



**KARYA ILMIAH**

**PENYESUAIAN DIRI REMAJA DITINJAU DARI  
ETNIK BATAK DAN ETNIK JAWA**

**OLEH**

**SURYANI HARDJO, S.Psi.**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**2000**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, dimana atas berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah dengan judul : “Penyesuaian Diri Pada Remaja Etnik Batak Dengan Etnik Jawa”. Tanpa satu kalangan yang berarti.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada; Leo, Vira, Nico, Lala, dan Nanda yang telah banyak memberi inspirasi bagi penulis. Hanya Allah yang dapat membalas segala kebaikan kalian.

Penulis menyadari bahwa tulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu mohon kritikan dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca sekalian. Akhirnya semoga tulisan ini bermanfaat bagi kita semua. Setidak-tidaknya bermanfaat bagi penulis sendiri.

Medan, Januari 2004

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
KATA PENGANTAR .....	i
DAFTAR ISI .....	ii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Remaja Etnik Batak Dan Etnik Jawa.....	10
B. Penyesuaian Diri .....	23
C. Perbedaan Penyesuaian Diri Antara Etnik Batak dan Etnik Jawa .....	36
DAFTAR PUSTAKA	

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Penduduk Indonesia, seperti kenyataan terdiri dari beragam suku, bangsa, ragam kebudayaan dan kepercayaan. Banyaknya suku-suku bangsa di Indonesia menjadikan Indonesia sebagai negara yang memiliki citra tersendiri di mata dunia. Kenyataan menunjukkan bahwa walaupun terdiri dari beragam suku dan mempunyai beraneka macam perbedaan, namun semua perbedaan itu bukanlah suatu problema yang besar, tetapi menjadi pemersatu bagi penduduk Indonesia. Perbedaan bukan suatu penghalang tetapi sebagai ciri khas tersendiri dari tiap-tiap suku tersebut.

Di antara berbagai macam etnik yang terdapat di Indonesia, etnik Batak dan etnik Jawa adalah etnik yang paling banyak dijumpai dan mendominasi di Indonesia pada umumnya dan di Sumatera Utara pada khususnya. Etnik Batak seperti yang kita ketahui adalah etnik yang paling banyak di Sumatera Utara yang mempunyai ciri khas tersendiri dan dijadikan sebagai lambang keberadaan kota Sumatera Utara. Etnik Batak merupakan penduduk asli, sedangkan etnik Jawa adalah etnik pendatang yang mendominasi keberadaan Sumatera Utara walaupun masih banyak etnik lain yang terdapat di Indonesia pada umumnya dan Tanjung Morawa pada khususnya.

Tanah Batak adalah daerah pedalaman di Sumatera Utara dengan Danau Toba sebagai pusatnya. Daerah pedalaman ini merupakan dataran tinggi yang diapit oleh gunung-gunung. Menurut mitos yang masih hidup sampai sekarang, adapun leluhur pertama dari seluruh orang Batak bernama si Raja Batak, tinggalnya di kaki gunung

Pusuk Buhit : Letaknya di sebelah Barat Danau Toba. Turunan leluhur tersebut mendiami seluruh pulau Samosir. Di kemudian hari sebagian di antara mereka itu menyeberangi Danau Toba, lalu terpencar ke segala penjuru mendiami daerah-daerah di Sumatera Utara.

Menurut Ypes (dalam Ihromi, 1986) ahli adat Batak, dari daerah Toba itulah menyebar di zaman dahulu kala marga-marga ke daerah lain di tanah Batak. Demikian pula pendapat Neuman (dalam Ihromi, 1986) seorang ahli tentang Karo, bahwa marga-marga di Tanah Karo pada umumnya dari daerah Toba. Batak terdiri dari 5 puak : Toba, Angkola, Mandailing, Simalungun, Karo, dan Pak-Pak Dairi.

Konsep dasar kebudayaan Batak adalah Dalihan Na Tolu yang dihayati sebagai sistem kognitif yang memberikan pedoman bagi orientasi setiap orang Batak yang menentukan persepsi dan definisi terhadap realitas. Dari sudut pendekatan kebudayaan, Dalihan Na Tolu dapat menjadi potensi yang didaya gunakan untuk mengetahui, memahami, dan juga mengambil sikap terhadap apa yang dipahami dan diketahuinya.

Sadar diri adalah suatu potensi yang interent di dalam nilai budaya Batak. Kecenderungan orang Batak untuk menunjukkan identitas dirinya, apapun kualitas dirinya, dilakukan orang Batak tanpa suatu beban kultural apapun. Sistem sosial adalah interaksi antar aktor (individu) yang mempunyai tujuan, gagasan, dan sikap yang menjadi objek orientasi dari kedua belah pihak. Sistem sosial berfungsi untuk mengintegrasikan interaksi antar manusia itu.

Sedangkan etnik Jawa adalah salah satu kelompok etnik yang mempunyai kebudayaan, nilai-nilai maupun kebiasaan tertentu. Menurut Mulder (1973) pada

orang Jawa ada kaidah-kaidah moral yang mengatur dorongan-dorongan emosi pribadi atas dasar keadaan itu ia berpendapat bahwa orang Jawa tidak banyak mempunyai kesempatan untuk mengadakan petualangan dan penjajakan.

Kontjaraningrat (1978) menyatakan bahwa para petani Jawa mempunyai konsep bahwa manusia di bumi ini pada hakikatnya tidak berdiri sendiri, sehingga manusia harus selalu memelihara hubungan baik dengan sesamanya, akibat dari konsep ini adalah bahwa orang harus berusaha untuk seragam (konform) dengan orang lain.

Dewasa ini banyak para remaja di sekolah yang mengalami masalah penyesuaian diri hal ini disebabkan karena mereka kurang dapat bergaul dengan teman sebayanya dikarenakan adanya perbedaan dalam status sosial ekonomi, penampilan maupun dikarenakan karena adanya perbedaan etnik sehingga banyak etnik tertentu hanya bergabung dengan kelompok etniknya saja, sehingga terjadi gap atau jurang pemisah di antara para remaja tersebut yang mengakibatkan proses penyesuaian diri terhambat.

Anak remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Ia tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau golongan orang tua. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Ditinjau dari segi tersebut mereka masih termasuk golongan kanak-kanak, mereka masih harus menemukan tempat dalam masyarakat, dan pada umumnya mereka masih belajar di sekolah menengah.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Penduduk Indonesia, seperti kenyataan terdiri dari beragam suku, bangsa, ragam kebudayaan dan kepercayaan. Banyaknya suku-suku bangsa di Indonesia menjadikan Indonesia sebagai negara yang memiliki citra tersendiri di mata dunia. Kenyataan menunjukkan bahwa walaupun terdiri dari beragam suku dan mempunyai beraneka macam perbedaan, namun semua perbedaan itu bukanlah suatu problema yang besar, tetapi menjadi pemersatu bagi penduduk Indonesia. Perbedaan bukan suatu penghalang tetapi sebagai ciri khas tersendiri dari tiap-tiap suku tersebut.

Di antara berbagai macam etnik yang terdapat di Indonesia, etnik Batak dan etnik Jawa adalah etnik yang paling banyak dijumpai dan mendominasi di Indonesia pada umumnya dan di Sumatera Utara pada khususnya. Etnik Batak seperti yang kita ketahui adalah etnik yang paling banyak di Sumatera Utara yang mempunyai ciri khas tersendiri dan dijadikan sebagai lambang keberadaan kota Sumatera Utara. Etnik Batak merupakan penduduk asli, sedangkan etnik Jawa adalah etnik pendatang yang mendominasi keberadaan Sumatera Utara walaupun masih banyak etnik lain yang terdapat di Indonesia pada umumnya dan Tanjung Morawa pada khususnya.

Tanah Batak adalah daerah pedalaman di Sumatera Utara dengan Danau Toba sebagai pusatnya. Daerah pedalaman ini merupakan dataran tinggi yang diapit oleh gunung-gunung. Menurut mitos yang masih hidup sampai sekarang, adapun leluhur pertama dari seluruh orang Batak bernama si Raja Batak, tinggalnya di kaki gunung

Ada orang berkata bahwa remaja merupakan kelompok yang biasa saja, tiada beda dengan kelompok manusia yang lain. Sementara pihak lain menganggap bahwa remaja adalah kelompok orang-orang yang serius menyusahkan orang-orang tua. Pada pihak lainnya lagi, menganggap bahwa remaja sebagai potensi manusia yang perlu dimanfaatkan. Tetapi, manakala remaja sendiri yang diminta kesannya, maka mereka akan menyatakan yang lain. Mungkin mereka berbicara tentang ketidakacuan, atau ketidakpedulian orang dewasa terhadap kelompok mereka, atau mungkin ada pula remaja yang mendapat kesan bahwa kelompoknya adalah minoritas yang punya warna tersendiri, untuk punya dunia tersendiri yang sukar di jamah oleh orang-orang tua. Tidak mustahil adanya kesan remaja bahwa kelompoknya adalah kelompok yang bertanggung jawab terhadap bangsa dalam masa depan (Mappiare, 1984).

Menurut Hurlock (dalam Mappiare, 1984) rentangan usia remaja berkisar 13 – 21 tahun yang dibagi pula dalam masa remaja awal (13 – 17 tahun) dan remaja akhir (17 – 21 tahun). Pada periode ini, para remaja memerlukan bimbingan yang sangat serius dan tepat dari orang dewasa, sebab kalau tidak tugas-tugas perkembangan yang harus mereka selesaikan tidak akan berhasil. Seorang remaja berkembang secara normal akan menemukan dirinya sendiri sebagai orang yang telah dapat melakukan berbagai pertimbangan, penilaian dan pengambilan keputusan sendiri atas segala sesuatu sebagai akibat tercapainya kemampuan berfikir abstrak.

Garrison (dalam Hadisono, 1999) mengatakan bahwa perubahan sosial menuntut kemampuan individu untuk mengikuti perubahan tersebut, sebab tanpa kemampuan mengikuti perubahan yang demikian cepat, akan mengakibatkan

timbulnya masalah-masalah dan kesukaran-kesukaran yang bersifat pribadi dan sosial.

Kebebasan kita sangat besar memberikan tanggung jawab pada kita untuk menentukan aturan yang mana dalam kehidupan yang akan kita jalani, dengan sedikit sekali tuntutan dalam memilih.

Problem-problem demikian adalah normal dan dialami oleh semua orang. Kita berhadapan dengan problem-problem tersebut melalui proses penyesuaian yaitu interaksi yang kontinue terhadap diri sendiri, orang lain, dan dunia kita. Dengan interaksi ini lebih bertujuan, kita dapat menyelesaikan banyak persoalan kita. Penilaian tentang baik buruknya penyesuaian tergantung dari nilai-nilai yang kita anut dan situasi di mana perilaku berperan. Perilaku yang mungkin tampak normal dalam suatu situasi bisa menjadi tidak normal dalam suatu situasi yang berbeda. Dan apa yang kelihatannya seperti penyesuaian yang baik menurut suatu perangkat nilai dapat terlihat buruk menurut nilai yang lain.

Para pemikir psikologi telah mengembangkan sejumlah teori tentang apa-apa yang membentuk penyesuaian baik ataupun buruk. Psikologi humanistik seperti Maslow dan Rogers merasa bahwa teori psikodinamika dan behavioral terlalu banyak menekankan pada cara sederhana menghadapi hidup, dan dalam pandangan mereka, penyesuaian yang baik berarti aktualisasi diri, suatu realisasi sempurna dari potensi unik yang luas dan fleksibel adalah sesuatu yang sangat diperlukan untuk aktualisasi diri (Satmoko, 1995).

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Satmoko, 1995), penyesuaian didefinisikan sebagai interaksi yang kontinue dengan diri sendiri, orang lain dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

dunia kita, sedangkan diri adalah sebuah susunan hipotetik yang mengacu pada seperangkat proses, di mana proses ini merupakan ciri-ciri individu yang meliputi proses fisik, perilaku dan psikologis.

Dalam istilah biologi, penyesuaian diri berarti adaptasi yaitu kemampuan mempertahankan diri dari spesies lain. Makhluk hidup dapat tetap hidup jika ia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (beradaptasi), sedangkan yang tidak mampu beradaptasi dengan lingkungannya akan musnah. Dengan kemampuan beradaptasi setiap makhluk hidup dapat mengikuti perubahan yang terjadi dilingkungannya (Solihin, 2002).

Istilah adaptasi dari biologi terus berkembang dan dalam bidang psikologi disebut dengan *adjustment* yang digunakan untuk menekankan pada unsur individu serta bagaimana ia mengatur hidupnya.

Penyesuaian diri (*adjustment*) selalu berhubungan dengan tuntutan tertentu yang mungkin sangat berat ataupun stressfull karena konsep penyesuaian diri hanya dapat digunakan selama responnya mengarah kepada usaha mengurangi ketegangan akibat dari adanya tuntutan atau tekanan dari kebutuhan dari diri (Scheneiders, 1955). Permasalahan muncul apabila proses penyesuaian bertentangan dengan kita, bila kita terpengaruh oleh diri kita sendiri atau orang lain untuk melakukan hal-hal yang kita harapkan tak pernah kita lakukan. Dengan menemukan apa yang menjadi penyebab permasalahan itu muncul, kita dapat menyelesaikan masalah itu dan sekaligus mengubah pengaruh mereka terhadap kita, dan akhirnya kita dapat mengendalikan penyesuaian dengan lebih baik lagi.

Selanjutnya Piaget (dalam Haditono, 1999), beranggapan bahwa setiap organisme hidup dilahirkan dengan dua kecenderungan fundamental yaitu kecenderungan untuk beradaptasi dan kecenderungan untuk organisasi. Adaptasi dapat dilukiskan sebagai kecenderungan bawaan setiap organisme untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. kecenderungan adaptasi ini mempunyai dua komponen atau dua proses yang komplementer yaitu asimilasi dan akomodasi. Asimilasi adalah kecenderungan organisme untuk mengubah lingkungan guna menyesuaikan dengan dirinya sendiri, sedangkan akomodasi adalah kecenderungan organisme untuk mengubah dirinya sendiri guna menyesuaikan diri dengan keadaan disekelilingnya.

Penyesuaian pribadi remaja, khususnya dengan teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama remaja untuk belajar hidup bersama dengan orang lain yang bukan anggota keluarganya. Lingkungan teman sebaya merupakan suatu kelompok baru yang memiliki ciri, norma, dan kebiasaan yang jauh berbeda dengan lingkungan keluarga remaja. Sehingga untuk menghadapi hal tersebut, remaja dituntut untuk memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dan dapat dijadikannya dasar dalam hubungan sosial yang lebih luas.

Biasanya remaja pria baik etnik Batak maupun etnik Jawa tidak terlalu memusingkan dengan siapa ia harus berteman, tidak perlu susah-susah memikirkan bagaimana ia harus bersikap agar ia mempunyai banyak teman. Tetapi dalam hal ini ada kemungkinan remaja etnik Batak kurang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan teman sebayanya, dibandingkan dengan remaja etnik Jawa. Begitu pula halnya dengan remaja wanita etnik Batak yang kurang menyesuaikan diri dengan

teman sebayanya dibandingkan dengan remaja wanita etnik Jawa. Sehingga mereka akan mencari cara guna dapat menyesuaikan diri dengan teman-teman peer groupnya.

Dari teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri antara etnik Batak dan etnik Jawa, di mana gambaran kepribadian etnik Jawa cenderung kepada pencapaian penyesuaian diri yang lebih baik agar dapat diterima dan berhubungan dengan orang lain disekitarnya, sedangkan remaja etnik Batak kurang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis merasa terdorong untuk mengadakan penelitian mengenai “Perbedaan Penyesuaian Diri Antara Remaja Etnik Jawa dan Remaja Etnik Batak di SMU Negeri I Tanjung Morawa”.

## BAB II

### LANDASAN TEORITIS

#### A. REMAJA ETNIK BATAK DAN REMAJA ETNIK JAWA

##### 1. Pengertian Remaja

Dalam perkembangan kepribadian seseorang maka remaja mempunyai arti yang khusus, namun begitu masa remaja mempunyai tempat yang tidak jelas dalam rangkaian proses perkembangan seseorang. Ia tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau golongan tua. Remaja ada di antara anak dan orang dewasa (Haditono, 1999).

Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan (Calon, 1953) karena remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak. Remaja ada dalam status interim (Ausubel, 1999), sebagai akibat dari pada posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebahagian diperoleh melalui usaha sendiri yang selanjutnya memberikan prestise tertentu padanya. Status interim ini berhubungan dengan masa peralihan yang timbul sesudah pemasakan seksual (pubertas).

Hurlock (Mappiare, 1984), mengatakan bahwa jika dibagi berdasarkan bentuk-bentuk perkembangan dan pola perilaku yang nampak khas bagi usia tertentu, maka rentangan usia remaja berkisar antara 13-21 tahun, yang dibagi dan masa remaja awal usia 13-17 tahun, dan remaja akhir 17-21 tahun.

Di sisi lain Gunarsa dan suami (Mappiare, 1984), mengatakan bahwa walaupun ada beberapa kesulitan dalam menentukan batasan usia masa remaja di

Indonesia, akhirnya mereka menetapkan usia antara 12-22 tahun sebagai masa remaja.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Di dalam masa transisi ini remaja mengalami perubahan fisik, psikis, maupun sosial, dan rentangan usia remaja berkisar antara 12 – 22 tahun.

#### **a. Ciri-Ciri Penting Remaja Akhir**

Rentangan usia yang biasanya dalam masa ini (untuk remaja Indonesia) adalah antara 17 – 21 tahun bagi wanita dan bagi pria 18 – 22 tahun. Pada akhir masa ini pertumbuhan fisik dan perkembangan aspek psikis dan sosial terus terjadi hingga masa dewasa awal. Sepanjang garis masa akhir, mereka secara gradual menjadi pria muda secara penuh atau “young man”. Menurut Mappiare (1995) ciri-ciri penting dalam masa ini yang jelas membedakannya dengan remaja awal adalah :

##### **❖ Stabilitas Mulai Timbul dan Meningkatkan**

Pertumbuhan jasmani yang sempurna bentuknya, membedakannya dengan parohan awal masa remaja awal. Dalam masa ini terjadi keseimbangan tubuh dan anggota badan, panjang dan besar berimbang, demikian pula stabil dalam minatnya. Akibat positif dari keadaan ini, si remaja akhir lebih “well adjusted”, lebih dapat mengadakan penyesuaian-penyesuaian dalam banyak aspek kehidupannya dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya.

### ❖ Citra Diri dan Sikap Pandangan Yang Lebih Realistis

Pada masa sebelumnya (remaja awal), remaja sangat sering memandang dirinya lebih tinggi ataupun lebih rendah dari keadaan yang sesungguhnya yang merupakan pandangan yang negatif yaitu rendah, kurang, jelek ataupun cantik dari keadaan sesungguhnya yang merupakan refleksi dari rasa tidak puas mereka terhadap yang mereka miliki. Tetapi dalam masa remaja akhir, keadaan yang semacam itu telah berkurang, remaja telah mulai menilai dirinya sebagai adanya, menghargai miliknya, keluarganya dan orang lain seperti keadaan sesungguhnya. Akibat positif dari keadaan ini adalah timbulnya perasaan puas dan menjauhkan mereka dari rasa kecewa. Perasaan puas itu merupakan prasyarat penting mencapai kebahagiaan bagi remaja.

### ❖ Menghadapi Masalahnya Secara Lebih Matang

Pada masa remaja awal dalam menghadapi masalah remaja suka bersikap bingung dan berperilaku yang tidak efektif, maka dalam masa remaja akhir ini mereka menghadapinya dengan lebih matang. Langkah-langkah pemecahan itu mengarahkan remaja akhir pada tingkah laku yang lebih "well adjusted" sehingga lebih dapat menyesuaikan diri dalam banyak situasi lingkungan dan situasi perasaan sendiri, sehingga remaja memperoleh perasaan yang lebih tenang.

### ❖ Perasaan Menjadi Lebih Tenang

Dalam parohan akhir masa remaja akhir umumnya remaja lebih tenang dalam menghadapi masalah-masalahnya. Keadaan yang realistis dalam menentukan sikap, minat, cita-cita mengakibatkan mereka tidaklah terlalu kecewa dengan

adanya kegagalan kecil yang dijumpai. Akibat keadaan positif ini, menambah rasa bahagia bagi remaja akhir.

Penting artinya bagi proses pendewasaan diri bagi remaja akhir ini adalah "subjek model" orang dewasa yang dikaguminya yang disenangi sifat-sifat dan perilakunya sehingga remaja dapat mengidentifikasi berbagai hal yang dikaguminya yang pada akhirnya dapat membentuk pribadi dewasa bagi remaja.

#### **b. Perkembangan Pribadi, Sosial dan Remaja Moral Akhir**

Menurut Kelly (Haditono, 1999) bahwa dalam masa remaja, seseorang mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Keadaan pribadi, sosial, dan moral remaja akhir berada dalam periode yang kritis atau "*critical periode*" di mana individu memiliki kepribadian tersendiri yang akan menjadi pegangan atau falsafah hidup dalam alam kedewasaan.

Penampakan menyeluruh, fisik dan psikis mempengaruhi pembentukan pribadi. Hambatan fisik seperti sering sakit, badan lemah, rasa malu yang berlebihan dan lemah berpikir seringkali dibandingkan dengan keadaan teman sebaya sehingga dapat menimbulkan penilaian diri kurang dan adanya rasa rendah diri. Begitu pula halnya dengan pakaian dan perhiasan yang menjadi standart khusus untuk menghindarkan dari perasaan tidak puas sehingga diterima oleh kelompok, teman sebaya, atau peer group (Mappiare, 1984).

Teman-teman sebaya dalam kelompok sangat berpengaruh terhadap citra diri dan ada tidaknya penilaian diri yang positif. Penerimaan kelompok terhadap diri

seseorang remaja, rasa ikut serta dalam kelompok, memperkuat citra diri dan penilaian diri yang positif. Sebaliknya adanya penolakan peer group mengurangi penilaian diri positif bagi remaja akhir (Mappiare, 1984).

## 2. Pengertian Etnik

Etnik atau suku merupakan suatu kesatuan sosial yang dapat dibedakan dari kesatuan yang lain berdasarkan akar identitas dan kebudayaan, terutama bahasa. Dengan kata lain etnik adalah kelompok manusia yang terikat oleh kesadaran, dan identitas tadi sering kali dikuatkan oleh kesatuan bahasa (Koentjaraningrat, 1980). Dari pendapat di atas dapat dilihat bahwa etnik ditentukan oleh adanya kesadaran kelompok, pengakuan akan kesatuan kebudayaan dan juga persamaan asal-usul.

Wilbinson (Koentjaraningrat, 1980) mengatakan bahwa pengertian etnik mungkin mencakup dari warna kulit sampai asal-usul, acuan kepercayaan, status kelompok minoritas, kelas stratifikasi, keanggotaan politik dan bahkan program belajar.

Selanjutnya Koentjaraningrat (1980) juga menjelaskan bahwa etnik dapat ditentukan berdasarkan persamaan asal-usul yang merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan suatu ikatan.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa etnik atau suku merupakan satu kesatuan sosial lain yang dapat membedakan kesatuan sosial lain berdasarkan persamaan asal-usul seseorang sehingga dapat dikategorikan dalam status kelompok mana ia dimasukkan. Istilah etnik ini digunakan untuk mengacu

kepada satu kelompok atau kategori sosial yang perbedaannya terletak pada kriteria kebudayaan.

### **3. Etnik Batak**

#### **a. Pandangan Hidup Serta Filsafat Etnik Batak**

Tanah Batak adalah daerah pedalaman di Sumatera Utara dengan Danau Toba sebagai pusatnya. Daerah pedalaman ini merupakan dataran tinggi yang diapit oleh gunung-gunung. Etnik Batak khususnya terdiri dari sub-sub suku bangsa yaitu : Karo, Simalungun, Pakpak, Toba, Angkola, dan Mandailing. Di mana dalam kehidupan dan pergaulan sehari-hari mereka mempergunakan beberapa logat (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

Payung (1980) mengatakan bahwa menurut cerita-cerita suci (Tarombo) orang Batak semua sub-sub suku-suku bangsa itu mempunyai nenek moyang yang satu yaitu Siraja Batak yang tinggalnya di kaki gunung pusuk buhit, letaknya di sebelah barat Danau Toba. Di mana orang Batak mempunyai konsepsi bahwa alam ini beserta isinya diciptakan Debata (Ompung). Debata ini bertempat tinggal di atas langit dan dia juga menciptakan dan mengatur kejadian-kejadian alam.

Selanjutnya Payung (Koentjaraningrat, 1980) menjelaskan bahwa setiap manusia memiliki tondi, di mana tondi tersebut di terima oleh seseorang pada saat ia masih berada di dalam rahim ibunya, dan tondi merupakan suatu kekuatan yang akan menentukan wujud dan jalan manusia dalam kehidupannya yang disebut sebagai Sahala.

Konsep yang sangat mendasar dalam organisasi kekerabatan adalah marga. Marga adalah kelompok-kelompok orang-orang yang merupakan keturunan dari seorang kakek bersama, dan garis keturunan itu diperhitungkan melalui bapak atau bersifat patrilineal (Verbouwen dalam Ihromi, 1985). Semua anggota dari satu marga memakai nama identitas yang dibubuhkan sesudah nama kecilnya, dan nama marga itu merupakan suatu pertanda bahwa orang-orang yang menggunakannya masih mempunyai kakek bersama, dan ada suatu keyakinan bahwa orang-orang yang menggunakan nama marga yang sama terjalin oleh hubungan darah, dan salah satu konsekuensinya adalah larangan kawin bagi wanita dan pria yang mempunyai nama marga yang sama.

Dari beberapa konsep berpikir ini, kemudian tumbuhlah suatu ketetapan pandangan hidup dan kemudian berkembanglah menjadi suatu ajang filsafat hidup yang menjadi dasar praktek sistem kepercayaan orang Batak.

#### **b. Agama**

Orang Batak telah dipengaruhi oleh beberapa kepercayaan, seperti agama Islam dan agama Kristen yang masuk ke daerah orang Batak sejak permulaan abad ke – 19. Agama Islam disiarkan oleh orang Minangkabau sejak kira-kira tahun 1810 dan sekarang dianut oleh sebagian dari orang Batak. Demikian sekarang agama kristen merupakan salah satu kepercayaan yang dianut oleh sebagian dari orang Batak, tetapi tidak merupakan agama yang dominan dianut oleh orang Batak (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

Menurut Payung (Koentjaraningrat, 1980) sumber utama untuk mengetahui sistem kepercayaan orang Batak asli adalah buku-buku kuno (Pustaka). Selain berisi silsilah-silsilah (Tarombo), juga berisi konsepsi orang Batak tentang dunia makhluk halus, serta awal penciptaan manusia (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

### **c. Struktur Sosial Orang Batak**

Keluarga sebagai struktur masyarakat kelompok terkecil yang terpadu dan mencakup keluarga pendukung. Arti yang luas dari ini adalah keluarga masih merupakan unit terkecil bahwa keluarga sanggup mencukupi kebutuhan sendiri, bahwa keluarga tidak membaaur ke masyarakat luas secara alami, bahwa keluarga mempunyai semangat bersaing dan anggotanya termotivasi oleh hal-hal praktis untuk melindungi dan meningkatkan kekayaan keluarga merupakan tiang penyangga (Sampul, 1999).

Dalam keluarga inti yang memegang peranan penting dan berkuasa adalah ayah dan anak laki-lakinya, karena pada prakteknya dominasi laki-laki bagi etnik Batak adalah normal. Peraturan sering terlihat ketat dan berat dilaksanakan. Anak laki-laki sebagai penerus marga ayahnya ini disebabkan karena orang Batak memegang prinsip keturunan secara patrilineal yaitu setiap anak baik laki-laki maupun perempuan dengan sendirinya mempunyai marga ayahnya (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

Prinsip kehidupan orang Batak bahwa anak-anak harus patuh kepada orang tua. Kewajiban anak-anak terhadap orang tua baik sebelum maupun sesudah kawin harus tetap berbakti terhadap orang tua, begitu juga dengan hubungan sosial yang

penting dalam keluarga sesuai dengan etika hubungan sosial saudara laki-laki terhadap saudara perempuan dan hubungan suami isteri. Kalau ketiga dasar fondasi hubungan dalam keluarga inti dan keluarga besar baik dan harmonis, maka hubungan sosial dalam masyarakat disekelilingnya akan lebih baik dan harmonis juga. Di mana etika hubungan sosial dalam keluarga ini terutama kewajiban anak-anak dalam pengabdian kepada orang tua dan anak laki-laki tidak boleh membuat susah orang tua (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

#### **4. Etnik Jawa**

##### **a. Pandangan Hidup Serta Filsafat Etnik Jawa**

Dalam pikiran kejawen hidup manusia dilihat sebagai suatu manifestasi dari “yang tunggal” yaitu sang hidup (urip) yang meliputi segala-galanya dan merupakan asal mula dan tujuan terakhir (Mulder, 1996).

Hidup itu terdapat di mana-mana dan menjiwai baik semesta alam maupun bumi mengalir, melahirkan dan meresap kembali. Kehidupan manusia hanya merupakan suatu perhentian di tepi jalan, tempat orang melepaskan lelah dan minum (urip iku mung mampir ngombe). Hidup ini adalah seperti adanya dan harus diterima seperti itu, tugas dan ganjaran diterima dalam hidup sekarang ini, tanpa adanya suatu perspektif keakhiratan yang jelas (Mulder, 1986).

Di dalam pergaulan hidup maupun berhubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari orang Jawa menggunakan bahasa Jawa tetapi dalam penggunaannya mereka harus memperhatikan dan membedakan keadaan orang yang diajak berbicara, berdasarkan usia maupun status sosialnya (Kodiran dalam Koentjaraningrat, 1980).

Pada dasarnya, orang Jawa bersifat keseluruhan, tidak memisahkan individu dan lingkungannya, golongannya, jamannya, situasi dan lingkungannya, bahkan dari alam adikodrati. Mereka percaya bahwa urusan-urusan dunia tak mungkin dipisahkan dari urusan-urusan alam (Mulder, 1986).

Di sisi lain Mulder (1996) mengatakan, suatu unsur kunci untuk mengerti kehidupan etnik Jawa adalah keinginan orang Jawa akan tercipta tatanan. Sekalipun ada kesadaran yang kuat bahwa kehidupan dan nasib seseorang berhubungan sendiri, dalam batas-batas tata hidup yang besar namun tatanan itu dirasakan sebagai hal yang bersifat gaib dan di luar kekuatan seseorang secara langsung.

Selanjutnya Kodiran (Koentjaraningrat, 1980) menjelaskan bahwa orang Jawa percaya ada suatu kekuatan yang melebihi segala kekuatan yaitu roh atau arwah-arwah leluhur yang menempati alam sekitarnya tempat tinggal mereka. Di mana kekuatan itu dapat mendatangkan kesuksesan dan kebahagiaan maupun keselamatan, tetapi juga dapat menimbulkan gangguan pikiran, kesehatan, bahkan kematian. Maka bila ingin hidup jauh dari gangguan itu, ia harus berbuat sesuatu untuk mempengaruhi alam semesta dengan berpuasa, berpantang melakukan sesuatu serta makan-makanan tertentu, berselamatan dan bersaji.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa manusia harus dapat menyesuaikan diri dengan ritme alam semesta. Kehidupan harus saling harmonis dengan tiga dasar yaitu kehidupan langit, alam, dan kehidupan itu sendiri. Maka dari ketetapan pandangan hidup itu kemudian berkembanglah menjadi suatu ajang filsafat hidup yang menjadi dasar praktek sistem kepercayaan orang Jawa.

## b. Agama

Pandangan religius kejawen dipusatkan kepada kesatuan hidup. Dalam ungkapan ritual pandangan ini berpusat pada kesatuan harmonis dalam lingkungannya sendiri, entah itu keluarganya, tetangganya, atau desanya. Dalam batas-batas kelompok itu “slamet” hendaknya dijunjung tinggi serta tata tertib dipertahankan. Terhadap orang-orang luar hendaknya seseorang bersifat toleran, ramah dan juga curiga (Mulder, 1986).

Dalam ungkapan yang mistik etnik Jawa memusatkan perhatiannya kepada hubungan langsung dan pribadi seseorang dengan “yang tunggal”. Dalam hubungan tersebut seseorang bebas mengikuti cara-caranya sendiri betapa aneh pun. Mereka juga mempercayai aliran mistik.

Kepercayaan yang berkembang baik di kalangan masyarakat Jawa adalah agama Islam. Kecuali itu masih ada juga orang Jawa memeluk agama Nasrani atau agama besar lainnya (Payung dalam Koentjaraningrat, 1980).

Namun dasar kepercayaan orang Jawa adalah keyakinan bahwa sesuatu pada hakikatnya adalah satu merupakan kesatuan hidup. Mereka memandang kehidupan manusia selalu terpaat dalam kosmos alam raya dan demikian hidup manusia merupakan semacam pengalaman religius (Mulder, 1986).

Mulder (1986), mengatakan bahwa orang yang mentaati peraturan-peraturan itu akan hidup selaras dalam hidup, dengan Allah dan menjalankan hidup dengan benar. Kehidupan manusia hendaknya dalam keadaan seimbang, tenang dengan jagat raya.

### c. Struktur Sosial Jawa

Dalam masyarakat Jawa seseorang yang dewasa benar-benar dan terhormat akan membangun keluarga sendiri dan rumah tangga yang baik bagi anak-anaknya yang menjadi sumber utama identitas sosial. Sebab setiap keluarga pada dasarnya mengurus dirinya sendiri (Mulder, 1986). Arti yang luas dari ini adalah bahwa keluarga merupakan suatu unit terkecil, sanggup mencukupi kebutuhan sendiri, tidak membaur ke masyarakat luar secara alami, dan merupakan suatu tiang penyangga (Sampul, 1999).

Etika yang berlaku bagi keluarga hendaknya sama dengan etika yang berlaku dalam masyarakat, yaitu tolong-menolong, memelihara kerukunan dan turut ambil bagian dalam upacara-upacara yang merupakan patokan dalam kehidupan seseorang. Bila seseorang menghormati orang lain, maka ia akan dihormati pula menurut kedudukan dan status sosialnya. Manusia tidak hidup sendirian dan membutuhkan orang lain agar berhasil dalam kehidupan. Saling menghormati berarti saling menerima dan menghargai dan ini mutlak dilakukan untuk mempertahankan tata tertib dan memperoleh keselamatan (Mulder, 1986).

Menurut Mulder (1986), seseorang yang mengikuti kemauannya sendiri dan tidak mengindahkan harapan orang lain akan dikritik dengan pedas oleh masyarakat dan bahkan akan dianggap tidak ada.

Selanjutnya Mulder (1986) mengatakan intipati, etika, komunal diungkapkan dalam pepatah "tepa selira" yaitu jangan berbuat sesuatu kepada orang lain yang tidak kau kehendaki bagi dirimu sendiri ini berarti bahwa seseorang harus menghormati orang lain serta bersikap toleran, tidak menganggap dirinya lebih tinggi dari orang

lain, tidak menyebabkan orang lain kehilangan muka mengendalikan dirinya sendiri sambil mengikuti arus.

Menurut Sadli (1989) gambaran stereotipis yang ada mengenai wanita Jawa dalam lingkungan kita adalah mereka mempunyai sifat yang khas berupa nrimo pasrah, nurut, halus, sabar, dan yang paling khas mengenai wanita Jawa adalah sifat nrimo dan pasrah.

Pada wanita Jawa masih berlaku konsep “manut” yang berarti mau mendengarkan, menyesuaikan diri dan melakukan apa saja yang telah diminta orang tua. Pada diri seorang gadis Jawa sejak semula diajarkan agar mempergunakan tutur bahasa yang halus dan berperilaku lemah lembut (Sadli, 1989). Di sisi lain wanita Jawa mempunyai minat dan keterampilan yang berbeda dan dalam perilakunya menunjukkan kecenderungan bersikap konform atau menyesuaikan diri terhadap aturan-aturan yang berlaku bagi mereka, supaya dapat memenuhi harapan-harapan dari lingkungan sehingga dapat diterima oleh orang lain (Sadli, 1989).

Perilaku konform merupakan sifat khas wanita Jawa karena sejak kecil lingkungannya lebih menuntut agar menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang berlaku bagi dirinya (Sadli, 1989).

Bentuk dasar sistem terminologi Jawa ialah bilateral dan generasional, berisi dua dan turun-temurun. Di mana semuanya itu memiliki dasar untuk dipakai oleh setiap orang Jawa untuk menentukan sikapnya dalam berhubungan dengan orang lain (Hardjo Wirogo, 1995).

Menurut Sardjono (1995) salah satu bentuk tata sopan santun pergaulan orang Jawa adalah kemampuan orang Jawa untuk bersikap ethok-ethok (pura-pura) yang

diperlihatkan diluar lingkungan keluarganya itu merupakan cara orang Jawa untuk tidak memperlihatkan perasaan-perasaan sebenarnya di dalam pergaulannya demi menjaga ketertiban untuk menghindari keterusterangan yang serampangan.

## B. PENYESUAIAN DIRI



### 1. Pengertian Penyesuaian

Sebelum membicarakan penyesuaian diri, maka perlu kiranya diketahui terlebih dahulu apakah yang dimaksud dengan penyesuaian itu. Menurut Calhoun dan Acocella (Satmoko, 1995) penyesuaian didefinisikan sebagai interaksi yang kontinue dengan orang lain dan dengan dunia kita. Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi kita dan hubungan tersebut bersifat timbal balik.

- Diri sendiri yaitu : jumlah keseluruhan dari apa yang telah ada pada kita, tubuh kita, perilaku dan pemikiran serta perasaan kita yang selalu kita hadapi tiap detiknya.
- Orang lain adalah orang-orang yang berpengaruh besar pada kita, sebagaimana kita juga berpengaruh terhadap kita.
- Sedangkan dunia kita adalah penglihatan dan penciuman serta suara yang mengelilingi kita saat kita menyelesaikan kita, mempengaruhi kita dan kita juga mempengaruhi kita.

Selanjutnya Calhoun dan Acocella (1995) mendefinisikan penyesuaian sebagai satu-satunya jalan yang dapat dilakukan seseorang untuk mengatasi masalah dengan cara membuat perubahan dan mengadakan kompromi dari hari ke hari.

Mahoney (1995) mengatakan bahwa penyesuaian merupakan kemampuan untuk mengartikan kejadian-kejadian secara nyata dan positif. Sehingga hasil tingkah lakunya dapat lebih menyempurnakan dari pada menghancurkan diri sendiri.

Setelah meninjau beberapa konsep mengenai penyesuaian di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian adalah suatu proses yang harus dilakukan seseorang agar dapat berhubungan dengan orang lain guna memenuhi tuntutan hidup.

## **2. Pengertian Diri**

Menurut Calhoun dan Acocella (1995) diri dapat didefinisikan sebagai suatu susunan konsep hipotesis yang merujuk pada perangkat kompleks dari karakteristik, proses fisik, perilaku dan kejiwaan seseorang. Perlu dicatat bahwa kita menyebut diri sebagai suatu konstruk hipotetik artinya kita tidak dapat menggunakan panca indera kita untuk membuktikan keberadaannya. Sebaliknya hal tersebut adalah sesuatu yang kita katakan ada karena kita membutuhkan suatu kesatuan istilah yang menggambarkan segala sesuatu lain yang dapat kita alami melalui panca indera kita.

Ternyata terdapat banyak aspek yang menyangkut di dalam diri yaitu sesuatu yang biasa bagi ilmu psikologi (Markus dan Nurius, 1986). Pertama dan yang paling jelas adalah tentang :

- 1) Diri fisik yaitu tubuh dan semua aktifitas biologis yang berlangsung di dalamnya.
- 2) Diri sebagai proses, berupa akal pikiran, emosi dan tingkah laku yang konstan.

Apabila kita mendapat suatu masalah, memberikan respon secara emosional, membuat suatu rencana seperti bagaimana kita mampu memecahkannya, dan

kemudian melakukan tindakan, semua peristiwa tersebut adalah bagian dari diri sebagai proses. Maka, sebagai proses menjadi markas besar penyesuaian.

- 3) Diri sosial yaitu pikiran-pikiran dan tingkah laku yang kita ambil sebagai respon secara umum terhadap orang lain dan masyarakat sebagai suatu kebulatan (Gergen, 1972).
- 4) Konsep diri yaitu apa yang terlintas dalam pikiran anda saat anda berpikir tentang "saya" atau merupakan gambaran mental dari kita sendiri.
- 5) Cita-cita diri, suatu angan-angan kita tentang apa yang kita inginkan dari diri kita di mana cita diri merupakan faktor yang paling penting dari perilaku anda.

Berbagai aspek tentang diri saling tergantung satu dengan yang lainnya. Secara bersama mereka menampilkan suatu kesatuan utuh. Dan meski kita berubah dari situasi yang satu ke situasi yang ke situasi yang lain, diri tampaknya memiliki semacam kontinuitas, akhirnya diri merupakan sesuatu yang dinamis, artinya ia berubah secara terus menerus.

### **3. Pengertian Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri berarti adaptasi, dimana istilah ini pertama kali dipakai ilmu biologi untuk menunjukkan kemampuan diri mempertahankan diri dari spesies lain. Istilah ini terus berkembang dan dalam bidang psikologi istilah ini juga sering digunakan, terutama untuk menekankan pada unsur individu serta bagaimana ia mengatur hidupnya dan dalam bidang psikologi disebut adjustment (Solihin, 2002).

Penyesuaian diri (adjustment) selalu berhubungan dengan tuntutan tertentu yang mungkin sangat berat atau stressfull, karena konsep penyesuaian diri hanya

dapat digunakan selama responnya mengarah pada usaha mengurangi ketegangan akibat dari adanya tuntutan atau penyesuaian diri ataupun adanya tekanan dari kebutuhan dalam diri (Schneiders, 1995).

Calhoun dan Acocella (1995) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi secara terus menerus yang kita adakan dengan diri sendiri dengan orang lain dan dengan dunia kita.

Selanjutnya Calhoun dan Acocella (1995) mengatakan bahwa dalam interaksi dengan lingkungannya ini manusia bisa dipengaruhi dan bisa mempengaruhi lingkungan di mana dia berada. Ini jelas memperlihatkan mengenai hubungan manusia dengan lingkungan di mana manusia demi kelangsungan hidupnya harus menyesuaikan dirinya, dan penyesuaian diri ini tidak bisa berlangsung sewenang-wenang karena adanya norma.

Lazarus (1999) menggunakan istilah coping behaviour yang merupakan istilah lain dari adjustment. Perbedaannya adalah bahwa adjustment merupakan konsep yang lebih luas dan berkaitan dengan semua reaksi individu terhadap demand dari lingkungan maupun internal demand. Sedangkan coping adalah suatu bentuk penyelesaian masalah yang ditekankan pada apa yang dilakukan individu untuk mengatasi demand yang stressfull atau gangguan emosi yang dirasakannya. Jadi jelaslah bahwa tingkah laku coping merupakan reaksi individu yang mewarnai proses penyesuaian diri.

Selanjutnya Piaget (Haditono, 1999) mengemukakan bahwa adaptasi merupakan kecenderungan bawaan setiap organisme untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Proses penyesuaian diri tersebut merupakan bagian dari apa yang dikenal sebagai manajemen kesan (Goffman, 1959). Kebiasaan kita untuk menyesuaikan kata-kata dan perilaku kita sedemikian rupa sehingga menghasilkan kesan yang kita inginkan dari orang-orang yang mengawasi kita untuk membuat mereka menyukai, menghargai, takut kepada kita atau apa saja yang kita inginkan.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain guna mencapai kebahagiaan hidup. Kemampuan penyesuaian diri ini lebih lanjut dapat dijadikan dasar dalam lingkungan sosial yang luas.

#### **4. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri**

Setiap organisme hidup dilahirkan dengan dua kecenderungan fundamental yaitu kecenderungan untuk adaptasi dan organisasi. Menurut Piaget (1999) adaptasi dapat dilukiskan sebagai kecenderungan bawaan setiap organisme untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Kecenderungan ini mempunyai dua komponen yang komplementer yaitu :

- a. Asimilasi yaitu kecenderungan organisme untuk mengubah lingkungan guna menyesuaikan dengan dirinya sendiri
- b. Akomodasi yaitu kecenderungan organisme untuk merubah dirinya sendiri guna menyesuaikan diri dengan sekelilingnya.

Disini penyesuaian diri berhubungan dengan tingkah laku. Sebagaimana kita ketahui tingkah laku manusia sebahagian besar dilatarbelakangi oleh hal-hal psikis, kecenderungan tingkah laku dalam bentuk gerakan yang refleks. Maka penyesuaian

ini adalah penyesuaian dari tingkah laku terhadap lingkungan di mana di dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan dan norma.

Selanjutnya Gunarsa (1995) membagi bentuk penyesuaian diri menjadi dua kelompok yaitu :

a. Yang adaptif atau adaptasi.

Bentuk penyesuaian diri ini lebih bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan.

b. Yang Adjustif

Menyangkut kehidupan psikis kita, dan penyesuaian ini berhubungan dengan tingkah laku. Yaitu penyesuaian dari tingkah laku terhadap lingkungan di mana dalam lingkungan ini terdapat aturan atau norma jadi intinya penyesuaian terhadap norma-norma.

Dari dua pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa bentuk penyesuaian diri dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu asimilasi dan akomodasi.

## **5. Faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri**

a. Pendidikan Orang Tua

Orang tua yang melaksanakan pendidikan yang bersifat otoriter mengakibatkan anak mengalami tekanan jiwa dan menjadi rendah diri (Inferior) anak yang demikian sangat sukar mengembangkan hubungan sosialnya dan dalam penyesuaian diri baik terhadap kelompok maupun penyesuaian diri yang lebih luas juga sangat sukar.

b. Perkembangan Bahasa/*Intelegensi*

Anak yang kurang lancar berbahasa atau intelegensinya di bawah rata-rata sukar dalam penyesuaian diri.

c. Cacat fisik

Jika pertumbuhan fisik seseorang kurang wajar misalnya gagap, mata juling, akan mengalami hambatan dalam penyesuaian diri.

d. Kedudukan anak dalam keluarga

Anak yang terlalu dimanjakan sukar untuk mandiri, sangat egois sehingga susah untuk menyesuaikan diri dengan teman kelompok.

e. Kepribadian

Temperamen yang dibawa sejak lahir, seperti anak yang sifatnya pemalu atau pendiam agar sukar baginya dalam penyesuaian diri.

f. Perkembangan dan kematangan intelektual sosial moral dan emosional akan mempengaruhi proses penyesuaian diri.

Selanjutnya Gunarsa membagi faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menjadi tiga kelompok yaitu :

a. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh hal-hal yang diperoleh dari kelahiran

Kesukaran dalam penyesuaian ini diakibatkan karena sikap yang pemalu, pendiam, sukar mengemukakan pendapat dan tidak banyak bicara tetapi oleh latihan yang terus menerus dan bimbingan yang teratur, sifat ini dapat dipengaruhi sehingga penyesuaiannya akan lebih baik.

b. Penyesuaian diri dan kebutuhan pribadi

Tingkah laku ini pada dasarnya kebutuhannya relatif sama, tetapi juga dapat berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena mekanisme persepsi seseorang terhadap kebutuhannya, sehingga mempengaruhi caranya bertingkah laku dan menyesuaikan diri terhadap objeknya atau tujuannya.

c. Penyesuaian diri dan pembentukan kebiasaan

Dalam perkembangannya, seorang anak menuntut lingkungan untuk membantu untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya ini mengakibatkan suatu hubungan antara keinginan dan kepuasan. Di sini ada anak yang sulit memisahkan hubungan antara keinginan dan kepuasan, dan setiap keinginan harus memperoleh kepuasan seketika, seolah-olah sulit untuk menunda keinginannya itu.

Berdasarkan dari teori-teori di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pendidikan orang tua, cacat fisik, kedudukan anak dalam keluarga dan kepribadian.

## **6. Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Yang Berhasil dan Tidak Berhasil**

Masalah penyesuaian diri merupakan masalah yang terpenting dalam kehidupan setiap individu. Hal ini disebabkan individu secara berkesinambungan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Adakalanya individu tidak menyadari bahwa lingkungan tidak berubah sehingga proses penyesuaian diri menimbulkan masalah (Gunarsa dalam Apolonia, 1998). Dalam kenyataannya penyesuaian diri adalah suatu proses yang panjang dan berlanjut pada seluruh kehidupan kita. Situasi

kehidupan selalu berganti dan setiap individu secara terus menerus dalam mencapai maksud dan tujuannya selalu silih berganti (Hurlock, 1978).

a. Ciri-ciri penyesuaian diri yang berhasil

Menurut Gerungan (Apolonia, 1998) adjustment atau penyesuaian diri yang baik mengandung proses :

1) Menyesuaikan diri dengan keadaan yang ada.

Dalam usaha menyesuaikan diri dengan suatu lingkungan hidup yang baru baginya individu biasanya mengubah dirinya agar sesuai dengan keadaan-keadaan yang baru dilingkungannya.

2) Mengubah keadaan sesuai dengan kebutuhan individu

Di mana lingkungan diubah oleh individu baik di lingkungan alamiah, psikis, maupun rohaniah. Jadi individu dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan melakukan penyesuaian diri yang aktif.

Secara umum individu yang adjustmentnya baik, adalah individu yang mampu mengatasi konflik, frustasi dan menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan diri dan lingkungan.

Schneiders (dalam Apolonia, 1998) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang dapat memberikan respon yang matang bermanfaat efisien dan memuaskan.

Karakteristik penyesuaian diri yang normal menurut Schneiders adalah :

1) Tidak ada emosional yang berlebihan

Adjustment yang normal ditandai dengan adanya emosi yang tidak berlebihan.

Individu yang mengendalikan emosinya dengan baik dapat mengatasi berbagai

situasi dengan berhasil. Sebaliknya individu yang kurang tanggap atau terlalu berlebihan dalam menanggapi situasi atau masalah yang dihadapinya tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik akan mengarahkan pada penyesuaian diri yang buruk.

2) Tidak ada mekanisme psikologis

Karakteristik dari adjustment normal adalah tidak adanya mekanisme psikologis yang berlebihan artinya individu dapat memberikan reaksi yang wajar atau normal terhadap masalah yang dihadapinya.

3) Tidak adanya perasaan frustrasi

Adanya perasaan frustrasi membuat individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah yang dihadapinya, sehingga sulit baginya untuk mengolah pemikiran, perasaan, atau tingkah laku secara efisien dalam menghadapi situasi yang dihadapinya. Individu yang normal adalah orang yang mampu mengolah dengan baik pikiran dan perasaan sehingga menemukan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya tanpa menimbulkan frustrasi.

4) Mempertimbangkan masalah secara rasional

Pertimbangan rasional tidak dapat berjalan dengan baik, jika disertai dengan emosi yang berlebihan, sehingga individu tidak dapat mengarahkan dirinya. Individu yang tidak mampu memecahkan masalah secara rasional maka akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

5) Kemampuan untuk belajar

Proses adjustment yang normal ditandai dengan sejumlah perkembangan yang berhubungan dengan cara individu menyelesaikan situasi yang menimbulkan

konflik frustrasi maupun stress. Melalui belajar secara terus menerus individu dapat mengembangkan kualitas dirinya terutama dalam menghadapi tuntutan sehari-hari.

6) Kemampuan memanfaatkan pengalaman masa lalu

Di dalam proses perkembangan manusia, ada kesediaan individu untuk belajar dari pengalamannya dan kemampuan untuk memanfaatkan pengalaman dengan baik. Jika individu tidak mampu untuk memanfaatkan pengalaman yang telah lalu, maka ia akan tetap mengalami kesulitan dalam situasi yang sama.

7) Bersikap realistik dan objektif

Sikap yang realistik dan objektif didasari oleh proses belajar dan adanya pemanfaatan pengalaman masa lalu dan pemikiran yang rasional. Dengan cara ini, individu dapat menilai situasi ataupun kekurangan yang dimilikinya secara objektif. Adanya kegagalan menilai kualitas diri tidak terlepas dari adanya prasangka buruk. Sehingga akan mempersulit individu dalam bereaksi normal terhadap tuntutan dari situasi yang dihadapinya.

Selanjutnya Maslow dan Rogers mengatakan bahwa penyesuaian diri yang normal adalah penyesuaian yang baik yang berarti aktualisasi diri. Ada 6 karakteristik penyesuaian diri yang normal yaitu :

1) Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain

Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang normal yaitu apabila dapat menerima diri mereka sendiri dan orang lain sebagaimana apa adanya. Mereka memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas dan keunikan diri mereka sendiri dan orang lain.

- 2) Persepsi yang akurat tentang kenyataan

Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang normal yaitu apabila dapat melihat sesuatu seperti apa adanya tanpa menghindarkan diri dari rasa sakit atau keterangan yang mengecewakannya.

3) Keakraban dengan orang lain

Apabila seseorang dapat memelihara dan mempunyai sahabat karib walaupun sedikit saja, namun ia dapat mengungkapkan diri secara terbuka.

4) Otonomi pribadi

Seseorang yang penyesuaiannya normal memiliki rasa puas diri tinggi dan jika diperlukan mampu untuk bertahan sendirian. Mereka tetap bertahan pada pendapat mereka sendiri meski yang lain tidak setuju.

5) Memusatkan diri pada masalah

Seseorang yang penyesuaiannya normal akan memiliki kesadaran akan tujuan dalam hidupnya. Mereka membuat keputusan berdasarkan pada apa yang menjadi tujuan akhir hidupnya.

6) Spontanitas

Seseorang yang penyesuaiannya baik adalah spontan dan sederhana. Mereka menjalani kehidupan secara alami, penuh ketenteraman dan tidak mau terikat pada peraturan.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri-ciri penyesuaian diri yang normal ditandai dengan adanya : tidak adanya emosi yang berlebihan, tidak adanya rasa frustrasi, mempertimbangkan masalah secara rasional,

dapat menerima diri sendiri dan orang lain, keakraban dengan orang lain dan spontanitas.

b. Ciri-ciri penyesuaian diri yang tidak berhasil (Maladjusted)

Individu yang dikatakan tidak berhasil atau gagal dalam penyesuaian diri, yaitu apabila ia tidak mampu mengatasi berbagai konflik yang dihadapinya, sehingga dapat menimbulkan frustrasi pada dirinya. Frustrasi ini dapat terjadi karena tuntutan yang dihadapinya sangat membebaninya, sehingga ia tidak dapat menemukan cara yang sesuai untuk mengatasi masalah atau tuntutan tersebut, sehingga fungsi penyesuaian diri menjadi lemah dan mengganggu efektifitas penyesuaian diri. Tidak semua kondisi yang berat atau stress berat dapat menimbulkan maladjusted kadang-kadang stress dapat membangkitkan kekuatan dan cara-cara efektif dalam penyesuaian diri.

Suatu tingkah laku dapat dikatakan maladjusted apabila tingkah laku tersebut menghambat individu untuk mengambil langkah-langkah yang efektif dalam mengatasi masalah. Dalam situasi yang sangat menekan, ada kemungkinan besar individu untuk sementara waktu akan mengambil jalan pemecahan masalah yang paling ringan dari pada langkah-langkah yang rasional dan efektif untuk mengatasinya.

Dari beberapa uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa individu yang tidak mampu menyesuaikan diri adalah individu yang tidak mampu mengatasi konflik yang dihadapinya dan tingkah laku tersebut menghambat individu untuk mengambil langkah yang lebih efektif.

### C. PERBEDAAN PENYESUAIAN DIRI ANTARA ETNIK BATAK DAN ETNIK JAWA

Penduduk Indonesia seperti kenyataan terdiri dari beragam suku, bangsa, ragam kebudayaan dan kepercayaan. Banyaknya suku-suku bangsa di Indonesia menjadikan Indonesia sebagai negara yang memiliki citra tersendiri di mata dunia. Kenyataan menunjukkan bahwa keanekaragaman etnik tersebut walaupun berbeda namun pada dasarnya memiliki prinsip yang sama.

Etnik atau suku merupakan suatu kesatuan sosial yang dapat dibedakan dari kesatuan lain berdasarkan identitas dan kebudayaan terutama bahasa. Dengan kata lain etnik adalah kelompok manusia yang terikat oleh kesadaran, dan identitas tadi sering kali dikuatkan oleh kesatuan bahasa (Koentjaraningrat, 1980).

Wilbinson (Koentjaraningrat, 1980) mengatakan bahwa pengertian etnik mungkin mencakup dari warna kulit sampai asal-usul, acuan kepercayaan, status kelompok minoritas, kelas stratifikasi, keanggotaan politik dan bahkan program belajar.

Selanjutnya Koentjaraningrat (1980) menjelaskan bahwa etnik dapat ditentukan berdasarkan persamaan asal-usul yang merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan suatu ikatan.

Tanah Batak adalah daerah pedalaman di Sumatera Utara dengan Danau Toba sebagai pusatnya. Etnik Batak lebih khususnya terdiri dari sub-sub suku bangsa yaitu Karo, Simalungun, Pakpak, Toba, Angkola, dan Mandailing. Di mana dalam

kehidupan dan pergaulan sehari-hari mereka mempergunakan beberapa logat (Payung, 1980).

Konsep yang sangat mendasar dalam organisasi kekerabatan orang Batak adalah marga. Marga ialah kelompok orang-orang yang mengatakan keturunan dari seseorang kakek bersama dan garis keturunan itu diperhitungkan melalui bapak, bersifat patrilineal (Verbouwen, 1985).

Etnik Jawa merupakan salah satu etnik yang banyak terdapat di Sumatera Utara pada umumnya dan Tanjung Morawa pada khususnya. Dalam pikiran kejawaan hidup manusia dilihat sebagai suatu manifestasi dari “yang tunggal” yaitu sang hidup yang meliputi segala-galanya dan merupakan asal mula serta tujuan terakhir.

Pada dasarnya, cara berpikir orang Jawa bersifat keseluruhan, tidak memisahkan individu dari lingkungannya, golongannya, jamannya, situasi dan lingkungannya bahkan dari alam adikodrati. Mereka percaya bahwa urusan-urusan dunia tak mungkin dipisahkan dari urusan alam (Mulder, 1986).

Manusia tidak hidup sendirian dan membutuhkan orang lain agar berhasil dalam kehidupan. Saling menghormati berarti saling menerima dan menghargai, dan ini mutlak dilakukan untuk mempertahankan tata tertib dan memperoleh keselamatan (Mulder, 1983).

Pada wanita Jawa masih berlaku konsep manut yang berarti mau mendengarkan, menyesuaikan diri dan melakukan apa pun yang diminta orang tua. Perilaku konform merupakan sifat khas wanita Jawa karena sejak kecil lingkungannya lebih menuntut agar menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang berlaku bagi dirinya (Sadli, 1989).

Menurut Calhoun dan Acocella (1995) penyesuaian didefinisikan sebagai interaksi yang kontinue dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia kita. Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi kita dan hubungan bersifat timbal balik.

Penyesuaian diri berarti adaptasi, penyesuaian diri selalu berhubungan dengan tuntutan tertentu yang mungkin sangat berat ataupun stressfull karena konsep penyesuaian diri hanya dapat digunakan selama responnya mengarah pada usahanya mengurangi ketegangan akibat dari adanya tuntutan dari kebutuhan diri (Schneiders, 1995).

Secara umum individu yang adjustmentnya baik adalah individu yang mampu mengatasi konflik, frustasi dan menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan diri dan lingkungan.

Individu yang dikatakan tidak berhasil atau gagal dalam penyesuaian diri yaitu apabila ia tidak mampu mengatasi berbagai konflik yang dihadapinya, sehingga dapat menimbulkan frustasi pada dirinya. Suatu tingkah laku maladjusted apabila tingkah laku tersebut menghambat individu untuk mengambil langkah-langkah yang efektif dalam mengatasi masalah.

Bila diperhatikan, remaja Jawa dan remaja Batak terlihat berbeda dalam bersikap, terutama dalam hal bergaul. Hal ini mungkin disebabkan karena perbedaan kultur kedua etnik tersebut. Anak Jawa sejak kecil sudah diajarkan untuk sopan santun (tata krama) dan lemah lembut terhadap orang lain, sehingga mereka lebih mudah untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya. Sedangkan bila dilihat dari kultur Batak mereka lebih diajarkan untuk mencapai prestasi kerja yang tinggi dan

kurang menekankan pada etika pergaulan. Di samping itu orang Batak biasanya memiliki sifat yang keras dan temperamental sehingga dalam berbicara biasanya logatnya kasar membuat orang merasa enggan berhubungan dengan etnik Batak tersebut sehingga sukar untuk menyesuaikan diri dengan orang lain. Pada kenyataannya hal itu tidaklah demikian karena etnik Batak juga mengajarkan tentang tata krama namun tidak sebesar cara orang Jawa mengajarkan tata krama itu.

Di samping itu sejarah juga melatar belakangi perbedaan tersebut, di mana tekanan kekuasaan dari pemerintah kolonial yang telah mencapai kemantapan di Jawa sejak akhir abad ke – 18 telah mempunyai efek yang dalam terhadap orang Jawa di manapun mereka berada, yang menghambat kemajuan bagi orang Jawa itu sendiri baik dalam lapangan pendidikan maupun dalam bidang lainnya (Kodiran dalam Koentjaraningrat, 1980). Berbeda dengan etnik Batak, di mana tanah Batak telah lebih dahulu mengalami kemajuan pesat, dalam bidang pendidikan maupun dalam bidang lainnya. Sehingga banyak kebiasaan yang ada selama ini semakin maju dan mendukung tingkat kemajuan etnik Batak.

Bila diperhatikan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja etnik Jawa memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan dengan remaja etnik Batak.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. 1991. Psikologi Sosial. Edisi Revisi. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. 1989. Reliabilitas dan Validitas. Seri Pengukuran Psikologi Interpretasi dan Komputasi. Jakarta : Liberty.
- Gerungan, W. A. 1990. Psikologi Sosial. Bandung : Penerbit : PT Eresco.
- Goble, F. G. 1993. Mazhab Ketiga Abraham Maslow. Alih bahasa : Supratiknya. Jakarta. Erlangga.
- Gunarsa, S. D. dan Gunarsa, Y. S. D. 1993. Psikologi Praktis. Anak Remaja dan Keluarga. Jakarta. Penerbit : PT BPK. Gunung Mulia.
- Hadi, S. 1986. Metodologi Research I. Untuk Penelitian Paper, Skripsi, Thesis dan Disertasi. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- \_\_\_\_\_. 1987. Metodologi Research II. Untuk Penelitian Paper, Skripsi, Thesis dan Disertasi. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hadi, S. dan Pamardiningsih, Y. 2000. Manual Seri Program Statistik (SPS). Paket MIDI. Versi 2000. Yogyakarta : Badan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Haditono, S. R., Monks, F. J., dan Knoers, A. M. P. 1979. Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Irwanto, K. 1994. Psikologi Umum. Buku Panduan Mahasiswa. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Utama.
- Kartono, K. 1995. Pemimpin dan Kepemimpinan, Apakah Pemimpin Abnormal Itu. Jakarta : CV Rajawali.
- Lusikooy, W. 1983. Bimbingan dan Penyuluhan di Perguruan Tinggi. Jakarta : Gunung Agung.

- Martaniah, S. M. 1984. Motif Sosial Remaja dan Keturunan Cina di Beberapa SMA Yogyakarta. Disertasi (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- McClelland, C. D. 1961. *The Achieving Society*. Vakil Feffer and Simons Private Ltd. Haque Building Sport Road Ballard Estate : Bombay.
- Hall, C. S. dan Lindzey, G. 1993. Teori-teori Fenomenologis. Jilid II. Editor : Supratiknya. Yogyakarta : Kanisius.
- Reksohadiprojo, S dan Handoko, H. 1982. Organisasi Perusahaan. Teori Struktur dan Perilaku. Yogyakarta : BPFE.
- Ruch. 1967. *Psychology and Life*. (First Edition). New York : Taraporevala Song and Co. Ltd.
- Singarimbun, M. dan Effendi, O. U. 1981. Metodologi Penelitian Survey. Surabaya : Bina Ilmu.
- Soemanto, W. 1990. Psikologi Pendidikan. Cetakan III. Jakarta : Rineka Cipta.
- Strauss, G. dan Sayles, L. 1995. Manajemen Personalialia. Segi Manusia Dalam Organisasi. Jilid II. Jakarta : PT Pustaka Binaman Pressindo.
- Suryabrata, S. 1992. Pengantar Psikologi Kepribadian. Yogyakarta : Rajawali Pers.
- Wexley, K. N. and Yukl, G. A. 1976. Perilaku Organisasi dan Psikologi Personalialia. Jakarta : PT Rineka Cipta.