

PENDAHULUAN

Lingkungan rehabilitasi sosial merupakan tempat di mana individu mengalami masalah sosial, seperti penyalahgunaan narkoba, melakukan tindakan kriminal, bahkan menjadi pelaku wanita tuna susila. Lingkungan rehabilitasi sosial terutama rehabilitasi pada wanita tuna susila, individu pasti membutuhkan penyesuaian diri dalam lingkungan rehabilitasi tersebut. Tuna susila berarti individu yang dianggap melanggar norma-norma moral atau etika dalam masyarakat karena pekerjaannya di bidang seks komersial. Wanita Tuna Susila cenderung tidak mudah beradaptasi di lingkungan barunya seperti panti, karena berbagai macam faktor.

Penyesuaian diri pada Wanita Tuna Susila juga memerlukan keterampilan penyesuaian dan resiliensi diri agar mudah melakukan berbagai aktivitas yang ada di lingkungan rehabilitasi sosial. Proses penyesuaian diri di lingkungan rehabilitasi sosial secara umum merupakan proses seseorang dalam memberikan respon terhadap sebuah hal dengan baik yang bersifat tingkah laku ataupun emosi dalam rangka memenuhi kebutuhan dari dalam diri dan mengatasi ketegangan emosional serta menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan di lingkungan.

Pendapat dari Calhoun dan Acocella (1995) menjelaskan jika penyesuaian diri merupakan sebuah interaksi berkelanjutan yang dilakukan individu dengan orang lain, diri sendiri, dan lingkungan sekitarnya. Masing-masing ketiganya saling mempengaruhi karena interaksi antara manusia, lingkungan, dan diri sendiri bersifat timbal balik dan berkelanjutan. Atwater (1983) juga mengartikan bahwasanya penyesuaian diri ialah perubahan-perubahan yang ada dalam diri dan lingkungan di sekitar individu yang diperlukan dalam upaya meraih keputusan hubungan dengan orang lain serta lingkungan tempat tinggalnya. Dari penjelasan tersebut dapat dilihat jika ada tiga faktor dalam penyesuaian diri, yakni diri sendiri, orang lain dan adanya berbagai perubahan.

Penelitian ini didasarkan pada teori Regulasi Emosi yang dikembangkan oleh Gross (2014) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri individu sangat bergantung pada kemampuan mereka untuk mengatur emosi melalui strategi yang proaktif dan reaktif. Teori ini mengemukakan bahwa regulasi emosional memainkan peran kunci bagaimana individu dapat menyesuaikan diri terhadap stres dan tantangan, yang menjadi kerangka kerja utama dalam analisis penyesuaian diri dalam penelitian ini.

Penyesuaian dipandang sebagai respons terhadap berbagai tekanan yang berasal dari lingkungan di mana manusia menjalani kehidupannya. Manusia pada dasarnya ialah makhluk

sosial yang merupakan bagian dari lingkungan tertentu. Manusia pasti akan berhadapan dengan harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhi. Penyesuaian diri termasuk salah satu syarat utama bagi terwujudnya kesehatan psikis seseorang. Dalam ilmu psikologi, penyesuaian diri juga dinamakan sebagai *adjustment*. *Adjustment* adalah sebuah proses pencarian titik temu antara kondisi diri sendiri dan tuntutan yang ada di lingkungan. Seseorang diharuskan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam yang ada disekitarnya (Fatimah, 2010).

Menurut Fatimah (2010) penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu penyesuaian personal dan penyesuaian sosial. Aspek pertama yaitu penyesuaian personal, penyesuaian personal adalah kemampuan individu dalam menerima dirinya sendiri dengan lingkungan sekitarnya. Indikator dari aspek penyesuaian personal meliputi rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa bersyukur, dan keluhan terhadap nasib. Keberhasilan dari aspek penyesuaian personal ditandai dengan tidak adanya rasa kecewa, tidak percaya pada keadaan dan lari dari tanggung jawab. Aspek kedua yaitu penyesuaian sosial, penyesuaian sosial adalah proses timbulnya pola tingkah laku sesuai dengan aturan, hukum dan nilai-nilai yang individu patuhi demi mencapai penyelesaian dalam kehidupan sehari-hari. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial dimana individu hidup maupun berinteraksi dengan orang sekitarnya. Indikator penyesuaian sosial meliputi peran sosial, hubungan sosial, pengaruh sosial, patuh terhadap aturan yang ada. Aspek-aspek dan indikator tersebut sangat penting terhadap keberlangsungan hidup wanita tuna susila di lingkungan rehabilitasi sosial.

Selain menurut Fatimah, menurut Schneiders (dalam Gebhard, 2012) mengungkapkan penyesuaian diri terdiri dari enam aspek yakni; Kontrol emosi yang terlalu berlebih, *Defen mecanism* yang minim, Frustrasi individu yang minimal, Pertimbangan berpikir rasional dan kemampuan menguasai diri, Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman yang didapatkan dimasa lalu, Kemampuan untuk bersikap realistik dan objektif. Lingkungan rehabilitasi sosial sangat memerlukan ke-enam aspek tersebut, karena jika individu tidak memiliki aspek-aspek tersebut maka timbulah berbagai macam permasalahan pada Penerima Manfaat dalam lingkungan rehabilitasi sosial. Misalnya adanya wanita tuna susila yang melakukan percobaan bunuh diri, adanya percobaan dalam melarikan diri dari panti, serta adanya kontraksi psikologis pada wanita tuna susila yang berada di lingkungan rehabilitasi sosial.

Aspek-aspek dalam perilaku penyesuaian diri menjadi pokok utama ketika individu mengalami perubahan perilaku di lingkungan sosial yang baru, terutama di panti rehabilitasi sosial. Di lingkungan rehabilitasi sosial, individu yang berada di panti disebut dengan Penerima Manfaat (PM). Penerima Manfaat (PM) adalah sebutan yang diberikan oleh Unit Pelaksana Teknis (UPT) Dinas Sosial kepada orang-orang yang sedang menjalankan masa rehabilitasi sosial di panti. Fakta sosial yang diteliti dalam penelitian ini menyangkut nilai dan norma yang diterapkan oleh Penerima Manfaat. Peneliti juga menyelidiki nilai-nilai sosial dan nilai yang dianut oleh penerima manfaat. Peneliti juga mengkaji norma-norma sosial yang membentuk kehidupan pada Penerima Manfaat, baik norma yang berlaku dalam keluarga dan lingkungan (Azkia, 2020).

Adapun menurut Soedjono WTS atau wanita tuna susila merupakan wanita yang menjual tubuhnya supaya lawan jenis yang menginginkannya merasa terpuaskan, yang mana wanita tersebut akan menerima imbalan berupa uang ataupun barang (Ramadhani, 2017). Wanita tuna susila adalah sebuah istilah bagi para PSK atau pekerja prostitusi. Perda Pemprov DKI Jakarta Raya pada tahun 1967 tentang penanggulangan masalah pelacuran, menjelaskan jika wanita tuna susila merupakan wanita yang memiliki kebiasaan berhubungan seksual di luar pernikahan, baik dengan imbalan jasa ataupun tidak. Pada tahun 2022 BPS Provinsi Jawa Tengah mengeluarkan sebuah data, di mana populasi wanita tuna susila yang ada di semua Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2022 berjumlah 740 orang dan per Maret 2022 mengalami peningkatan sebanyak 917 orang, baik itu menjadi WTS di lokasi legal maupun ilegal.

