baik. Lebih lanjut, menurut Saya (dalam Jannah & Syukur, 2022) dari sikap orang tua mendidik anak akan sangat memengaruhi kemampuan dan model belajar seorang anak .

Setiap orang tua tentunya menginginkan yang terbaik untuk anaknya. Seringkali orang tua memberi kasih sayang berlebihan yang kemudian membuat anak memiliki penyesuaian diri yang rendah. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Polii (2019) yang mengemukakan bahwa jika orang tua memiliki perilaku *over protective* dengan berlebihan menuruti keinginan dan kebutuhan anak, maka anak akan memiliki daya juang yang lemah dan tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan.

Perilaku *over protective* adalah sikap menjaga atau melindungi sesuatu secara berlebihan. Sikap ini cenderung dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Jojon, dkk. (2017) yang menyatakan bahwa perilaku *over protective* orang tua merupakan sikap yang terlalu melindungi anak dengan cara memberi perlindungan dari rintangan dan acaman psikis maupun fisik, sehingga anak yang merupakan seorang individu akan selalu bertumpu pada orang tuanya. Lebih lanjut, Syarafina & Sugiasih (2021) mengemukakan bahwa perilaku *over protective* orang tua membuat anak menjadi selalu bersandar pada orang tua, kurang percaya dengan kemampuannya, tidak dapat mandiri, egois dan pembangkang, tidak bisa memiliki komitmen, penuh tekanan, dan kurangnya lingkup sosial. Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang diatas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

- a. Besarnya rasa khawatir orang tua membuat kontrol yang berlebihan pada anaknya, perilaku *over protective* orang tua ini dialami oleh mahasiswa.
- b. Tak sedikit mahasiswa yang kurang tertarik untuk berinteraksi, berekspresi lebih memilih untuk sendirian dan kurang bisa melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan.
- c. Terdapat perilaku *over protective* orang tua yang berdampak terhadap penyesuaian diri mahasiswa.

2. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini digunakan untuk mencegah pelebaran pembahasan dan lebih mengerucutkan pembahasan dalam proposal sehingga menemukan kevalidan di dalamnya, yaitu: hubungan perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa.

3. Pertanyaan Penelitian

Dari pembatasan masalah di atas, maka pertanyaan penelitian ini yaitu:

- a. Bagaimana profil perilaku *over protective* orang tua mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
- b. Bagaimana profil penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
- c. Apakah terdapat hubungan antara perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Dari pertanyaan perumusan masalah di atas, penelitian ini memiliki tujuan untuk :

1. Mengidentifikasi profil perilaku *over protective* orang tua mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Mengidentifikasi profil penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
3. Menganalisis profil hubungan perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 Jurusan Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini akan mampu menggambarkan fakta di lapangan mengenai hubungan perilaku *over protective* orang tua terhadap penyesuaian diri mahasiswa angkatan tahun 2020 jurusan Tadris Bahasa Inggris Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk memperkaya kepustakaan pada bidang studi psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi pengalaman yang sangat berharga dan tak ternilai dalam meneliti penyesuaian diri mahasiswa sekaligus dapat bermanfaat jika kelak peneliti menjadi orang tua yang memiliki anak. Penelitian ini juga dilaksanakan untuk mendapat gelar Strata 1 Sarjana Sosial (S.Sos) dalam ilmu Bimbingan dan Konseling Islam.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Secara praktis, hasil dari penelitian ini akan menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk memahami topik perilaku *over protective* orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa dengan lebih baik lagi.

Peneliti selanjutnya dapat memanfaatkan temuan, metode, dan konsep yang telah dikembangkan oleh penelitian ini.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran orang tua tentang isu-isu penting yang berkaitan tentang perilaku *over protective* dengan penyesuaian diri, sehingga orang tua mengerti apa yang harus dilakukan mengenai hal tersebut.

E. Sistematika Penelitian

Sistematika penelitian terdiri dari:

1. Bagian Awal

Bagian awal penelitian terdiri dari kata pengantar dan daftar isi.

2. Bagian Isi terdiri dari lima bab sebagai berikut:

BAB I pendahuluan, yaitu latar belakang masalah, perumusan masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, kegunaan dan penelitian sistematika penelitian.

BAB II merupakan landasan teoritis. Pada bab ini akan dijelaskan teori mengenai perilaku *over protective* orang tua dan penyesuaian diri, penelitian terdahulu dan kerangka pemikiran.

BAB III merupakan metode penelitian. Bab ini terdiri dari metode pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, teknik dan instrumen pengumpulan data, validitas dan reliabilitas data dan teknik analisis data.

BAB IV merupakan hasil analisis data yang menjelaskan hasil-hasil analisis atau temuan penelitian.

BAB V merupakan bagian kesimpulan dan diskusi dari hasil penelitian ini, saran teoritis untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, serta saran praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan hasil penelitian.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir penelitian terdiri dari daftar pustaka, dan lampiran-lampiran penelitian.

