

## Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja

**Khoirul Bariyyah Hidayati**

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**M Farid**

[abidinbasuni@yahoo.co.id](mailto:abidinbasuni@yahoo.co.id)

Fakultas Psikologi

Universitas Darul Ulum Jombang

**Abstract.** *The Orphanage youths usually has the ability of lower self adoption compared than the most of youths. This research done to know how the self concept interaction and adversity quotient with the self adoption of the orphanage youths are. The research subjects are 50 Muhammadiyah orphanage youths of Probolinggo. They consist of male and female are about 15-16 years old. Data of self concept, adversity quotient and the self adoption of the orphanage youths are acquired by using scale. The analyses test result between the variable of self concept , adversity quotient and the self adoption with The regretful analyses result acquired from  $F=96,076$  with  $p/sig =0,000$  ( $p<0,01$ ) that means there's a significant correlation in a such collective way between the self concept and adversity quotient with the self adoption. Acquired  $r^2=0,803$  that means the self concept and adversity quotient with the self adoption give a contribution 80,30% to te self adoption of youths. Then, it's Acquired  $t=13,097$  and  $r$  partial 0,886 with  $p/sig =0,000$  ( $p<0,01$ ) that means there's a significant positive correlation between the self concept with the self adoption of youths. It's acquired  $t=0,041$  and  $r$  partial  $=0,006$  with  $p/sig=0,968$  ( $p>0,05$ ) so there isn't any correlation between adversity quotient and th self adoption of youths.*

**Keywords :** *self concept, adversity quotient, self adoption of the youths*

**Intisari.** Remaja Panti Asuhan biasanya memiliki kemampuan penyesuaian diri lebih Rendah dibandingkan Remaja pada umumnya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan. Subyek penelitian adalah 50 remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo, terdiri dari laki-laki dan perempuan yang berusia antara 15-16 tahun. Data tentang konsep diri, *adversity quotient* dan penyesuaian diri pada remaja panti asuhan diperoleh dengan menggunakan skala. Hasil uji analisis antara variabel konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri dengan analisis regresi diperoleh  $F = 96,076$  dengan  $p/sig = 0,000$  ( $p<0,01$ ) berarti ada korelasi sangat signifikan secara bersama-sama antara konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri. Diperoleh  $r^2=0,803$  yang berarti konsep diri dan *adversity quotient* memberikan sumbangan sebesar 80,30 % terhadap penyesuaian diri remaja. Selanjutnya diperoleh  $t = 13,097$  dan  $r$  parsial  $=0,886$  dengan  $p/sig = 0,000$  ( $p<0,01$ ) berarti ada korelasi positif sangat signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri remaja. Diperoleh  $t = 0,041$  dan  $r$  parsial  $= 0,006$  dengan  $p/sig = 0,968$  ( $p>0,05$ ) berarti tidak ada korelasi antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri remaja..

**Kata kunci :** konsep diri, *adversity quotient*, penyesuaian diri pada remaja

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu.

Hurlock (1990) membagi fase remaja menjadi masa remaja awal dengan usia antara 13-17 tahun dan masa remaja akhir usia antara 17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir menurut Hurlock memiliki karakteristik yang berbeda dikarenakan pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati dewasa.

Menurut Desmita (2011) masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting

yang meliputi pencapaian hubungan yang matang dengan teman sebaya, dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, memilih dan mempersiapkan karier dimasa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya, mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan hidup berkeluarga dan memiliki anak, mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial dan memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku.

Menurut Blos (dalam Sarwono, 2011) perkembangan pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*coping*), yaitu untuk secara aktif mengatasi stress dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah yang dihadapi. Sehingga dalam tataran perkembangan remaja, penyesuaian diri menjadi sangat penting. Kemampuan penyesuaian diri yang sehat terhadap lingkungan merupakan salah satu prasyarat yang penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Banyak individu terutama remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan maupun masyarakat pada umumnya. Tidak sedikit remaja yang mengalami stres atau depresi akibat kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi lingkungan yang ada dan kompleks.

Begitu juga pada remajayang tinggal di panti asuhan, lingkungan pantiasuhan menjadi lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Keberadaannya di panti asuhan membuat mereka mampu belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi pertama kalinya baik dengan teman-teman panti atau pengasuh. Remaja dituntut dapat berkembang dan menyesuaikan diri agar menjadi modal utama mereka ketika berada dalam masyarakat luas. Apabila remaja tidak

dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, maka remaja akan memiliki sikap negative dan tidak bahagia.

Penelitian Hartini (2000) yang hasil penelitiannya menunjukkan gambaran kebutuhan psikologis anak Panti Asuhan Putra Immanuel Surabaya memiliki kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan. Sehingga anak panti asuhan akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Disamping itu, mereka menunjukkan perilaku yang negativis, takut melakukan kontak dengan orang lain, lebih suka sendirian, menunjukkan rasa bermusuhan dan lebih egosentrisme.

Masa peralihan perkembangan dan pertumbuhan yang dihadapi oleh remaja akibat berbagai perubahan fisik, sosial, emosional yang semuanya itu akan menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan. Akibatnya masa ini disebut juga sebagai masa yang penuh dengan badai dan tekanan, karena remaja harus belajar beradaptasi dan menerima semua perubahan yang sering kali menyebabkan pergolakan emosi didalamnya. Menurut Ginanjar (2005) apabila aktivitas yang dijalani remaja bersama-sama teman sebayanya tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja sering kali meluapkan kelebihan energinya kearah yang negatif. Hal ini dapat terjadi karena lingkungan seringkali tidak sesuai dengan keinginan atau harapan batin, sehingga seseorang akan merasa kecewa akibat ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan. Oleh sebab itu maka penulis berasumsi bahwa individu yang berada dalam masa remaja khususnya remaja awal diperlukan penyesuaian terhadap perubahan tugas dan peran tersebut sehingga remaja merasa dirinya diterima oleh lingkungan dan bisa menyesuaikan diri dengan situasi, ekspektasi lingkungan dengan baik.

Menurut Gunarsa (2003) proses penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Respon penyesuaian baik atau buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya individu

untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Atas dasar pengertian tersebut dapat diberikan batasan bahwa kemampuan manusia sanggup untuk membuat hubungan-hubungan yang menyenangkan antara manusia dengan lingkungannya.

Menurut Sundari (2005) Penyesuaian diri pada remaja merupakan kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respons-respons sedemikian rupa, sehingga bisa bertahan dan mengatasi segala bentuk konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien serta memiliki penguasaan dan kematangan emosional. Dengan penyesuaian diri tersebut, diharapkan remaja mampu menjalani kehidupan yang lebih baik, terhindar dari permasalahan dan lebih siap menghadapi perubahan. Upaya yang dilakukan remaja dalam menemukan jati dirinya seringkali dilakukan dengan jalan membentuk citra atau *image* tentang diri remaja itu sendiri. Wujud dari citra itu terakumulasi dalam suatu konsep gambaran tentang bagaimana setiap remaja mampu mempersepsi diri. Keseluruhan gambaran diri yang meliputi persepsi individu tentang diri, perasaan, keyakinan dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya. Menurut Atwater (dalam Desmita, 2011) disebut dengan konsep diri. Dengan kata lain konsep diri terdiri dari bagaimana cara individu melihat diri sendiri sebagai pribadi, bagaimana individu merasakan tentang diri sendiri, dan bagaimana individu menginginkan diri sendiri menjadi manusia sebagaimana yang diharapkan oleh dirinya.

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan tingkah laku seseorang. Bagaimana seseorang memandang dirinya akan tercermin dari keseluruhan perilakunya. Artinya, perilaku individu akan selaras dengan cara individu memandang dirinya sendiri. Jika individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak mempunyai cukup kemampuan untuk melakukan suatu tugas, maka seluruh perilakunya akan

menunjukkan ketidakmampuannya tersebut. Menurut Felker (dalam Desmita, 2011) terdapat tiga peranan penting konsep diri dalam menentukan perilaku seseorang, yaitu *Pertama*, konsep diri memainkan peranan dalam mempertahankan keselarasan batin individu. Seseorang cenderung berusaha untuk mempertahankan keselarasan batinnya. Apabila individu memiliki ide, perasaan, persepsi atau pikiran yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. *Kedua*, konsep diri sebagai penentu bagi individu dalam memberikan penafsiran atas pengalamannya. Seluruh sikap dan pandangan individu terhadap dirinya sangat memengaruhi individu tersebut dalam menafsirkan pengalamannya. *Ketiga*, konsep diri juga berperan sebagai penentu pengharapan individu. Menurut McCandless yang dikutip oleh Felker (1974) menyebutkan bahwa konsep diri merupakan seperangkat harapan dan evaluasi terhadap perilaku yang merujuk pada harapan-harapan tersebut.

