



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu masa dimana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lebih lanjut (Hurlock, 2004). Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya diharapkan pada situasi yang menuntut mereka harus mampu menyesuaikan dirinya dengan segala situasi yang ada. Menurut Piaget dalam Hurlock (2004) remaja didefinisikan sebagai usia ketika individu secara psikologis berinteraksi dengan masyarakat dewasa. Pada masa remaja, anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama antara lain dalam masalah hak dan berinteraksi dalam masyarakat.

Dalam masa ini juga remaja mengembangkan tugas-tugas perkembangan untuk mencapai jati diri, kemandirian, emosional, kematangan hubungan sosial dan persiapan untuk meniti karir. Pada masa ini juga disebut sebagai metode peralihan, baik perubahan perilaku maupun perubahan fisik. Pada periode perubahan ini remaja

Dalam memasuki masa remaja, berarti seseorang telah memasuki suatu masa transisi, dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Sebagai suatu masa transisi, pada umumnya ditandai oleh berbagai macam perubahan, baik perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri maupun yang terjadi

diluar dirinya yang berkaitan dengan status remaja didalam lingkungan sosialnya.

Penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan dunianya. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai simptom (gejala) yang mengganggu seperti, kecemasan, kemurungan, depresi, obsesi, atau gangguan psikosomatis yang dapat menghambat tugas seseorang. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional yang tidak terkendali, dan keadaan yang tidak memuaskan (Satmoko, 2004).

Dalam penyesuaian diri ada orang yang cepat menyesuaikan diri terhadap perubahan, namun ada juga yang perlu waktu lama untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan dalam dirinya dengan usaha penyesuaian diri seseorang mengadakan perubahan-perubahan tingkah laku dan sikap supaya mencapai kepuasan dan sukses dalam aktivitasnya Gunarsa dan Gunarsa (dalam Karanina & Suyasa, 2005).

Penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi. Dengan kata lain, penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi