

## **PENYESUAIAN DIRI PADA WANITA REHABILITASI SOSIAL DI PANTI SOSIAL KARYA WANITA GODEAN YOGYAKARTA**

### ***SELF-ADJUSTMENT IN WOMEN SOCIAL REHABILITATION IN AN SOCIAL INSTITUTION KARYA WANITA GODEAN YOGYAKARTA***

Oleh: Budi Lestari, Universitas Negeri Yogyakarta  
Budi.lestari80@yahoo.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) Godean Yogyakarta dilihat dari aspek fisik, aspek psikologis dan aspek sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Subjek penelitian ini berjumlah 36 wanita rehabilitasi sosial, dengan pengambilan subyek keseluruhan atau populasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan menggunakan skala. Instrumen yang digunakan adalah skala penyesuaian diri. Validasi instrumen dilakukan menggunakan validasi konstruk berupa *expert judgement*, sedangkan reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach* untuk skala penyesuaian diri sebesar 0,627 yang menunjukkan reliabilitas tinggi. Teknik analisis data yang digunakan yakni dengan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita secara keseluruhan berada pada kategori sedang yaitu dengan presentase 53%, wanita rehabilitasi sosial mampu menyesuaikan diri di panti tetapi belum secara maksimal. 1) Penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek fisik berada pada kategori sedang yaitu kategori 17 orang (47%), wanita rehabilitasi sosial dengan bukti mereka bisa menerima kondisi badan dengan baik. 2) Penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek psikologis berada pada kategori sedang yaitu kategori 15 orang (42%), wanita rehabilitasi sosial mampu mengelola emosional tetapi belum secara maksimal. 3) Penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek sosial berada pada kategori sedang yaitu kategori 17 orang (47%), wanita rehabilitasi sosial mampu menjalin hubungan baik dengan masyarakat, keluarga dan teman dengan baik tapi belum secara maksimal.

Kata kunci: *penyesuaian diri, wanita rehabilitasi sosial, panti sosial Karya Wanita*

#### **Abstract**

*This study attempts to know the level adjustment self in women social rehabilitation in an Social Institution Karya Wanita (PSKW) Godean Yogyakarta seen from the physical aspects, psychology aspects, and social aspects. This research used a quantitative approach with a survey method. The subject of study are 36 woman social rehabilitation, such subject a whole or population. Technique collecting data used a scale. An instrument used is self-adjustment scale. Validation an instrument carried out using construct validation of expert judgement, while reliability an instrument using formulas Alpha Cronbach to scale self-adjustment of 0,627 showing realibility is high. Techniques data analysis used that is to statistics descriptive. The results of the study showed that the adjustment self in women social rehabilitation in an Institution Karya Wanita (PSKW) Yogyakarta is entirely located in medium category namely by the percentage 53%, woman social rehabilitation capable of being acclimated in an but not in full. 1) Adjustment self in women social rehabilitation in an Institution Karya Wanita (PSKW) Yogyakarta at the physical aspects are on medium category that is 17 people (47% ), woman social rehabilitation with the evidence of their would accept agency well. 2) Adjustment self in women social rehabilitation in an Institution Karya Wanita (PSKW) Yogyakarta on the psychological is at medium category that is 15 people (42%), woman social rehabilitation able to manage emotional but not in full. 3) Adjustment self in women social rehabilitation in an Institution Karya Wanita (PSKW) Yogyakarta at social aspects are on medium category that is 17 people (47%), woman social rehabilitation capable of maintain good relations with the community, friends, and family well but not yet in full .*

Keywords: *self-adjustment, women social rehabilitation, Social Institution Karya Wanita*

## **PENDAHULUAN**

Kasus kekerasan terhadap perempuan banyak terjadi. Data dari Lembaga Swadaya

Masyarakat (LSM) selama 2009 hingga akhir 2014 tercatat ada 1.204 kasus kekerasan terhadap perempuan. Dari jumlah itu kasus kekerasan

terhadap istri (KTI) sebanyak 835 kasus, kekerasan dalam pacaran (KDP) 133 kasus, perkosaan 133 kasus, pelecehan seksual 69 kasus, kekerasan dalam keluarga 35 kasus, dan *trafficking* (penjualan perempuan) 5 kasus (sumber: Forum Perlindungan Korban Kekerasan (FPKK) DIY: 2014).

Kecenderungan permasalahan terhadap wanita membawa dampak berat secara keseluruhan, sehingga permasalahan tidak dapat dibiarkan begitu saja. Sebaiknya upaya penanganan secara terpadu dengan orientasi utama diarahkan khususnya pada kondisi korban yang mengalami trauma berat. Salah satu upaya untuk mereduksi resiko hal tersebut maka sebaiknya dilakukan rehabilitasi dan perlindungan sosial bagi para wanita. Rehabilitas sendiri sesuai dengan UU Kesos No.11 tahun 2009 tentang kesejahteraan sosial, khususnya pada pasal 7 ayat 1. Pada ayat 1 disebutkan bahwa :

*“Rehabilitas sosial dimaksudkan untuk memulihkan dan mengembangkan kemampuan seseorang yang mengalami disfungsi sosial agar dapat melaksanakan fungsi sosialnya dengan wajar”.*

Menurut Sri Rohimi pekerja sosial, di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW), (wawancara 17 Juni 2015) bahwa pelaksanaan kegiatan rehabilitasi serta pelayanan klien para pekerja sosial bekerja sama dengan karyawan serta pengurus Panti Sosial Karya Wanita (PSKW). Pelayanan bimbingan keterampilan kerja terhadap wanita sebagai salah satu upaya agar semua komponen yang ada di dalam PSKW saling bekerja sama satu sama lainnya.

Bimbingan keterampilan di PSKW (Panti Sosial Karya Wanita) terdiri dari empat jenis keterampilan, yaitu keterampilan menjahit, keterampilan olah pangan atau keterampilan tata boga, keterampilan tata rias dan salon, dan keterampilan membatik. Pada bimbingan fisik, mental dan sosial meliputi pemeliharaan kesehatan, olahraga, sarana dan prasarana kebersihan, bimbingan keagamaan, bimbingan kedisiplinan, bimbingan budi pekerti, dinamika kelompok, bimbingan kewirausahaan, bimbingan bahasa (jawa dan inggris), bimbingan kesehatan mental, bimbingan seni budaya (musik, tari dan krawitan) dan muatan lokal. Dalam bimbingan pendampingan pekerja sosial dan psikologis meliputi, konseling, terapi individu dan kelompok, pendampingan asrama (wawancara, 17 Juni 2015).

Adapun proses perekrutan yang dilakukan oleh panti yaitu biasanya atas rujukan dari kepala desa, datang sendiri, dan mendapatkan informasi dari masyarakat. Jumlah wanita yang tinggal di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) ada 50 orang, mereka wajib tinggal di asrama yang telah disediakan oleh panti selama 1 tahun, yang dimana setiap harinya wajib mengikuti jadwal-jadwal yang sudah ditentukan oleh panti. Mulai bangun pagi diwajibkan ikut apel pagi; lalu setelah apel masuk kelas masing-masing untuk kegiatan keterampilan sampai siang yang dimana setiap individu memilih satu dari empat keterampilan yang diminati; ketika siang hari dimanfaatkan untuk istirahat dan dilanjutkan jam empat sore untuk melakukan bimbingan fisik, mental dan sosial. Setelah mereka mahir dalam bidang keterampilannya setiap individu memiliki

kesempatan berupa magang selama satu bulan, magang tersebut bisa di rumah makan, salon, serta ikut menjai karyawan menjahit dan batik (wawancara, 17 Juni 2015).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap Sri Rohimi, pekerja sosial Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) untuk penyesuaian dirinya kebanyakan pada awal masuk asrama 90% penghuni panti belum siap untuk lingkungan baru, bahkan ada beberapa yang sampai meminta pulang atau bahkan hampir menangis setiap hari. Hal itu terjadi karena mereka merasa asing dengan lingkungan barunya dan merasa bahwa kegiatan di panti membuat dirinya menjadi terbebani dengan aturan-aturan yang ada di panti yang menurut mereka sangat berat, sedangkan selama ini mereka hidup diluar luar panti yang tidak ada aturan-aturan (bebas). Tetapi seiring waktu berjalan dan bimbingan para pekerja sosial yang selalu memantau perkembangan setiap individu maka mereka menjadi terbiasa dengan tinggal panti sosial tersebut.

Proses penyesuaian diri yang tidak mudah, dikarenakan didalam kehidupannya manusia terus diharapkan pada pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Periode penyesuaian diri merupakan suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup individu. Individu diharapkan mampu memainkan peran-peran sosial baru terutama pada wanita rehabilitasi sosial, yang dapat mengembangkan sikap-sikap sosial dan nilai-nilai di masyarakat dengan perkembangan-perkembangan baru. Dalam hal ini diperkuat oleh pendapat Schneiders dalam Desmita (2009: 192) menyebutkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan

tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal. Individu menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangan dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian diri ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau taggungjawab, dongkol, kecewa atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Dalam kehidupan wanita korban kekerasan seksual perlu adanya penyesuaian terhadap lingkungan, dan penyesuaian diri setelah mampu maka diharapkan dapat menempatkan dirinya dengan baik.

Sebaliknya kegagalan penyesuaian diri ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialami, sebagai akibat adanya permasalahan antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan. Permasalahan ini menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian berwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk bisa mampu diterima dilingkungan masyarakat individu harus melakukan penyesuaian diri. Dalam hal ini diperkuat oleh pendapat Enung (2008:24) bahwa setiap individu dalam masyarakat terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain. Pada proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan jumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian persoalan

dalam hidupnya. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat disekitar tempat tinggal, keluarga, dan masyarakat luas secara umum. Dalam hal ini para wanita yang rehabilitasi dan masyarakat sama-sama memberikan dukungan satu sama lain, agar tercapainya sebuah hubungan dengan lingkungan yang harmonis.

Menurut Titin pekerja sosial, di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW), (wawancara 6 Juni 2015) permasalahan yang terjadi pada wanita dilakukan upaya penanganan secara terpadu dengan orientasi utama diarahkan khususnya pada kondisi korban yang mengalami trauma berat, salah satunya melalui proses rehabilitasi dan perlindungan sosial bagi wanita korban tindak kekerasan. Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) memberikan pelayanan terhadap masyarakat sosial untuk membantu memulihkan sikap, perilaku psikologis dan fungsi sosial bagi wanita. Aktivitas sosial lebih menunjuk pada tatanan hubungan antara individu-individu dalam aktifitas sosial. Kondisi kesenjangan sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologi para wanita sosial dalam masyarakat, sehingga mereka dapat lebih berdaya dalam melanjutkan hidup yang lebih baik dari pada sebelumnya. Tujuan dari Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) adalah sebagai upaya rehabilitasi dan juga sebagai tindakan *preventif* bagi mereka agar tidak melakukan penyimpangan sosial di masyarakat.

Penyesuaian diri wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW) banyak yang mengalami kegagalan, hal tersebut terbukti ketika awal masuk asrama mereka banyak yang menangis, merasa takut, bahkan ada yang

menolak masuk ke lingkungan baru karena tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Pendapat lain yang dipaparkan oleh Gilmore dalam Desmita (2009:195) yakni berdasarkan psikologis yang dimana aspek-aspek dalam penyesuaian diri adalah 1) kematangan emosi, ditandai dengan banyaknya para wanita rehabilitasi sosial banyak yang menangis ketika baru masuk panti sosial tersebut, 2) kematangan intelektual, 3) kematangan sosial 4) aspek fisik, dan 5) aspek psikologis. Mampu menyesuaikan diri dengan baik dapat bereaksi secara efektif terhadap situasi-situasi yang berbeda, dapat memecahkan konflik-konflik, frustrasi-frustrasi, dan masalah-masalah tanpa menggunakan tingkah laku simptomatik. Harapan para wanita rehabilitasi masuk ke panti sosial yakni agar dapat mengambil hal positifnya tanpa harus menjadikan beban, sehingga dapat menyelesaikan konflik yang di alaminya dengan baik.

Pembahasan tentang peran lembaga sosial untuk mencegah serta menanggulangi permasalahan sosial telah menjadi topik yang menarik di masyarakat. Pembahasan ini menjadi hal yang menarik bagi para peneliti untuk melakukan penelitian, salah satunya yaitu penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Ari Yoga Pamungkas, 2014) yang berjudul "Rehabilitasi sosial klien reguler Panti Sosial Karya Wanita" penelitian ini memfokuskan pada bentuk pelayanan dan bantuan sosial yang ditujukan untuk membatu pengembalian harga diri klien dan kepercayaan diri klien sehingga mampu menjalankan fungsi sosial secara wajar dalam tindak lanjut klien di masyarakat.

Dari berbagai fenomena yang terjadi terhadap wanita rehabilitasi sosial, membuat penulis tertarik untuk mengkajinya. Beberapa permasalahan yang dihadapi oleh para wanita yang mendapatkan rehabilitasi di panti tersebut dominan mereka mendapatkan perlakuan yang tidak sesuai di luar panti. Peneliti menyimpulkan bahwa keadaan psikologis wanita yang ada di panti tersebut saat ini masih memerlukan penyesuaian diri dari kehidupan di luar lingkungan panti hingga masuk dan tinggal di panti. Keadaan di panti sosial mendukung untuk perbaikan psikologis mereka, akan tetapi tingkat penyesuaian diri setiap wanita yang tinggal di panti tersebut berbeda ada yang tinggi dan ada yang rendah. Peneliti memfokuskan pada penelitian yang dibuat yakni mengenai bagaimana tingkat penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita (PSKW).

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Karya Wanita, dimana subyeknya yaitu wanita rehabilitasi sosial di panti tersebut. Waktu penelitian yang dibutuhkan peneliti satu bulan mencakup observasi untuk mendapatkan data pendukung, terakumulasikan juga dengan penyebaran angket penelitian yang dilakukan pada tanggal 2 Oktober-14 November 2015.

### **Target/Subjek Penelitian**

Subyek penelitian terdiri dari populasi penelitian yang dikenakan pada seluruh wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita. Pada penelitian ini peneliti mendapati keseluruhan jumlah subyek 50 orang,

dikarenakan 10 orang mengikuti kegiatan PKL dan 4 orang sedang mudik, sehingga subyek berjumlah 36 orang.

### **Prosedur Penelitian**

Peneliti melaksanakan penelitian yang terdiri dari rangkaian kegiatan berupa observasi dan wawancara pra-penelitian, dan pembagian angket skala penyesuaian diri untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Setelah itu, peneliti sekaligus melakukan penelitian untuk pengambilan data penyesuaian diri.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Pada teknik pengumpulan data akan digunakan metode skala penyesuaian diri dalam rangka mengumpulkan data mengenai tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita. Pada penelitian ini untuk mengungkap tingkat kemampuan penyesuaian diri digunakan yaitu dengan instrumen berupa angket. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah skala kemampuan penyesuaian diri. Instrumen skala tersebut dikembangkan sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 63 item yang divalidasi menggunakan *expert judgement*, sedangkan untuk mengetahui tingkat reliabilitasnya menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Pada penelitian ini, reliabilitas sebesar 0,627 yaitu pada kategori tinggi.

