

PENDAHULUAN

Kementerian Agama RI (Kemenag) hingga April 2022 telah mencatat, sebanyak 26.975 unit pondok pesantren tersebar diseluruh pelosok Indonesia. Seluruh pondok pesantren tersebut mendidik sebanyak 2,65 juta santri. Yang sebagian besar santri-santri tersebut masih remaja. Masa remaja yaitu masa sesudah masa kanak-kanak dan sebelum masa dewasa. Usia remaja mulai dari usia 12-21 tahun, usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan serta 18-21 tahun merupakan masa remaja akhir (Monks & dkk, 2014). Masa remaja merupakan tahapan perkembangan individu yang sangat krusial, mengingat dimana tahapan perkembangan pada remaja berada pada masa-masa potensial, baik itu ditinjau dari aspek kognitif, fisik maupun emosi, remaja menghadapi permasalahan dan tantangan hidup dengan tujuan untuk menemukan jati dirinya, apakah individu tersebut akan sukses atau gagal dalam proses penyesuaian diri mereka. Masa remaja berada pada tahapan umur di akhir pembentukan identitas ego positif yang dominan serta identitas menuju kedewasaan (Erikson, 2010). Ciri-ciri masa remaja, Yaitu : kegelisahan, pertentangan, ambisi besar, keinginan mencoba dan keinginan menjelajah. menjadikan beberapa remaja sedikit kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Tobias, 2002).

Permasalahan santri dimana santri dituntut untuk dengan segera menyesuaikan diri dengan lingkungan. Santri disini yang dimaksud merupakan santri yang belajar dipesantren. Santri yang tidak mampu menyesuaikan diri akan memilih untuk kabur dari pesantren. Dimana diperkuat dengan hasil studi sebelumnya oleh peneliti dengan melakukan sebuah wawancara dengan pengasuh pondok pesantren Darut Taqwa di mana ada beberapa santri yang berusaha untuk melarikan diri dari pondok karena alasan tidak betah karena berada di pondok (Nabila, N., & Laksmiwati, H. 2019).

Menurut Schneiders (1964), proses melakukan penyesuaian terhadap kebutuhan sendiri dikenal sebagai "penyesuaian diri" (adjustment), dan memerlukan kerja keras untuk menyelesaikan konflik, kebencian, dan masalah

internal lainnya dengan tujuan mencapai keharmonisan dan kedamaian. antara lingkungan individu dan setiap kebutuhan internal yang mungkin ada.

Menurut Gerungan (2000), Penyesuaian Diri adalah suatu keadaan dimana seseorang menyesuaikan perilakunya sendiri sehingga selaras dengan dirinya secara sosial dan lingkungan. Fisik, psikososial, dan spiritualah lingkungan adalah beberapa jenis lingkungan yang dipertimbangkan.

Menurut Kartono (2000), tujuan perjuangan individu untuk kesadaran diri adalah untuk mencapai keharmonisan dalam diri dan lingkungannya, mampu mengelola keberadaannya, dan memperoleh manfaat jasmaniah dan spiritualah. Selain itu, penyesuaian diri menandakan bahwa manusia mampu menciptakan hubungan yang menyatu dengan batasan sosial.

Daradjat (1996) Mendefinisikan penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamika untuk mengubah perilaku individu supaya terjalin hubungan yang harmonis dan selaras antara individu dengan lingkungannya. Penyesuaian diri mempunyai dua aspek, yaitu penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi yaitu penyesuaian diri individu individu terhadap dirinya sendiri dan kepercayaan pada diri sendiri, sedangkan penyesuaian sosial adalah proses penyesuaian diri yang terjadi dalam lingkungan sosial tempat dimana individu hidup dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Vembriarto (1993) menegaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang terjadi ketika seseorang memutuskan untuk menggunakan suatu perilaku tertentu sebagai sarana menanggapi tekanan internal dan eksternal orang tersebut. Kebutuhan internal yang berdasarkan dorongan atau yang berasal dari luar, seperti kebutuhan seksual, pangan, sosial, keluarga, dan emosional. Sumber daya eksternal adalah sumber daya yang berasal dari luar individu, seperti keadaan cuaca dan iklim, lingkungan, dan penduduk setempat. Penyesuaian diri dilakukan dengan cara mengubah atau menahan dorongan hati, ataupun dengan mengubah dorongan atau tuntutan kondisi lingkungan.