Sebagai inti dari kepribadian, konsep diri akan menentukan keberhasilan seseorang dalam menghadapi permasalahan yang timbul dalam kehidupannya (*internal frame of reference*). Proses penyesuaian diri oleh remaja dalam menghadapi tugas perkembangannya sebagai upaya pencarian identitas diri remaja dengan tugas perkembangan yang tidak bisa dihindari oleh remaja, maka menjadi sangat penting kepemilikan *adversity quotient* dalam diri yaitu yang merupakan respon seseorang dalam menghadapi situasi sulit dan cara mengatasinya (dalam Stoltz, 2000).

*Adversity quotient* berarti bisa juga disebut dengan ketahanan atau daya tahan seseorang ketika menghadapi masalah. Stein & Book (2004) menjelaskan bahwa ketahanan adalah kemampuan untuk menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan dan situasi yang penuh tekanan tanpa menjadi berantakan, dengan secara aktif dan pasif mengatasi kesulitan. Ketahanan ini berkaitan dengan kemampuan untuk tetap tenang dan sabar, serta kemampuan menghadapi kesulitan dengan kepala dingin, tanpa terbawa emosi. Orang yang tahan menghadapi kesulitan akan

menghadapi, bukan menghindari, tidak menyerah pada rasa tidak berdaya atau putus asa. *Adversity quotient* yang dimaksudkan di sini adalah ketangguhan, ketenangan dalam menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi masalah. Artinya dengan kata lain bahwa remaja di tuntut untuk tangguh, tenang dalam menghadapi berbagai masalah dan dapat mencari alternatif solusi dari setiap masalah-masalahnya tersebut.

Dengan demikian berdasarkan paparan realita konsep tentang remaja dan proses perkembangan remaja yang menuntut adanya penyesuaian diri dalam menapaki proses perkembangannya guna terpenuhinya tugas-tugas tersebut tanpa mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan diluar individu maka, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh secara empiris hubungan antara konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri pada remaja.

Ada beberapa peneliti yang menggunakan variabel penyesuaian diri, *adversity quotient* dan konsep diri akan tetapi belum ada yang meneliti hubungan antara konsep diri, dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri secara bersama-sama. Oleh karena itu penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian terdahulu yang mencoba mengkaji, melihat lebih jauh atau meneliti faktor lain yang mendasari munculnya konsep diri pada remaja.

## METODE

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2015 pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo. Mereka berasal dari latar belakang yang berbeda. Diantaranya tidak memiliki sanak keluarga, yatim piatu dan berasal dari keluarga kurang mampu. Lokasi ini dipilih atas pertimbangan, remaja yang berada di Panti Asuhan membutuhkan kemampuan lebih untuk menganggap orang atau hal lain sebagai bagian dari dirinya. Sehingga dalam perkembangannya kepemilikan penyesuaian diri menjadai sangat penting.

Jumlah populasi Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo tahun 2015 yang berjumlah 100 orang, diambil sampel sebesar 50% dari jumlah populasi. Sehingga sampel

berjumlah 50 orang. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah proportional random sampling. Alasan peneliti menggunakan teknik proportional random sampling ini adalah terbatasnya kemampuan peneliti dilihat dari waktu, dana dan tenaga. Banyaknya subyek yang terdapat pada setiap kelompok tidak sama oleh karena itu untuk memperoleh sampel yang representative maka pengambilan sampel subyek ditentukan seimbang atau sebanding.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala yang terdiri dari skala penyesuaian diri, konsep diri dan skala *adversity quotient*. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisa dengan menggunakan regresi berganda dengan bantuan SPSS (Statistical Package for Sosial Scienses) 17.0 for windows.

Skala penyesuaian diri disusun berdasarkan konsep teori Runyon dan Haber (1984) yang terdiri dari aspek: persepsi terhadap realitas, kemampuan menghadapi stres dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, dan hubungan interpersonal yang baik total aitem dalam skala ini berjumlah 100 aitem terdiri dari 52 aitem favorable dan 48 aitem unfavorable selanjutnya 100 aitem skala penyesuaian diri diujicobakan kepada 100 responden yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel sehingga diperoleh hasil bahwa item yang memiliki index corekted item total correlation bergerak dari 0,250 berjumlah 50 aitem sedangkan aitem yang valid berjumlah 50 aitem dengan rentang index corekted item total correlation bergerak dari 0,250 sampai dengan 0,505 dengan koefisien alpha croanbach,s sebesar 0,907.

Skala konsep diri disusun oleh peneliti berdasarkan konsep dari Burns (1993) yang meliputi aspek: penerimaan terhadap diri sendiri, rasa percaya diri, kemampuan diri, penampilan diri, interaksi sosial jumlah aitem dalam skala konsep diri ini sebanyak 53 aitem yang terdiri dari 26 aitem favorable dan 27 aitem unfavorable. Selanjutnya 53 aitem skala konsep diri diujicobakan kepada 105 responden yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel sehingga diperoleh hasil bahwa aitem

yang memiliki index corekted item total correlation kurang dari 0,250 berjumlah 10 aitem sedangkan aitem yang valid berjumlah 43 aitem index corekted item total correlation bergerak dari 0,252 sampai dengan 1,000 dengan koefisien alpha croanbach,s sebesar 0,729.

Skala *adversity quotient* disusun oleh peneliti berdasarkan konsep dari Stoltz (2000) yang meliputi aspek: kendali, daya tahan, jangkauan dan kepemilikan jumlah aitem skala *adversity quotient* ini sebanyak 54 aitem yang

## HASIL

Hasil analisa statistik dengan analisa regresi diperoleh harga koefisien f sebesar 96,076 pada  $p/sig = 0,000$  dengan taraf signifikasi ( $p < 0,01$ ) sehingga dengan demikian hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa secara bersama-sama variabel konsep diri dan *adversity quotient* berkorelasi positif secara sangat signifikan dengan variabel penyesuaian diri pada remaja sedangkan secara parsial hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa korelasi antara variabel konsep diri dengan variabel penyesuaian diri memiliki korelasi positif yang sangat signifikan hal ini terbukti dengan hasil yang diperoleh pada harga  $t = 13,097$  dan  $r$  parsial 0,886 dengan  $p/sig = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) berarti hipotesis diterima. Dan hubungan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri setelah mengendalikan konsep diri diperoleh  $t = 0,041$  dan  $r$  parsial = 0,006 dengan  $p/sig = 0,968$  ( $p > 0,05$ ) berarti tidak ada korelasi antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri setelah mengendalikan konsep diri. Hipotesis penelitian yang menyatakan ada korelasi antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri ditolak.

Berdasarkan hasil analisis regresi tabel  $R^2$  (rsquar) diperoleh harga  $R^2$  sebesar 0,803 yang memberikan informasi bahwa variabel konsep diri dan variabel *adversity quotient* secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 80,30% terhadap penyesuaian diri pada remaja sedangkan dari hasil perhitungan manual statistik diperoleh hasil: bahwa terdapat sumbangan efektif pada masing-masing variabel bebas terhadap variabel tergantung.

terdiri dari 29 aitem favorable dan 26 aitem unfavorable. Selanjutnya 54 aitem skala *adversity quotient* diujicobakan kepada 50 responden yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel sehingga diperoleh hasil bahwa aitem yang memiliki index corekted item total correlation kurang dari 0,250 berjumlah 18 aitem sedangkan aitem yang valid berjumlah 36 aitem index corekted item total correlation bergerak dari 0,271 sampai dengan 0,669 dengan koefisien alpha croanbach,s sebesar 0,915.

Variabel konsep diri memberi sumbangan efektif terhadap variabel penyesuaian diri sebesar 79,988% sehingga semakin baik konsep diri maka akan semakin tinggi kemampuan yang ditunjukkan oleh remaja untuk menyesuaikan diri sedangkan sumbangan efektif variabel *adversity quotient* terhadap penyesuaian diri sebesar 0,312%. Hasil tesebut menunjukkan bahwa sumbangan efektif variabel konsep diri terhadap variabel penyesuaian diri lebih besar dibandingkan dengan variabel *adversity quotient* terhadap penyesuaian diri pada remaja.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis pertama yang menyatakan ada hubungan positif antara konsep diri dan *adversity quotient* terhadap penyesuaian diri pada remaja “diterima”. Korelasi positif antara kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah searah. Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti ini menunjukkan semakin tinggi konsep diri dan *adversity quotient* maka penyesuaian diri pada remaja semakin tinggi, sebaliknya, semakin rendah konsep diri dan *adversity quotient* tmaka penyesuaian diri pada remaja semakin rendah pula. Diterimanya hipotesis pertama penelitian menunjukkan bahwa secara tidak langsung faktor konsep diri dan *adversity quotient* mempengaruhi penyesuaian diri pada remaja. Hasil penelitan ini mendukung pendapat Ruyon dan Haber (1984) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses yang terus berlangsung dalam kehidupan individu. Berdasarkan konsep penyesuaian diri sebagai proses, penyesuaian

diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis kedua yang menyatakan ada hubungan positif antar Konsep diri dengan penyesuaian diri pada remaja adalah searah. Artinya, semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada remaja. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri maka penyesuaian diri pada remaja juga semakin rendah. Dalam hal ini Kaplan dan Pokarny (Horton dan Hont, 1987) berpendapat bahwa salah satu factor kesadaran atau pikiran manusia yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah konsep diri. Sokhrahmad (Adi, 1988) menyatakan bahwa konsep diri itu membawa pengaruh pada tingkahlaku manusia berfungsi sebagai *guiding principles* paling sedikit sebagai sebab timbulnya bentuk mekanisme penyesuaian tertentu. Yang artinya individu yang memiliki konsep diri yang positif diduga lebih mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri yang negatif.

Berkaitan dengan konsep diri yang positif, Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu individu akan bertingkah laku sesuai dengan konsep diri yang dimiliki (Rahmat,2000). Pernyataan tersebut didukung oleh Burns (1993) yang menyatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertingkah laku ditengah masyarakat. Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga yang menyatakan ada hubungan positif antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri pada remaja "ditolak". Ini menunjukkan bahwa *adversity quotient* yang tinggi belum tentu menjadikan penyesuaian diri menjadi tinggi, sebaliknya apabila *adversity quotient* yang rendah juga tidak mempengaruhi penyesuaian diri menjadi rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mean hitung pada variabel konsep diri lebih tinggi dari pada mean teori. Ini menunjukkan bahwa tingkat *adversity quotient* pada diri remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo masih kurang dalam memberikan dampak yang

positif bagi penyesuaian diri mereka. Stoltz (2005) mendefinisikan *Adversity quotient* dalam tiga bentuk, yaitu: (1) *Adversity quotient* adalah kerangka kerja konseptual baru untuk memahami dan meningkatkan semua bagian dari kesuksesan dimana *Adversity quotient* berlandaskan pada sebuah penelitian yang bernilai penting, dengan mengkombinasikan pengetahuan yang praktis dan baru sehingga merumuskan sesuatu yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan. (2) *Adversity Quotient* adalah suatu ukuran untuk mengetahui respon individu terhadap kesulitan. (3) *Adversity Quotient* adalah serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon individu terhadap kesulitan. Dengan kata lain *Adversity Quotient* adalah suatu ukuran untuk mengetahui daya juang individu dalam menghadapi kesulitan, kepercayaan diri dalam menguasai hidup dan kemampuan untuk mengatasi tantangan dan hambatan yang dihadapi dalam memperoleh kesuksesan.

Pendapat Calhoun (1990) dan Hurlock (1999) di atas menunjukkan bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor yang mampu memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri individu. Hal ini menjelaskan bahwa penelitian ini didukung oleh teori bahwa konsep diri berhubungan dengan penyesuaian diri. Yang artinya bahwa di dalam penyesuaian diri individu terdapat faktor konsep diri yang akan mengarahkan pola penyesuaian diri yang akan dilakukan oleh individu. Dengan kata lain, untuk melakukan penyesuaian diri yang baik dibutuhkan faktor konsep diri yang baik pula. Dari situlah dapat diketahui bahwa konsep diri dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang erat, dimana individu selama masa remaja akan mengalami masa mencari identitas, dan identitas mereka inilah yang kelak akan menentukan tingkah laku dan penyesuaian diri mereka di kehidupan sehari-hari. Berbeda dengan *Adversity Quotient* yang diukur dan ditafsirkan untuk memahami keadaan dan pola dari individu yang bersangkutan dalam menghadapi kehidupan dan mengembangkan dirinya menuju ke arah pencapaian tingkatan kehidupan. *Adversity Quotient* yang ada pada diri individu turut

menentukan tindakan atau respon yang dilakukan seseorang (Ahmad dan As'ad,2007).

Oleh karena itu sumbangan yang diberikan lebih sedikit daripada konsep diri. Disamping konsep diri dan *adversity quotient* terdapat faktor lain yang mempengaruhi ataupun memberikan kontribusi terhadap penyesuaian diri pada remaja. Adapun kontribusi faktor lain yang berpengaruh pada variabel penyesuaian diri pada remaja sebesar 19,70%. Menurut Scheneiders (dalam Ali & Asrori, 2012), faktor lain yang dapat memberikan kontribusi terhadap penyesuaian pada remaja selain konsep diri dan *adversity quotient*, antara lain: Kondisi-Kondisi fisik yang didalamnya terdapat kemauan dan kemampuan untuk dapat berubah, pengaturan diri, dan realisasi diri, Proses belajar yang didalamnya terdapat belajar, pengalaman, latihan, dan determinasi diri; lingkungan didalamnya terdapat lingkungan keluarga dan masyarakat; dan agama serta budaya. Lebih lanjut Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2012), menjelaskan sistem utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar, dan otot. Sistem syaraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal yang akhirnya berpengaruh secara baik pula pada penyesuaian diri individu. Namun, jika terjadi penyimpangan dalam sistem syaraf akan berpengaruh pada kondisi mental yang penyesuaian dirinya kurang baik. Gejala psikosomatis merupakan salah satu contoh nyata dari berfungsinya sistem syaraf yang kurang baik sehingga mempengaruhi penyesuaian diri yang kurang baik pula. Selain itu penyesuaian diri seseorang lebih mudah

dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat dari pada tidak sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, Percaya diri, harga diri dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri, begitu juga sebaliknya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hubungan konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri pada remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo, menunjukkan bahwa semakin tinggi konsep diri dan *adversity quotient* maka penyesuaian diri pada remaja semakin tinggi, sebaliknya, semakin rendah konsep diri dan *adversity quotient* maka penyesuaian diri pada remaja semakin rendah pula.

Secara parsial, individu yang memiliki konsep diri yang positif lebih mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri yang negatif. Sedangkan tingkat *adversity quotient* pada diri remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Probolinggo masih kurang dalam memberikan dampak yang positif bagi penyesuaian diri mereka

Sumbangan faktor lain yang dapat memberikan kontribusi terhadap penyesuaian pada remaja selain konsep diri dan *adversity quotient*, antara lain: Kondisi-Kondisi fisik yang didalamnya terdapat kemauan dan kemampuan untuk dapat berubah, pengaturan diri, dan realisasi diri, Proses belajar yang didalamnya terdapat belajar, pengalaman, latihan, dan determinasi diri; lingkungan didalamnya terdapat lingkungan keluarga dan masyarakat; dan agama serta budaya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. dan Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja; Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Burns. R.B. (1993). *Konsep diri ;teori pengukuran, perkembangan dan perilaku*, Jakarta : Arcan.
- Calhoun, J.F. dan Acocella, J.R. (1990). *Psychology of Adjustment and Human*

*Relationship edisi tiga*. New York: Mac Graw-Hill, inc

- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP,dan SMA*. Bandung:Rosda Karya.

- Gunarsa, S.G. dan Gunarsa. (2003). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Haber, A., dan Runyon, R.P. (1984). *Psychology of Adjustment*, Illinois: The Dorsey Press.
- Hurlock, B.E. (1990). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta : Erlangga.
- Hartini, N. (2000). Deskripsi Kebutuhan Psikologi Pada Anak PantiAsuhan. *Jurnal Dinamika Sosial*. Volume 1. Nomor 1. Halaman 109-118.
- Sarwono W. S. (2011). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*. Jakarta: PT.Grafindo Persada.
- Sundari, Siti. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Stoltz. P. G. (2000). *Faktor paling penting dalam suksese; Adversity Quotient; mengubah hambatan menjadi peluang*. Jakarta :Gramedia Widiasarana Indonesia.