Untuk mencegah tingkatan perilaku wanita tuna susila, pemerintah mendirikan tempat rehabilitasi sosial. Rehabilitasi sosial dapat dimaknai sebagai sebuah langkah untuk memperbaiki kondisi dan keberfungsian seseorang seperti sedia kala. Di dalam UU No. 11 tahun 2009 mengenai kesejahteraan sosial, rehabilitasi sosial merupakan penyelenggaraan kesejahteraan sosial yang ditujukan untuk mengembalikan dan mengembangkan kemampuan seseorang yang mengalami disfungsi sosial secara tidak wajar. Rehabilitasi sosial yang dilaksanakan pada wanita tuna susila bertujuan untuk mengentaskan mereka dari sesuatu yang tidak sejalan dengan norma sosial dan agama serta mencegah permasalahan kesehatan misalnya saja penyakit menular seksual, HIV, AIDS dan sebagainya (Arum & Triyono, 2021).

Menurut Kartono (2002) menyebutkan bahwa terdapat beberapa ciri-ciri terkait dengan penyesuaian diri yang baik yaitu pertama, individu dapat mengendalikan pikiran, keinginan, dorongan, emosi, serta tingkah laku. Kedua, dapat menghayati kelemahan, sehingga dapat

tercipta perbaikan pada diri yang baik dengan memanfaatkan kelebihan. Ketiga, memiliki konsep diri yang sehat yaitu menerima kelebihan serta kekurangan secara rasional. Keempat, dapat mengikuti perkembangan diri.

Penyesuaian diri bisa didapatkan dari proses belajar memahami, mengerti situasi dan berupaya melaksanakan apa yang diharapkan seseorang ataupun lingkungannya. Individu dengan tingkat penyesuaian diri yang baik atau bisa disebut dengan *well-adjustment* akan dapat mencari sisi positif, mampu mengendalikan diri, dan kreatif dalam mengelola kondisi. Kemampuan tersebut menjadikan seseorang akan lebih mudah untuk diterima lingkungannya, akan tetapi tidak semuanya bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Maka dari itu, transisi tersebut akan menimbulkan konflik emosi atau kontraksi psikologis terutama bagi wanita tuna susila yang berada di lingkungan rehabilitasi sosial.

Dalam kehidupan manusia salah satu faktor yang sangat penting adalah penyesuaian diri. Seseorang yang mampu beradaptasi dengan baik maka akan mendapatkan kebahagiaan, kemandirian dan keharmonisan dalam diri mereka. Makna dari penyesuaian diri adalah usaha untuk merubah diri sendiri supaya sesuai dengan lingkungan dan merubah lingkungan supaya sesuai dengan dirinya sendiri (Ana Rafikayati & Lutfi Isni Badian, 2018). Individu yang mengalami penyesuaian diri dengan baik ialah individu yang mampu mengelola regulasi emosinya dengan seimbang (Zimmer, dkk., 2022)

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor diantaranya ialah faktor internal yakni kondisi fisik dan kepribadian. Kemudian faktor eksternal lingkungan, agama, dan budaya (Tricahyani, 2016). Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dan dapat berkontribusi pada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri yang efektif dalam berbagai situasi. Penyesuaian diri melibatkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan mengelola diri sendiri dalam menghadapi perubahan, tekanan, atau tantangan.

Penyesuaian diri secara spesifik merupakan upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk memenuhi tuntutan lingkungan fisik dan sosialnya, jika seseorang tidak dapat memenuhinya maka akan memunculkan rasa yang tidak tenang dan mengganggu keseimbangan, kemudian jika seseorang mampu beradaptasi sesuai dengan tuntutan lingkungan psikologis maka akan membuat dirinya merasa puas serta dapat semakin meningkatkan kepercayaan dirinya.

Dalam perspektif disiplin ilmu psikologi penyesuaian diri ialah sebuah proses perubahan pada lingkungan, di mana seseorang bisa mempelajari tindakan ataupun perilaku baru untuk hidup dan menghadapi hal tersebut, dengan begitu dapat menimbulkan kepuasan

dalam diri, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya (Ardias, dkk., 2020). Penyesuaian diri juga bertujuan untuk memahami proses individu di lingkungan rehabilitasi sosial serta dapat mengidentifikasi faktor-faktor pendukung mengenai penyesuaian diri pada wanita tuna susila di lingkungan rehabilitasi sosial.

Penelitian ini mendukung penelitian yang dilaksanakan (Stri Nariswari, dkk., 2023) Peneliti mengidentifikasi beberapa perilaku terkait dengan penyesuaian diri berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan. Tema-tema yang telah didapatkan yaitu perilaku, sikap, peran, dan hambatan. Dari keempat hasil wawancara partisipan, ditemukan empat tema yang sama antara keempat partisipan. Keempat tema ini adalah perilaku, sikap, hambatan, dan peran.

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Fauzia & Devina Rahmadiani (2023) peneliti memandang jika fenomena penyesuaian diri remaja awal yang ada di Pondok Pesantren karena dipicu oleh sebuah permasalahan. Di mana seseorang mencoba untuk beradaptasi di Pondok Pesantren dengan alasan serta tujuan tertentu secara umum. Penyesuaian diri yang terjadi pada remaja awal dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor internal dan eksternal.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arif (2024) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa penyesuaian diri terutama dalam kecerdasan emosi yang dimiliki oleh setiap seseorang selalu mengarahkan perilakunya, baik itu untuk kepentingan diri sendiri ataupun untuk lingkungan sosial yang dapat dimaknai sebagai sebuah upaya untuk memperoleh penyesuaian diri di tengah-tengah lingkungan. Kecerdasan emosi pada seorang remaja sangat penting sekali karena dapat mengendalikan tingkah laku yang berkaitan dengan orang lain yang bersifat positif baik secara individu maupun berkelompok, dan dapat mengembangkan empati serta kemampuan melihat sudut pandang orang lain.

Berdasarkan hasil uraian penelitian tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan jika perilaku penyesuaian diri ini sangat penting supaya individu mampu beradaptasi sesuai dengan tuntutan lingkungan psikologis sehingga akan memunculkan rasa puas serta dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang.

Berdasarkan pada uraian latar belakang yang sudah disebutkan, maka dapat diidentifikasi pertanyaan penelitian dalam penelitian ini yaitu (1) Bagaimana gambaran penyesuaian diri dari aspek penyesuaian personal subjek?, (2) Bagaimana gambaran penyesuaian diri dari aspek penyesuaian sosial subjek?

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penyesuaian diri pada proses rehabilitasi sosial yang dialami oleh wanita tuna susila. Selain itu juga untuk memahami sejauh mana kemampuan menyesuaikan diri ketika berperan dalam keberhasilan atau kegagalan dalam proses rehabilitasi sosial pada wanita tuna susila dan dapat mengidentifikasi faktor-faktor atau aspek tertentu dalam proses rehabilitasi sosial yang memengaruhi kemampuan *self-adjustment* pada Wanita Tuna Susila. Dalam lingkungan rehabilitasi sosial, penelitian ini memberikan fokus khusus pada Wanita Tuna Susila yang menghadapi perubahan besar dalam hidupnya ketika di panti. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan paradigma baru tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penyesuaian diri pada Wanita Tuna Susila di lingkungan rehabilitasi sosial.

Berkaca dari tujuan yang diharapkan dalam penelitian, maka diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat baik langsung ataupun tidak langsung. Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menjadi pijakan referensi penelitian yang akan datang yang berhubungan dengan penyesuaian diri pada wanita tuna susila di lingkungan rehabilitasi sosial. Secara praktis, penelitian ini bermanfaat untuk memperbanyak wawasan dan pengalaman bagi peneliti dalam meneliti perilaku *Self-adjustment* atau penyesuaian diri yang dialami pada wanita tuna susila di lingkungan rehabilitasi sosial dan dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak wawasan bagi pembaca mengenai perilaku penyesuaian diri serta menjadi referensi yang dapat membantu menambah informasi.