Berdasarkan uraian pendapat dari tokoh tersebut diatas, penyesuaian diri dapat disimpulkan sebagai sebuah kemampuan pengelolaan mental dan perilaku individu dalam mencapai keharmonisan dan keselarasan terhadap diri sendiri serta terhadap

lingkungan sekitar guna mencapai kepuasan dan kebahagiaan, baik itu dengan mengubah diri sendiri sesuai dengan lingkungan maupun mengubah lingkungan sesuai dengan dirinya.

Terdapat dua kemungkinan dari hasil proses penyesuaian diri yang dialami individu, yaitu berhasil dan gagal. Vembriarto (1993) menjelaskan empat karakteristik individu yang bisa berhasil melakukan penyesuaian diri, yaitu; a. Kepuasan psikis, b. Efisiensi kerja, c. Gejala-gejala fisik, d. Penerimaan social

Individu yang berhasil menyesuaikan diri akan diterima dengan baik dan menerima respon positif dari rekan dan lingkungan sekitarnya. Sedangkan yang gagal tidak akan diterima dengan baik serta mendapatkan respon atau perlakuan negative dari rekan dan lingkungan sekitar

Schneiders(1964) mengatakan jika penyesuaian diri disebut normal dicirikan dengan ciri; a. Tidak terdapat emosi berlebihan, b. Merespon permasalahan dengan metode yang normal, c. Tidak terdapat frustrasi personal, d. Pertimbangan rasional serta keahlian memusatkan diri, e. Keahlian belajar serta menggunakan pengalaman masa lalu, f. Perilaku realistik serta objektif

Perilaku ini bersumber dari belajar, pengalaman, pemikiran yang rasional, serta keahlian buat memperhitungkan suasana, permasalahan, ataupun keterbatasan individu cocok realitas yang sebetulnya.

Bersumber pada 4 ciri yang dikemukakan oleh Vembriarto (1993) serta dilengkapi dengan sebagian ciri dari Schneiders(1964), bisa disimpulkan kalau penyesuaian diri yang baik diisyarati oleh; a. Kepuasan psikis, b. Efisiensi kerja c. Tanda- tanda fisik, d. Penerimaan social e. Merespon permasalahan dengan metode yang normal, f. Keahlian belajar serta menggunakan pengalaman masa kemudian

Schneiders(1964) mengatakan kalau penyesuaian diri meliputi aspek selaku berikut; a. Pengakuan(Recognition), b. Partisipasi(Participation), c. Persetujuan Sosial(Social Approval), d. Altruisme(Altruism), e. Kesesuaian(Conformity)

Bagi Schneiders(1964) faktor- faktor yang bisa pengaruhi penyesuaian diri merupakan selaku berikut; 1. Kondisi Fisik, 2. Pertumbuhan serta Kematangan, 3. Kondisi Psikologis, 4. Kondisi Area, 5. Tingkatan Religiusitas serta Kebudayaan

Salah satu faktor penyesuaian diri yaitu pertumbuhan serta kematangan. Ada tiap sesi pertumbuhan seseorang orang hendak melaksanakan penyesuaian diri yang berbeda-beda bagi keadaan dikala itu, perihal tersebut disebabkan kematangan orang dalam segi intelektual, sosial, moral serta emosi yang pengaruhi gimana orang melaksanakan penyesuaian diri. Pertumbuhan serta kematangan yang diartikan mencakup kematangan intelektual, kematangan sosial, kematangan moral, serta emosional. (Schneiders, 1964)

Bagi Goleman(2002), Kecerdasan emosional merupakan keahlian seorang mengendalikan kehidupan emosinya dengan inteligensi(to manage our emotional life with intelligence); melindungi keselarasan emosi serta pengungkapannya(the appropriateness of emotion and its expression) lewat keahlian pemahaman diri, pengenalan diri, motivasi diri, empati serta keahlian sosial. Dalam penelitian ini yang diartikan dengan kecerdasan emosional merupakan keahlian santri buat mengidentifikasi emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengidentifikasi emosi orang lain (empati) serta keahlian membina ikatan (kerjasama) dengan orang lain. Goleman (1995) mengemukakan kecerdasan emosi memiliki 5 aspek utama yaitu; 1. Mengenali emosi diri sendiri, 2. Mengelola emosi, 3. Memotivasi diri sendiri, 4. Mengenali emosi orang lain, 5. Membina hubungan.

Salah satu faktor penyesuaian diri yaitu kondisi area. Kondisi area yang damai, tenang, penuh penerimaan serta sokongan, dan sanggup berikan proteksi ialah area yang bisa memperlancar proses penyesuaian diri pada orang. Aspek area mencakup area keluarga, rumah, serta area belajar(sekolah).

Di dalam sepanjang jalan kehidupannya, manusia tidak dapat terhindar dari berinteraksi dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri individu sebagai makhluk sosial yang tidak dapat jauh dan hidup tanpa individu lain. Manusia membutuhkan manusia lain untuk saling membantu serta memberikan dukungan sosial, terutama ketika sedang menghadapi masalah dan kesulitan.

Menurut Sarafino 2006 dalam (Juniastira 2018) dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Dukungan sosial dapat berupa

informasi, bantuan nyata, perasaan kedekatan dengan orang lain, pengakuan akan kemampuan yang dimiliki, serta perasaan bahwa ada orang lain yang bergantung padanya. Dukungan sosial ini bisa didapatkan dari keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya.

Menurut Gottlieb (dalam Smet, 1994), dukungan sosial meliputi saran atau informasi baik verbal maupun nonverbal, bantuan praktis, dan tindakan yang diperoleh melalui keintiman sosial atau diperoleh ketika orang lain hadir dan memiliki dampak positif emosional pada penerima serta perilaku. efek. Adanya informasi dari lingkungan sosial yang meningkatkan perasaan subjek bahwa ia menerima efek positif, afirmasi, dan bantuan itulah yang mendefinisikan dukungan sosial. Lebih lanjut Gottlieb mencatat (dalam Kuntjoro, 2002) bahwa menerima dukungan sosial membuat orang merasa tenang secara emosional karena mendapat perhatian dan bimbingan yang positif bagi dirinya sendiri. Menurut Sarason (dalam Kuntjoro, 2002), dukungan sosial adalah ketersediaan, kesiapan, dan kepedulian individu-individu yang dapat diandalkan serta saling menghormati dan menghargai.

Ada empat aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2011); a. Dukungan emosional (ekspresi empati dan perhatian), b. Ekspresi rasa hormat atau kekaguman, c. Bantuan instrumental, d. Informasi yang mendukung. Sarafino (1994) menjelaskan dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang sekitar individu yang termasuk kalangan non-profesional (*signification others*) seperti : keluarga, teman dekat, atau rekan. Serta dukungan sosial tersebut di jelaskan dalam komponen dukungan sosial, yaitu : Dukungan emosional (*emotional support*), Dukungan penghargaan (*esteem support*), Dukungan instrumental (*instrumental support*), Dukungan informasi (*information support*), Dukungan jaringan sosial (*network support*.)

Sedangkan Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu menurut Stanley, 1992 dalam (Handayani, 2018) sebagai berikut; a. Kebutuhan fisik, b. Kebutuhan sosial, c. Kebutuhan psikis

Aspek dukungan sosial menurut House dalam (Fadhilah, 2016) ada 4 aspek dalam dukungan sosial yaitu; a. Dukungan emosional, b. Dukungan penghargaan, c. Dukungan instrumental, d. Dukungan informatif

Dalam menjalani hidup sehari-hari di pondok pesantren setiap santri pasti memiliki tekanan serta kesulitannya masing-masing. Tekanan dan kesulitan tersebut memiliki banyak sumber baik internal maupun eksternal. Maka dari itu untuk mengatasi permasalahan tersebut pasti dibutuhkan penyesuaian diri supaya dapat mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan beberapa fenomena yang telah diuraikan di atas maka peneliti tertarik untuk menganalisis apakah kecerdasan emosional dan dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri santri. Dengan mengambil judul hubungan antara kecerdasan emosional dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri santri. Alasan peneliti mengambil judul tersebut karena rendahnya kecerdasan emosional dan kurangnya dukungan sosial pada santri.

Peneliti berharap penelitian ini dapat mengungkapkan hubungan kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri.