

## Penyesuaian diri pada remaja: Bagaimana peranan kelekatan orang tua?

Driya Pranata<sup>1</sup>, Herlan Pratikto<sup>2\*</sup>, Suhadianto<sup>3</sup>

1,2,3) Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

\*E-mail: [pratiktoherlan75@gmail.com](mailto:pratiktoherlan75@gmail.com)

**Published:**  
1 Jan 2023

### **Abstract**

*Self-adjustment can be interpreted as actions taken by individuals with the aim of adjusting to the demands of themselves and also from the surrounding environment so as to achieve harmony in life. One of the factors that influence adjustment is parental attachment. This study aims to determine the relationship between parental attachment and adolescent adjustment. This study applies a correlational quantitative method. The subjects in this study were adolescents in the Maduran sub-district, Lamongan Regency, aged 15-19 years, with a total of 333 junior high/high school students. The measuring instrument used is the parental attachment scale and the adjustment scale. The research data were analyzed using the Spearman' Rho correlation test using the IBS SPSS version 26.0 for window computer program. The calculation results in the form of the Spearman's Rho correlation coefficient is 0.187 with a significance of 0.01 (= 0.01) which means that there is a significant relationship between parental attachment and adolescent adjustment.*

**Keywords:** Adjustment, Parental Attachment, Adolescents.

### **Abstrak [Left, Arial 11, Bold, Italic]**

*Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai tindakan yang diperbuat individu dengan tujuan sebagai penyesuaian diri terhadap tuntutan dari dirinya sendiri dan juga dari lingkungan sekitar dengan demikian dapat menggapai keselarasan kehidupan. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri ialah kelekatan orang tua. Penelitian ini bertujuan guna mengetahui hubungan kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri remaja. Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif korelasional. Subjek dalam penelitian ini ialah remaja dikecamatan Maduran, Kabupaten Lamongan yang berusia 15 – 19 tahun, dengan jenjang sekolah SMP/SMA berjumlah 333 orang. Alat ukur yang digunakan ialah skala kelekatan orang tua dan skala penyesuaian diri. Data penelitian dianalisis dengan uji korelasi Spearman's Rho menggunakan bantuan program komputer IBS SPSS versi 26.0 for window. Hasil perhitungan yang berupa koefisien korelasi Spearman's Rho yakni 0,187 dengan signifikansi 0,01 (= 0,01) yang maknanya, ada hubungan yang signifikan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri remaja.*

**Kata kunci:** Penyesuaian Diri, Kelekatan Orang Tua, Remaja

**Copyright © 2023. Driya Pranata, Herlan Pratikto, Suhadianto**

---

## Pendahuluan

Masa remaja ialah sebuah fase perkembangan seseorang yang menjadi masa beralihnya dari masa kanak-kanak memasuki masa dewasa. Desmita (2011) berpendapat masa remaja terkait sejumlah ciri krusial yang terdiri atas pencapaian hubungan yang dewasa dengan teman sebaya, mampu untuk terima serta menjadi bahan pembelajaran atas peran sosial menjadi pria maupun wanita dewasa yang sangat dihormati oleh masyarakat, menerima keadaan fisik serta bisa memanfaatkannya dengan efektif, menggapai kemandirian emosional, memilih serta mempersiapkan karier berdasarkan minat, kembangkan sikap positif pada pernikahan hidup berkeluarga dan mempunyai keturunan, kembangkan keterampilan intelektual dan konsep yang dibutuhkan menjadi warga negara dan mendapat sistem etika yang menjadi pedoman untuk bertingkah laku.

Pada masa remaja individu merasakan berubahnya fisik, emosi, sosial termasuk pemahaman dirinya (Hurlock 1980). Perubahan itu mewajibkan remaja guna menyesuaikan terhadap diri sendiri. Selain itu, remaja juga mulai lepas secara emosional dari orang tua terkait untuk melaksanakan peran sosial yang baru menjadi orang dewasa (Ingersol pada Agustiani, 2008). Serta remaja juga mempunyai keinginan dalam membentuk kelompok dan bergaul dengan demikian pengaruh pertemanan dan lingkungan sosial amat menentukan. Hal tersebut mengakibatkan remaja dituntut menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Menurut Raudatussalamah dkk (2007) penyesuaian diri yang harus dilakukan oleh remaja berhubungan dengan hubungan sosial atau kehidupan dimasyarakat yang meliputi penerimaan dalam masyarakat. Remaja akan mudah diterima oleh masyarakat apabila berperilaku berlandaskan norma yang berlaku dimasyarakat seperti, selalu terlibat aktif dalam kegiatan yang diadakan lingkungan sekitar, berkontribusi di masyarakat, suka bekerja sama dan membantu masyarakat sekitar, bersikap sopan, bersikap sesuai aturan, mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan tepat dan baik dengan bermacam orang pada situasi sosial. Penyesuaian diri menuntut remaja guna hidup dan bergaul dengan lingkungan sekitar, sehingga remaja dapat merasa puas dengan diri dan lingkungannya. Tetapi, masih terdapat remaja yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga mereka memiliki kecenderungan menjadi rendah diri, tertutup, sering menyendiri, kurang adanya percaya diri hingga perasaan malu jikalau ada di diantara orang lain atau situasi yang terasa asing.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2021) dengan subjek berjumlah 121 siswa SMP Pondok Modern Selamat 2 Batang menunjukkan hasil bahwa remaja dengan tingkat penyesuaian diri sangat rendah sebesar 3% atau sebanyak 3 anak, kategori rendah sebanyak 31% atau sebanyak 34 anak, kategori sedang sebesar 35% atau sebanyak 38 anak, kategori tinggi sebesar 23% atau sebanyak 25 anak, dan kategori sangat tinggi sebesar 8% atau sebanyak 9 orang, dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada siswa SMP Pondok Modern Selamat 2 paling banyak berada pada kategori sedang dan rendah. Artinya, siswa SMP Modern Selamat 2 sebagian sudah cukup baik dalam menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang ada disekolah maupun yang berhubungan dengan lingkungan sekitar sekolah. Sebagian lainnya masih kurang mampu dalam menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang terdapat disekolah.

---

Penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari dan Ahyani (2012) dengan subjek remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Kudus menunjukkan hasil 3,64% atau sebanyak 2 remaja memiliki tingkat penyesuaian diri sangat tinggi, sebesar 25,45% atau sebanyak 14 remaja berada dalam kategori tinggi, sebesar 45,45% atau sebanyak 25 orang berada dalam kategori sedang, sebesar 20% atau sebanyak 11 remaja berada dalam kategori rendah dan sebesar 5,45% atau sebanyak 3 remaja berada dalam kategori sangat rendah, dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa hampir setengah remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Kudus mampu menyesuaikan diri yang baik dengan kehidupan di panti asuhan.

Untuk menjelaskan fenomena yang terjadi, peneliti melaksanakan studi pendahuluan terhadap beberapa remaja di wilayah kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan yang mempunyai masalah penyesuaian diri. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa beberapa remaja merasa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang ada dimasyarakat, adanya aturan membuat mereka menjadi terbatas dalam melakukan segala hal, malas mengikuti kegiatan yang diadakan oleh lingkungan seperti kerja bakti dan kegiatan mengaji rutin, lebih senang nongkrong dengan teman yang di anggapnya sejalan dengan visinya. Kurangnya kepekaan terhadap permasalahan sekitar cenderung acuh selalu merasa benar, dan para remaja ini mengaku sering membolos sekolah lebih memilih pergi ke warkop bermain *game online* dan remaja ini sering berkumpul ketika malam hari dan mabuk-mabukan terkadang memacu kendaraan motornya dengan kencang menggunakan kenalpot brong ketika malam menurut pengakuan remaja tersebut itu adalah bentuk kesenangan, kebahagiaan.

Menurut Sundari (2005) Penyesuaian diri pada remaja diartikan sebagai kemampuan guna membuat perencanaan dan pengorganisasian respon-respon sedemikian rupa, dengan demikian mampu bertahan dan menghadapi berbagai macam konflik, kesulitan, dengan efektif dan mempunyai penguasaan dan emosional yang matang. Melalui penyesuaian diri ini, diharapkan remaja dapat hidup dengan lebih baik, terhindar dari masalah dan lebih mampu menerima perubahan. Adapun usaha yang dilaksanakan remaja terkait mencari jati diri acap kali dilaksanakan dengan membentuk *image* terkait dirinya sendiri.

Remaja yang mempunyai tingkat penyesuaian diri rendah akan memiliki kecenderungan untuk mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, hal ini menyebabkan remaja merasa gelisah, sedih, marah, ataupun konflik batin, yang pada akhirnya dapat membuat remaja menjadi individu yang sulit untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Ningrum, 2013). Atiyah, dkk berpendapat jika remaja panti yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan akan cenderung menunjukkan sikap penolakan terhadap aturan-aturan yang berlaku di lingkungan sekitar, selalu melanggar peraturan yang berlaku, tidak mau mengikuti kegiatan yang diadakan oleh lingkungan sekitar dan enggan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Menurut Ginanjar (2005) jika keseharian yang dilalui remaja dengan teman sebayanya tidak mencukupi terkait pemenuhan tuntutan gejolak energinya, hal ini menyebabkan remaja acap kali meluapkan kelebihan energinya dalam hal negatif. Disebabkan lingkungan sering kali tak sesuai dengan keinginan, yang berdampak pada seseorang niscaya kecewa disebabkan ketidakseimbangan terkait harapan dan kenyataan yang pada akhirnya membuat remaja melakukan hal yang bertentangan dengan norma-norma yang ada dimasyarakat. Oleh sebab itu individu yang berada dalam masa remaja khususnya remaja merasa dirinya diterima oleh lingkungan dan mampu melakukan penyesuaian diri dengan situasi, ekspektasi lingkungan dengan baik.

Menurut Ghufro dan Risnawita (2017) terdapat dua faktor yang berpengaruh pada penyesuaian diri yakni, faktor internal merupakan segala hal dari dalam individu tersebut yang terdiri kondisi jasmani, psikologis, kebutuhan, kematangan intelektual, dan faktor eksternal

---

merupakan segala sesuatu dari luar individu yang meliputi lingkungan rumah, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah keluarga terutama orang tua. Orang tua sebagai tempat pembelajaran pertama dan objek kelekatan bagi remaja memiliki tanggung jawab mengajarkan hal-hal positif dan menanamkan nilai-nilai keagamaan kepada remaja agar terbentuk pribadi yang baik dan mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sosial masyarakat (Ramadhani dan Kustanti, 2018).

Menurut Armsden dan Greenberg (1987) kelekatan merupakan ikatan afeksi 2 pribadi yang mempunyai intensitas kuat. Kelekatan ialah hubungan timbal balik yang bertahan dalam 2 orang terutama bayi dan figur lekatnya yang saling memiliki kontribusi pada kualitas hubungan (Papalia, 2014).

Orangtua sering menentukan standar perilaku serta bermacam peraturan untuk anak supaya layak disebut ideal. Ideal ini terkait tata perilaku maupun ideal berpikir di kehidupan tiap harinya. Guna menggapai hal itu, pengasuhan anak diberi disiplin untuk menjadi pelatihan sebagai pengendalian dan pengontrolan diri. Maknanya keseluruhan kegiatan anak tak jauh dari pengawasan dan kendali yang dilaksanakan orang tuanya. Pengasuhan memiliki tujuan supaya orangtua berkemampuan dalam mendidik, membimbing hingga mendampingi anak dalam menggapai kedewasaan sesuai norma berlaku dalam masyarakat. Pola asuh yang diaplikasikan setiap keluarga pastinya berbeda dibanding keluarga lain, juga pola asuh melalui jarak jauh amat mungkin akan mempunyai dampak langsung dalam pembentukan kepribadian anak.

Hal tersebut sangat berpengaruh bagi penyesuaian diri remaja. Dari dinamika tersebut menimbulkan bermacam masalah, diantaranya ialah model pola asuhan orangtua melalui jarak jauh serta akibat langsung yang dialami anak-anak. Akibat nyata pola asuhan jarak jauh berupa ketidakmampuan keluarga untuk melaksanakan fungsi dengan utuh. Utuh ini bisa didefinisikan kurang peranan dengan maksimal dari orang tua. Maka, orangtua tak melaksanakan perannya secara baik yang mengakibatkan anak mempunyai kepribadian kebal nasehat. Anak juga kurang dalam pengontrolan diri dengan demikian lebih mudah berperilaku negatif misalnya sering tidur di rumah teman tanpa izin orangtua, pacaran, malas sekolah, susah diatur, hingga bersikap agresif.

Ada beberapa remaja di Kecamatan Maduran yang harus tinggal terpisah dengan orang tua kandungnya, sehingga mereka harus menjalankan kehidupan tanpa adanya sosok orang tua kandung disampingnya, dan digantikan sosok orang tua sambung yang mengasuhnya, seperti kakak, paman dan bibi, atau kakek dan neneknya. Meskipun tinggal dengan orang tua non biologis, remaja tetap harus mengembangkan kelekatan dengan pengasuhnya sebagai pengganti orang tuanya. Apabila individu tersebut berhasil membangun kedekatan dan kepercayaan dengan pengasuhnya, mereka akan dengan mudah menjalin kedekatan dengan orang lain dilingkungan mereka tinggal, dan mereka akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar sekalipun tanpa adanya sosok orang tua kandung secara langsung disampingnya.

## Metode

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif sebab data yang didapatkan berupa angka, lalu dianalisis menggunakan *software* komputer *IBS SPSS versi 26.0 for windows* untuk mendapatkan kesimpulan. Teknik yang digunakan adalah teknik korelasional karena

---

penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri pada remaja.

### **Partisipan Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Kecamatan Maduran, Kabupaten Lamongan yang berjumlah 1603 orang. Data tersebut diperoleh melalui website resmi badan pusat statistik Kabupaten Lamongan. Lalu sampel dipilih dengan menerapkan probability sampling dengan bantuan rumus slovin untuk mengetahui jumlah minimum sampel. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 333 remaja di Kecamatan Maduran, Kab. Lamongan dengan kriteria; berumur 15 – 19 tahun dan sedang menempuh pendidikan SMP atau SMA. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebar 2 skala melalui google form kepada remaja yang memenuhi kriteria.

### **Instrumen**

Digunakan 2 skala yakni, skala penyesuaian diri dan skala kelekatan orang tua. Skala penyesuaian diri disusun sesuai aspek – aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) yaitu, pengakuan (*recognition*), partisipasi (*participation*), persetujuan Sosial (*social approval*), altruisme (*altruism*), kesesuaian (*Conformity*). Contoh skala yang digunakan seperti “Saya aktif membantu kegiatan gotong royong dilingkungan saya”. Hasil Uji validitas skala penyesuaian diri yang terdiri dari 40 item menghasilkan 23 item gugur dan mendapatkan 17 aitem valid dalam 3 kali putaran. Putaran pertama menghasilkan 22 aitem gugur dengan r-hitung dimulai dari -0,343 s/d 0,482, dalam putaran kedua menghasilkan 1 aitem gugur dengan r-hitung dari 0,216 s/d 0,624, dalam putaran ketiga tidak ada aitem yang gugur dan menghasilkan 17 aitem valid dengan r-hitung bergerak dari 0,344 s/d 0,630. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan *Formula Alpha Cronbach* 0,888 yang artinya memiliki reliabilitas sangat tinggi.

Skala kelekatan orang tua disusun berdasarkan aspek kelekatan berdasarkan pendapat Armsden dan Greenberg (2009) yakni, kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), keterasingan (*alienation*). Contoh skala yang digunakan seperti “Saya menceritakan permasalahan yang saya hadapi kepada orang tua saya”. Hasil uji validitas skala kelekatan orang tua terdiri atas 24 item menggugurkan 1 item dan mendapatkan 24 aitem valid pada 2 putaran. Putaran 1 menggugurkan 1 item r-hitung dari 0,274 s/d 0,733, pada putaran 2 tak ada item gugur dan hasilkan 23 item valid dengan r-hitung dari 0,357 s/d 0,739. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan *Formula Alpha Cronbach* 0,915 yang bermakna memiliki reliabilitas sangat tinggi.

### **Teknik Analisis Data**

Penelitian ini menggunakan teknik analisis *non parametrik Spearman’s Rho* melalui IBS SPSS versi 26.0 *for windows*. Hal tersebut dikarenakan tidak memenuhi syarat uji parametrik karena sebaran data variabel penyesuaian diri tidak berdistribusi normal dan kedua variabel tidak memiliki hubungan yang linier. Analisis deskriptif pada penelitian ini mencakup kategorisasi variabel penyesuaian diri dan variabel kelekatan orang tua.

## **Hasil**

Menggunakan *Kolmogrov-Smirnov* dalam menentukan normalitas distribusi data dengan bantuan *IBM SPSS* versi 26.0. Hasil pengujian normalitas sebaran untuk variabel

penyesuaian diri menggunakan *Kolmogrov-Smirnov* mendapatkan hasil signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga distribusi tidak normal.

**Tabel 1**  
**Hasil Uji Normalitas**

Variabel	<i>Kolmogrov-Smirnov</i>			Keterangan
	Statistik	Df	P	
Penyesuaian Diri	0,177	333	0,000	Tidak Normal

Sumber: *Output IBS SPSS 26.0*

Uji linearitas berguna untuk menguji apakah terdapat hubungan linier antara variabel X (kelekatan orang tua) dengan variabel Y (penyesuaian diri). Linier bermakna, apabila terdapat perubahan pada satu variabel variabel lain ikut berubah. Variabel yang akan diuji linieritasnya yaitu variabel X (kelekatan orang tua) dengan variabel Y (penyesuaian diri). Hasil pengujian linieritas antara variabel X (kelekatan orang tua) dengan Y (penyesuaian diri) nilai signifikansinya adalah 0,003 ( $p < 0,05$ ), sehingga bisa disebut jika variabel kelekatan orang tua dengan variabel penyesuaian diri tidak mempunyai hubungan yang linear.

**Tabel 2**  
**Hasil Uji Validitas**

Variabel	F	P	Keterangan
Penyesuaian Diri – Kelekatan	1,885	0,003	Tidak Linear

Sumber: *Output IBS SPSS 26.0*

Guna melihat hubungan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri di penelitin ini, sehingga dipakai teknik korelasi *Spearman's Rho*. Hal ini karena pada saat uji prasyarat sebaran data variabel penyesuaian diri tidak berdistribusi dengan normal dan kedua variabel tidak memiliki hubungan linier dengan demikian tidak dapat memenuhi syarat uji *product moment*. Digunakan *IBS SPSS 26.0* dalam uji korelasi *Spearman's Rho*.

**Tabel 3**  
**Hasil Uji *Spearman's Rho***

		Penyesuaian Diri	Kelekatan
Penyesuaian Diri	<i>Correlation Sig. (2-Tailed)</i>	1	0,187** 0,001
Kelekatan	<i>Correlation Sig. (2-Tailed)</i>	0,187** 0,001	1

Sumber: *Output IBS SPSS 26.0*

Tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi *Spearman's Rho* ialah 0,187 dan nilai signifikansinya adalah 0,01 ( $p > 0,01$ ) dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri remaja. Bermakna, semakin tinggi tingkat kelekatan anak terhadap orang tua, maka semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri pada remaja. Begitupun sebaliknya, makin rendah tingkat kelekatan anak

terhadap orang tua, maka semakin rendah juga tingkat penyesuaian diri pada remaja. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima. Sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 0,035 atau sebesar 3,5%. Nilai itu dari kuadrat nilai koefisien korelasi, yaitu  $0,187 \times 0,187 = 0,035$ . Artinya, variabel kelekatan orang tua berpengaruh sebesar 3,5% terhadap variabel penyesuaian diri. Untuk sisanya 96,5% dipengaruhi faktor lain seperti konsep diri, tipe kepribadian, dan lain – lain.

Selain menghitung uji hipotesis, penelitian ini juga menghitung analisis deskriptif tiap – tiap variabel. Perhitungan analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui kategorisasi tingkat kelekatan pada remaja dan tingkat penyesuaian diri pada remaja. Analisis deskriptif dihitung menggunakan bantuan *IBM SPSS* versi 26.00 *for windows* dengan tingkatan kategori rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan pedoman kategorisasi menurut Azwar (2018).

Hasil perhitungan analisis deskriptif pada variabel penyesuaian diri menunjukkan hasil 1,5% atau sebanyak 5 remaja memiliki penyesuaian diri pada kategori rendah, 3,6% atau sebanyak 42 remaja memiliki penyesuaian diri pada kategori sedang, dan 85,9% atau sebanyak 286 remaja memiliki penyesuaian diri pada kategori tinggi.

**Tabel 4**  
**Hasil Analisis Deskriptif Skala Penyesuaian Diri**

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentasi
$X < (M - 1SD)$	$X < 34$	Rendah	5	1,5%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$35 \leq X < 50$	Sedang	42	12,6%
$M + 1SD \leq X$	$>51$	Tinggi	286	85,9%
Jumlah			333	100%

Sumber: *Output IBS SPSS 26.0*

Hasil perhitungan analisis deskriptif pada variabel kelekatan orang tua menunjukkan hasil 1,8% atau sebanyak 6 remaja memiliki tingkat kelekatan terhadap orang tua pada kategori rendah, 31,5% atau sebanyak 105 remaja memiliki tingkat kelekatan terhadap orang tua pada kategori sedang, dan 58,6% atau sebanyak 222 remaja memiliki tingkat kelekatan terhadap orang tua pada kategori tinggi.

**Tabel 5**  
**Hasil Analisis Deskriptif Skala Kelekatan Orang Tua**

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentasi
$X < (M - 1SD)$	$X < 46$	Rendah	6	1,8%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$42 \leq X < 68$	Sedang	105	31,5%
$M + 1SD \leq X$	$>69$	Tinggi	222	58,6%
Jumlah			333	100%

Sumber: *Output IBS SPSS 26.0*

---

## Pembahasan

Dari uji hipotesis menghasilkan bahwa, hipotesis yang berisikan “terdapat hubungan positif antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri pada remaja” diterima. Artinya, semakin tinggi kelekatan remaja terhadap orang tua maka semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri pada remaja. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kelekatan remaja terhadap orang tua maka semakin rendah juga tingkat penyesuaian diri pada remaja. Hasil ini dapat memberikan gambaran bahwa remaja di Kecamatan Maduran yang mempunyai tingkat kelekatan terhadap orang tua yang baik juga memiliki penyesuaian diri yang baik. Hasil penelitian ini didukung penelitian oleh Muzdalifah dan Anward (2019) pada 60 santri wati, yang menunjukkan hasil bahwa terdapat peranan kelekatan aman pada ayah dan ibu terhadap penyesuaian diri dengan sumbangan efektif sebesar 20,5%. Artinya, remaja yang mempunyai kelekatan aman pada ibu akan membantu remaja tersebut dalam menyesuaikan diri dalam hal sosioemosional, sedangkan remaja yang mempunyai kelekatan aman pada ayah akan membantu remaja tersebut dapat diterima dilingkungan sosial dan menjadi lebih berani dilingkungan keluarga.

Terdapat tiga aspek kelekatan yang dikemukakan oleh Armsden dan Greenberg, (2009) diantaranya; kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*). Aspek *Trust*, terkait rasa saling memahami dan menghormati kebutuhan dan keinginan anak. Artinya, remaja yang tingkat kelekatan terhadap orang tua nya baik, mereka dapat mengembangkan rasa percaya terhadap orang tuanya, sehingga mereka merasa aman dan nyaman berada didekat orang tua. Melalui kepercayaan yang terjalin antara orang tua dan anak, akan timbul rasa saling memahami dan mengerti satu sama lain, sehingga orang tua dapat memahami keinginan anak dan memberikan dukungan terhadap keinginan anak. Remaja yang memiliki kedekatan dengan orang tua akan cenderung lebih mudah menjalin hubungan dengan lingkungan luar, karena mereka mendapat dukungan dari orang tua bahwa mereka mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut membuat remaja yakin dengan kemampuan bersosialisasi yang mereka miliki, sehingga mereka lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

Aspek *Communication*, aspek ini berhubungan dengan komunikasi verbal dan keikutsertaan anak dengan orangtua. Artinya, remaja yang mempunyai kedekatan dengan orang tua akan cenderung menjaga komunikasi agar hubungan mereka tetap baik dengan orang tua mereka. Mereka juga selalu melibatkan orang tua mereka dalam segala hal yang mereka lakukan untuk menjaga komunikasi agar tetap berjalan dengan baik. Individu yang mampu mempertahankan hubungan baik dengan orang tua akan lebih mudah menjalin hubungan baik dengan dunia luar dan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut dapat terjadi karena hubungan orang tua dengan anak merupakan landasan awal bagi anak untuk memulai hubungan baik dengan lingkungan sekitar, apabila orang tua selalu menunjukkan hubungan yang positif dalam keluarga, anak juga akan terbiasa menjalin hubungan yang baik dilingkungan sekitar. Sehingga remaja akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan dunia luar.

Keterasingan (*Alienation*), pengasingan oleh orangtua terkait perasaan anak yang merasa diisolasi, marah, dan ketidakdekatan dengan orangtua. Individu yang tidak memiliki kedekatan dengan orang tuanya akan cenderung kurang mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal tersebut terjadi karena, orang tua yang seharusnya menjadi orang pertama dalam memberikan kenyamanan dan dukungan kepada individu agar mampu menjalin hubungan yang baik justru tidak mempunyai kedekatan dengan anak. Hal ini akan

---

membuat anak kehilangan seseorang yang seharusnya menjadi panutan dalam mengembangkan hubungan sosial, sehingga anak tidak mengetahui bagaimana cara menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitar. Dan pada akhirnya anak menjadi kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Hasmayni (2014) dengan judul "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja". Penelitian ini mempunyai tujuan guna mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja. Hasil penelitian yakni adanya hubungan positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja yang ialah siswa/i MAN I Rantau Utara. Sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin tinggi penyesuaian diri remaja. Juga, semakin rendah kepercayaan diri maka semakin rendah penyesuaian diri remaja. Individu yang memiliki kelekatan terhadap orang tua tinggi akan cenderung yakin dengan kemampuan yang dimiliki dan merasa nyaman dengan dunia luar karena sudah terbiasa membangun kenyamanan dengan figur lekat, sehingga mereka akan lebih mudah menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar. Sedangkan, individu yang mempunyai kelekatan dengan orang tua buruk, mereka akan cenderung merasa kurang percaya diri, sulit percaya dengan orang lain, kesulitan menjalin hubungan dengan orang lain, dan merasa tidak dihargai, sehingga mereka akan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Dari uraian tersebut bisa disimpulkan bahwa adanya hubungan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri remaja.

Menurut Widyastuti (2018), orang tua yang selalu menciptakan lingkungan positif dalam hubungan keluarga akan membuat anak merasakan kenyamanan saat berkumpul dengan keluarga. Ketika anak sudah merasakan kenyamanan dilingkungan keluarga, maka bisa menjadi tidak egois, terbuka, dapat menghargai orang lain, dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitar dengan baik, dan mentaati segala peraturan serta adat yang berlaku di lingkungan sekitar. Dengan demikian, anak dapat dengan mudah menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

## Kesimpulan

Simpulan pada penelitian ini ialah adanya hubungan yang signifikan antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri, sehingga hipotesis yang berbunyi "ada hubungan positif antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri remaja" diterima. Yang artinya, semakin tinggi tingkat kelekatan remaja terhadap orang tua maka, semakin tinggi tingkat penyesuaian diri pada remaja. Begitupun juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kelekatan remaja terhadap orang tua maka, makin rendah juga tingkat penyesuaian diri.

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti menyarankan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian dengan cara memberikan pembaharuan pada penelitian yang akan dilakukan. Peneliti menyarankan agar menambah atau mempertimbangkan variabel – variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti; konsep diri, tipe kepribadian, dan lain – lain.

## Referensi

- A, Haber & Runyon R. Psychology of Adjustment. Homewood IL : The Dorsey Press, 1984
- Acocella, J. R. ,& Calhoun, J. F. (1990). *Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan (Alih bahasa: Satmoko, R.S)*. Semarang: IKIP Press
- Adiyanti, M. G., dan Laumi. (2012). Attachment of Late Adolescent to Mother, Father, and Peer, with Family Structure as Moderating Variable and their Relationships with Self-esteem. *Jurnal Psikologi, Vol. 39, No. 2, 129-142*. Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. 10.22146/jpsi.6981
- Agustian, Ary Ginanjar. (2005). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*. Jakarta: Penerbit Arga
- Agustiani, H. (2006). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ahyani, L. N. & Kumalasari. F (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Penelitian*. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Andi, Mappiare. 1982. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Armsden, G., dan Greenberg, M.T. (2009). *Inventory Of Parent And Peer Attachment (IPPA)*. (online)
- Aridhona, Julia J. "Hubungan Perilaku Prosocial dan Religiusitas dengan Moral pada Remaja." *Jurnal Psikologi Perseptual, vol. 2, no. 1, 2017, pp. 9-18, doi:10.24176/perseptual.v2i1.2218*.
- Aristya, Della N., and Anizar Rahayu. "Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I Jakarta." *Ikraith Humaniora, vol. 2, no. 2, Jul. 2018, pp. 75-81*.
- Armsden, G. & Greenberg, M. T (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence, 16(5), 427- 454. 10.1007/BF02202939*
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 31(2), 179-189*.
- Baradja, Abu Bakar. (2005). *Psikologi perkembangan, tahapan-tahapan dan aspek-aspeknya*. Jakarta : Studia Pres.
- Cenceng. (2015). Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (Perspektif John Bowlby). *Lentera, 17(3), 141-163*.
- Crain, william, (2007), *Teori Perkembangan, Konsep dan Aplikasi, terjemahan Santoso, Y., Yogyakarta : Pustaka Pelajar*
- Davies, D. 1999. *Child Development: A practitioner's Guide*. New York: The Guilford Press.
- D.E. Papalia (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12 Buku 2*. Jakarta Selatan : Mc Graw Hill Education
- Desmita. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Ervika, Eka. (2005). *Kualitas Kelekatan dan Kemampuan Berempati pada Anak*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
-

- Ghufron, N. M., & Risnawita, R. (2016). Teori-teori psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media. Hasmayni, Babby. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja."
- Jurnal Analitika vol. 6, no. 2 (2014). 10.31289/analitika.v6i2.850
- Helmi A. F. dan Ramdhani N. 1992. Konsep Diri dan Kemampuan Bergaul. Laporan Penelitian. (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada. Yogyakarta.
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang Kehidupan (Edisi 5). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Krisnatuti D., & Putri, H. A. (2012). Gaya Pengasuhan Orang Tua, Interaksi serta kelekatan ayah-remaja, dan kepuasan ayah. Ilmu Keluarga dan Konsumen, Volume V. No. 2, 101-109. Diakses pada 24 Juni 2016.
- Nishfi, S., & Handayani, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. Journal of Psychological Perspective, 3(1), 23-26.doi:<https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian Orangtua dan penyesuaian Diri Remaja. Jurnal psikologi. Vol. 1. No. 1. Hal. 69-79. Fisip Unmul. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3278>
- Muzdalifah,dkk. (2019). Peranan Kelekatan Aman Pada Ayah Dan Ibu Terhadap Penyesuaian Diri Santriwati. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan koneling*, Vol 5. No.1, 49 – 56. <https://doi.org/10.26858/jppk.v5i1.6832>
- <https://lamongankab.bps.go.id/statictable/2018/05/18/5228/jumlah-penduduk-laki-laki-menurut-kecamatan-dan-kelompok-umur-di-kabupaten-lamongan-2017.html>
- Powell, D.H. 1983. Understanding Human Adjustment. Canada : Little, Brown & Company
- Raudatussalamah, W., & Purnama, D. B. (2007). Hubungan antara Pola Asuh Orangtua dengan Penyesuaian Diri Remaja Awal pada Masyarakat di Desa Pangkalan Jambi Kecamatan Bukit Batu Kabupaten Bengkalis. Jurnal Psikologi, 3(2).
- Santrock, John W. (2011). Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.
- Schneider, A.A., (1964)., Personal Adjusment and Mental Health, New York: Holt, Rinehart and Winston
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 59(5), 975.
- Soeparwoto. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UPT MKK UNNES
- Sundari, S., 2005. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Penerbit Rineka Cipta Jakarta
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, S. (1981). *Problema remaja dan permasalahannya*. Bandung: Angkasa.
- Widyastuti, D., Annisa. 2018. *Hubungan Kelekatan Terhadap Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.