### **Teknik Analisis Data**

Pada penelitian ini, analisis data dilakukan secara kuantitatif terhadap data-data angka yang

dihasilkan dari hasil skala kemampuan penyesuaian diri yang diolah dengan menggunakan analisis statistik deskriptif dengan presentase pada tiap hasil analisisnya.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Tingkat Penyesuaian Diri pada Wanita Rehabilitasi Sosial di Panti Sosial Karya Wanita

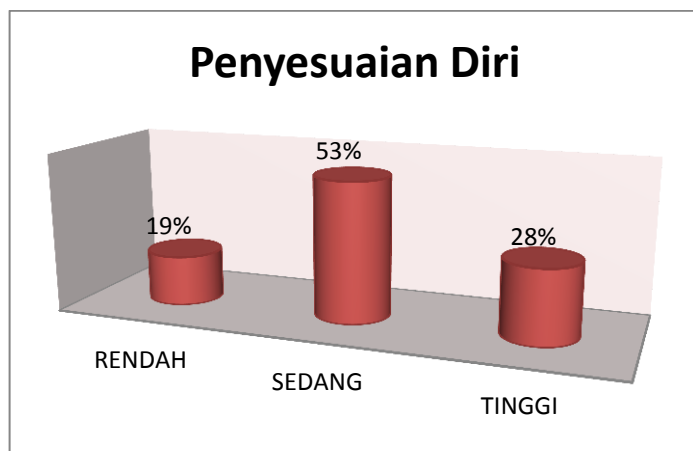
Pengelompokan kategorisasi dari hasil data tersebut. Adapun distribusi frekuensi yang diperoleh dari perhitungan kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Wanita Rehabilitasi Sosial

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi/ Banyak Subyek	
			F	%
1	Rendah	$N \leq 174$	7	19%
2	Sedang	$174 \geq N \leq 186$	19	53%
3	Tinggi	$N \geq 186$	10	28%

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 orang wanita rehabilitasi sosial menunjukkan 7 orang yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah atau pada presentase (19%) yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori sedang yakni ada 19 orang (53%), sedangkan yang memiliki tingkat penyesuaian diri dalam kategori tinggi yakni 10 orang (28%). Hasil keseluruhan dari data penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan

bahwa tingkat penyesuaian diri pada wanita di Panti Sosial Karya Wanita berada dalam kategori sedang. Hal ini dapat ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Wanita Rehabilitasi Sosial di Panti Sosial Karya Wanita

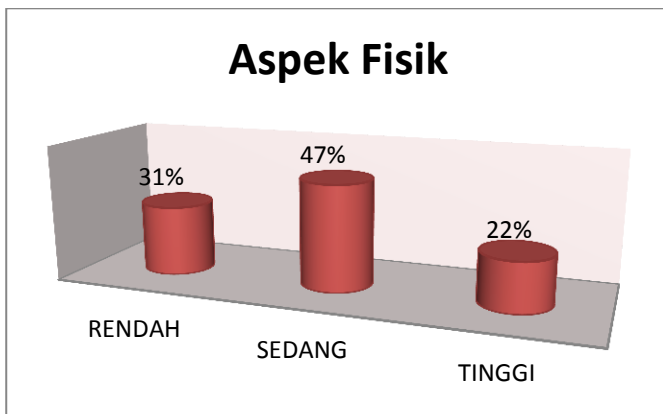
#### 2. Deskripsi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Fisik

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil analisis dari skala penyesuaian diri meliputi aspek fisik yang meliputi sistem utama tubuh dan kesehatan fisik yang telah diisi oleh wanita rehabilitasi sosial. Pengelompokan kategorisasi dari hasil data tersebut distribusi frekuensi yang diperoleh dari perhitungan kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Fisik

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi/ Banyak Subyek	
			F	%
1	Render	$N \leq 38$	11	31%
2	Sedang	$38 \geq N \leq 41$	17	47%
3	Tinggi	$N \geq 41$	8	22%

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 orang wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita menunjukkan 11 orang yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek fisik dalam kategori rendah atau pada presentase (31%) yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek fisik dalam kategori sedang yakni ada 17 orang (47%), sedangkan yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek fisik dalam kategori tinggi yakni 8 orang (22%). Hasil dari data penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada aspek fisik berada dalam kategori sedang. Hal ini dapat ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Fisik

### 3. Deskripsi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Psikologis

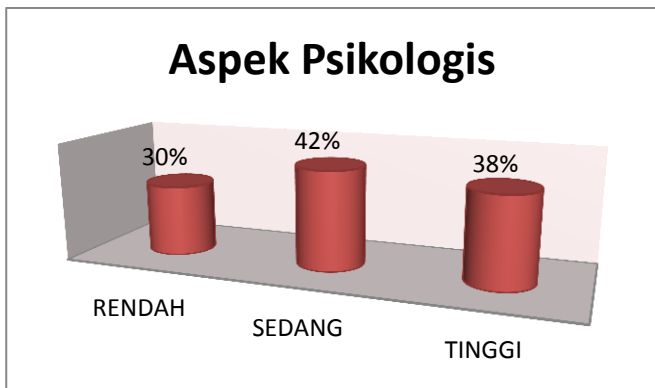
Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil analisis dari skala penyesuaian diri meliputi aspek psikologis yang meliputi kemandapan suasana kehidupan emosional; kemandapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain; kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan, dan ; sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri yang telah diisi oleh

wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita. Pengelompokan kategorisasi dari hasil data tersebut distribusi frekuensi yang diperoleh dari perhitungan kategori di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Psikologis

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi/ Banyak Subyek	
			F	%
1	Rendah	$N \leq 68$	11	30%
2	Sedang	$68 \geq N \leq 73$	15	42%
3	Tinggi	$N \geq 73$	10	38%

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 orang wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita menunjukkan 11 orang yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek psikologis dalam kategori rendah atau pada presentase (30%) yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek psikologis dalam kategori sedang yakni ada 15 orang (42%), sedangkan yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek psikologis dalam kategori tinggi yakni 10 orang (38%). Hasil dari data penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada aspek psikologis berada dalam kategori sedang. Hal ini dapat ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Psikologis

#### 4. Deskripsi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Sosial

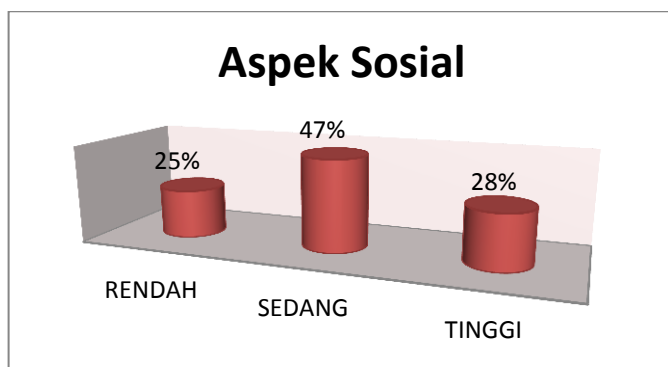
Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil analisis dari skala penyesuaian diri meliputi aspek sosial yang meliputi kemampuan hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggal, hubungan dengan keluarga, dan hubungan dengan teman di panti yang telah diisi oleh wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita. Pengelompokan kategorisasi dari hasil data tersebut distribusi frekuensi yang diperoleh dari perhitungan kategori di bawah ini :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Sosial

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi/ Banyak Subyek	
			F	%
1	Rendah	$N \leq 69$	9	25%
2	Sedang	$69 \geq N \leq 75$	17	47%
3	Tinggi	$N \geq 75$	10	28%

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 orang wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita menunjukkan 9 orang yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek sosial

dalam kategori rendah atau pada presentase (25%) yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek sosial dalam kategori sedang yakni ada 17 orang (47%), sedangkan yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek sosial dalam kategori tinggi yakni 10 orang (28%). Hasil dari data penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri pada aspek sosial berada dalam kategori sedang. Hal ini dapat ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Tingkat Penyesuaian Diri pada Aspek Sosial

#### Pembahasan Hasil Penelitian

Pada hasil penelitian dari 36 wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita. Hasil keseluruhan dari data penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa **tingkat kemampuan penyesuaian diri** berada dalam kategori **sedang**. Hal ini berdasarkan analisis dari angket yang pada aspek fisik; bahwa wanita rehabilitasi mampu menerima kondisi kesehatan yang mata kurang baik, dan menerima serta menyadari bahwa tubuhnya rentang terhadap penyakit, aspek sosial; bisa mentaati tata tertib diasrama walaupun belum secara maksimal, dan mampu bekerja sama dengan teman secara baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Enung dalam Nofiana (2010: 17) menyebutkan faktor-



faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain, a) Faktor fisiologis yang meliputi struktur jasmani merupakan kondisi yang primer dari tingkah laku yang penting bagi proses penyesuaian diri, dan b) Faktor psikologis. Banyak faktor psikologis yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain pengalaman, aktualisasi diri, frustrasi, depresi.

Diperkuat lagi dengan pemaparan pendapat menurut Enung dalam Nofiana, (2010: 17) karakteristik penyesuaian diri antara lain a) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan. Mampu mengontrol emosi dan memiliki kesabaran dalam menghadapi berbagai kejadian dalam hidup, b) tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah. Mempunyai mekanisme pertahanan diri yang positif sehingga masalah yang dihadapi terasa ringan, c) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi. Tidak mengalami frustrasi dan gejala-gejala kelainan jiwa, d) memiliki pertimbangan yang rasional. Langkah apapun yang ingin ditempuh, selalu berdasarkan pemikiran yang rasional, e) mampu belajar dari pengalaman. Pengalaman hidup dapat menempa mentalnya menjadi lebih kuat dan tahan banting, dan yang terakhir f) bersikap realistis dan objektif. Melihat berbagai kejadian atau masalah didasarkan pada realita dan pemikiran objektif.

Hal ini banyak terjadi pada wanita dimasa dewasa awal, Pada masa dewasa awal ini, perkembangan emosi, fisik dan sosial sangat berkaitan dengan adanya perubahan pada dirinya. Hal ini diperkuat oleh pendapat Santrock dalam Rita Eka (2008: 159) yang mengatakan bahwa yang perlu diperhatikan pada usia dewasa awal

ini adalah nutrisi dan pola makan, olahraga, serta ketergantungan pada suatu obat. Masa dewasa awal yaitu pada usia 18-40 tahun. Hal ini menjadi titik perhatian sendiri karena sangat mempengaruhi keadaan kesehatan pada usia selanjutnya, karena secara umum perlambatan dan perubahan fisik mulai terjadi sejak usia akhir dewasa awal. Serta kondisi-kondisi yang terjadi pada usia dewasa awal adalah perubahan kondisi kesehatan, perubahan status sosial ekonomi, perubahan dalam pola kehidupan, perubahan dalam nilai, perubahan peran seks, dan perubahan tekanan budaya dan lingkungan. Kondisi-kondisi diatas sangat menuntut orang dewasa pada masa ini untuk melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Diperkuat lagi dengan pemaparan pendapat menurut Hurlock (1999) dewasa awal berasal dari bentuk lampau kata *adultus* yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan atau ukuran yang sempurna atau telah menjadi dewasa. Masa dewasa awal dimulai pada umur 18-40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif.

Selain dilihat secara keseluruhan, tingkat kemampuan penyesuaian diri juga dapat dilihat dari setiap aspeknya yaitu meliputi aspek fisik. Pada hasil penelitian kemampuan penyesuaian diri wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada **aspek fisik** berada pada **kategori sedang**. Dalam hal ini berdasarkan analisis dari angket, wanita rehabilitasi mampu dalam hal mengenali dan menerima kondisi tubuh apa adanya. Pada kesehatan fisik mereka juga menyadari bahwa kondisi badan mudah terasa

capek bila terlalu banyak tugas. Secara keseluruhan indikasinya ada pada kategori sedang untuk wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita.

Data yang diperoleh dalam penelitian berdasarkan deskripsi aspek fisik dalam hal sistem utama tubuh pada wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita kategori sedang. Berdasarkan analisis dari angket, wanita rehabilitasi mampu dalam hal mengenali dan menerima kekurangan tubuhnya. Sedangkan aspek fisik dalam hal kesehatan fisik pada wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita kategori sedang. Berdasarkan analisis angket wanita rehabilitasi mampu menyadari bahwa tubuhnya rentang terhadap penyakit, serta menerima kondisi kesehatan mata yang kurang baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Gunarsa (dalam Sobur, 2003: 529) secara *adjustive* yang memiliki pengertian yaitu bentuk penyesuaian diri yang lain bersifat psikis, artinya penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma.

Hal ini dapat mempengaruhi kondisi fisik maupun sosialnya jika psikisnya terganggu, bahkan dampak yang paling fatal yaitu mereka mampu menarik diri dari dunia sosialnya. Akan tetapi pada wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita ini cukup baik dalam aspek fisik, hal ini dapat dikatakan kondisi yang seimbang. Setiap individu disana memiliki gaya penyesuaian diri yang berbeda-beda satu sama lain sehingga mereka juga memiliki usaha untuk menyeimbangkan antara satu aspek dalam penyesuaian diri dengan aspek yang lainnya.

Pada tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada **aspek psikologis** berada pada kategori **sedang**. Pada aspek ini mencakup kemampuan mengatasi emosi walaupun belum secara maksimal, mampu belajar dari pengalaman tapi belum secara maksimal, mampu untuk menenangkan diri dan mengontrol dan mengendalikan frustrasi secara sehat, wajar, dan professional tapi belum secara maksimal. Secara keseluruhan indikasinya ada pada kategori sedang untuk wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita.

Sesuai pada penelitian ini menunjukkan bahwa pada aspek psikologis meliputi kemantapan suasana kehidupan emosional berada pada kategori sedang, dilihat berdasarkan angket wanita rehabilitasi sosial mampu belajar dari orang-orang sukses untuk menjadi pribadi yang kreatif tetapi belum secara maksimal dan mampu menghadapi masa-masa yang sudah dilewati menjadi motivasi untuk menjadi lebih baik tetapi belum secara maksimal; kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain berada pada kategori sedang, dilihat berdasarkan analisis angket wanita rehabilitasi sosial mampu menciptakan rasa nyaman dengan menceritakan masalah percintaan kepada orang yang dipercaya; kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan berada pada kategori sedang, dilihat berdasarkan analisis angket wanita rehabilitasi sosial mampu menciptakan rasa tenang saat bimbingan keterampilan (jahit, bordir, tata rias, salon, tata boga dan batik) tapi belum secara maksimal; dan sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri

dalam kategori sedang, dilihat berdasarkan analisis angket wanita rehabilitasi sosial mampu mengelola emosi terhadap diri sendiri serta orang yang ada disekelilingnya tapi belum secara maksimal. Sehingga wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri pada aspek psikologis dapat dikatakan cukup baik. Hal ini dapat ditunjukkan dengan tidak terdapat tanda-tanda frustrasi ketika di panti, mampu belajar dari pengalaman, mampu bersikap objektif, dan sebagainya.

Pada tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada **aspek sosial** berada pada kategori **sedang**. Pada aspek ini wanita rehabilitasi sosial hubungan dengan masyarakat disekitar tempat tinggal mampu bergaul dengan baik walaupun belum maksimal, menjalin hubungan baik dengan keluarga, mampu menjalin hubungan baik dengan teman dipanti walaupun belum maksimal.

Sesuai pada penelitian ini menunjukkan bahwa pada aspek sosial meliputi hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggal, wanita rehabilitasi berusaha untuk aktif mengikuti kegiatan yang diadakan oleh masyarakat tapi belum secara maksimal dan berusaha mampu menolong masyarakat dengan senang hati; hubungan dengan keluarga berdasarkan analisis angket para wanita rehabilitasi sosial mampu bergaul dilingkungan baru tapi belum secara maksimal dan berusaha menciptakan kenyamanan dilingkungan panti walaupun belum secara maksimal; hubungan dengan teman dipanti berdasarkan analisis angket para wanita mampu mentaati tata tertib diasrama tapi belum secara

maksimal, mampu bersaing secara sehat dan menerima kondisi teman apa adanya. Sehingga wanita rehabilitasi di Panti Sosial Karya Wanita dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri pada aspek sosial dapat dikatakan cukup baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Gunarsa (dalam Sobur, 2003: 529) bentuk-bentuk penyesuaian diri secara *adaptive* yang memiliki pengertian yaitu bentuk penyesuaian diri yang adaptif sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Adaptabilitas atau kemampuan untuk beraadaptasi, merupakan kunci kemampuan bertahan dari semua spesies tumbuhan-tumbuhan dan binatang termasuk manusia. Pada dasarnya, pengertian luas mengenai proses penyesuaian itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyelesaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Maka, orang yang ingin menjadi anggota dari suatu kelompok, ia berada dalam posisi dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kelompok itu.

Peneliti menarik suatu kesimpulan bahwa individu dikatakan mampu menyesuaikan diri secara baik jika individu dapat memenuhi segala kebutuhan dirinya dan tuntutan dari lingkungan sekitarnya, serta mampu mengatasi segala hambatan yang dihadapi. Kriteria penyesuaian diri yang baik antara lain, adanya penampilan

nyata dari individu, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, memiliki sikap sosial, dan adanya kepuasan pribadi terhadap kontak sosial yang dilakukan.

### **Hal Lain yang di Temukan**

Ketika dilapangan peneliti melihat masalah lain yaitu banyak wanita ketika memasuki panti tersebut mereka merasa asing karena tidak mengenal satu sama lain sehingga kebanyakan wanita rehabilitasi tersebut menjadi stres dengan suasana panti, tetapi setelah berbulan-bulan mereka sudah mulai nyaman dan mampu menyesuaikan diri dengan baik. Dukungan sosial dan dukungan keluarga memiliki kontribusi positif terhadap wanita rehabilitasi sosial, sehingga faktor dukungan sosial yang diberikan oleh pihak pembimbing wanita sosial tersebut membuat para wanita mampu bertahan dalam situasi apapun dengan perubahan yang membuat wanita tersebut semakin membaik dari sebelumnya.

Dalam hal ini diperkuat oleh pendapat Friedman (1981: 12) menyebutkan bahwa segala hal ketika mengambil keputusan untuk melakukan tindakan orang yang paling tepat diajak diskusi adalah keluarga. Tugas ini merupakan upaya keluarga yang utama untuk mencari pertolongan yang tepat sesuai dengan keadaan keluarga, dengan pertimbangan siapa diantara keluarga yang mempunyai kemampuan memutuskan untuk menentukan tindakan keluarga maka segera melakukan tindakan yang tepat agar yang dihadapi dapat berkurang bahkan teratasi. Jika keluarga mempunyai keterbatasan

seyoganya meminta bantuan orang lain dilingkungan sekitar keluarga.

Sedangkan hubungan dengan teman di panti mereka hanya dekat dengan teman yang dipercaya dan teman yang dekat dengannya saja sedangkan dengan teman yang lain kurang dekat sehingga di panti tersebut bersifat mengelompok atau membentuk gank. Pada saat mereka pertama kali tinggal di panti kebanyakan mereka tidak nyaman dan merasa asing, hal ini dibuktikan mereka banyak yang mengeluh meminta pulang karena mereka menganggap lebih nyaman dirumah. Sedangkan pada saat ini mereka diberi kesempatan untuk pulang kerumah pada hari sabtu dan minggu.

Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Buhrmester (Santrock 2004: 414) menunjukkan bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis, dan pada saat yang bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis. Dan pada masa remaja komunikasi dan kepercayaan terhadap orang tua berkurang, dan beralih kepada teman sebaya untuk memenuhi kebutuhan. Diperkuat juga oleh pendapat Laursen (2005: 137) yang menyatakan bahwa teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja, karena pada kenyataannya remaja dalam masyarakat modern seperti sekarang ini menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan teman sebaya mereka.

Sehingga berdasarkan paparan diatas, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih mendala mengenai stres dipanti, dukungan

sosial, dukungan keluarga serta hubungan teman sebaya.

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian tentang tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita di Panti Sosial Karya Wanita ini masih memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya yakni :

1. Penelitian ini tidak dapat menjangkau seluruh subyek yang dibidik peneliti dikarenakan ada beberapa yang sedang mengikuti kegiatan PKL.
2. Peneliti hanya menggunakan satu instrumen penelitian yang diberikan kepada subjek penelitian, yaitu skala kemampuan penyesuaian diri. Hal ini akan lebih baik lagi apabila didukung dengan instrumen lain, misalnya dengan pedoman observasi, pedoman wawancara untuk memperkuat data yang didapatkan.
3. Pada waktu pengisian angket ada 2 orang wanita rehabilitasi yang tidak bisa membaca sehingga soal tersebut harus dibacakan.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita di Panti Sosial Karya Wanita, menunjukkan bahwa:

1. Tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita berada pada kategori sedang yaitu pada kategori yaitu 53%, wanita rehabilitasi sosial mampu menyesuaikan diri di panti tetapi belum secara maksimal.

2. Tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek fisik berada pada kategori sedang yaitu dalam kategori 17 orang (47%), wanita rehabilitasi sosial dengan bukti mereka bisa menerima kondisi badan dengan baik.
3. Tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek psikologis berada pada kategori sedang yaitu dalam kategori 15 orang (42%), wanita rehabilitasi sosial mampu mengelola emosional tetapi belum secara maksimal.
4. Tingkat kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi sosial di Panti Sosial Karya Wanita pada aspek sosial berada pada kategori sedang yaitu dalam kategori 17 orang (47%), wanita rehabilitasi sosial mampu menjalin hubungan baik dengan masyarakat, keluarga dan teman dengan baik tapi belum secara maksimal.

#### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kemampuan penyesuaian diri, saran-saran yang diajukan untuk dilakukan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Kepala Panti  
Diharapkan pada kepala panti untuk ikut berkoordinasi dengan pengurus panti untuk meningkatkan kegiatan dan keaktifan wanita yang direhabilitasi di panti tersebut agar kemampuan penyesuaian diri mereka dapat meningkat.
2. Bagi Pengurus Panti Sosial Karya Wanita

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan para pengurus panti untuk kesediaannya untuk mengembangkan dan mengadakan beberapa kegiatan sebagai latihan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi di panti tersebut.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih mendalam dalam melakukan penelitian mengenai penyesuaian diri dan lebih teliti dalam memilih subyeknya. Selain itu, diharapkan untuk menambahkan dan melengkapi data dengan hasil wawancara dan observasi agar lebih akurat. Data pada penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan untuk penyesuaian diri pada wanita rehabilitasi di panti lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alex Sobur. (2003). *Psikologi Umum dalam lintas sejarah*. Bandung: Pustaka Setia
- Achlis Nurfuad, (2013). Meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah melalui pelayanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP N 2 juwana tahun 2012/2013. Skripsi S1. Universitas Negeri Semarang
- Bimo Walgito. (2003). *Psikologi Sosial (Suatu pengantar)*. Yogyakarta: ANDI
- Brosur, *Panti Sosial Karya Wanita*, UPTD Dinas Sosial DIY
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Enung F. (2008). *Psikologis perkembangan peserta didik*. Bandung: Pustaka Setia
- Fatimah (2006). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia
- Friedman. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, Dan Praktek, Edisi Kelima, Fakultas Kedokteran Indonesia*. Jakarta
- Helen Haris P. (1991). *Sosial Casework Aproblem Solving Process*. Bandung: Kopma Stks
- Kartini Kartono. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Laursen. (1993). *Adolescence*. New York : Mc Graw-Hill
- Lazarus, R.S. (1991). *Patterns Of Adjustment*. Tokyo : Mc Graw-Hill Kogakusha. Ltd.
- Moh. Surya. (1985). *Kesehatan Mental*. Bandung
- Muryani, Tri. (2008). *Rehabilitasi Sosial Bagi Gelandangan Di Panti Sosial Bina Karya Sidomulyo Yogyakarta*. Skripsi S1. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Nofiana Sari, (2010). Pengaruh rasa percaya diri dan penyesuaian diri terhadap kemampuan berinteraksi social siswa kelas X di SMK Negeri 2 Pacitan. Skripsi S1. BK FIP IKIP PGRI Madiun
- Santrock, J.W. (2004). *Life-Span Development. Ninth Edition*. Boston : McGraw-Hill Companies
- Soetomo. (2008). *Masalah Sosial dan Upaya Pemecahan*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Jakarta : Alfabeta

- Sunarto dan Agung Hartono. (2008).  
*Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta :  
Rineka Cipta
- Tarmansyah. (2003). *Rehabilitasi dan terapi  
untuk individu yang membutuhkan layanan  
khusus*. Padang: Depdiknas
- Undang-Undang Kesejahteraan sosial No.11  
tahun 2009, pasal 7 ayat 1 tentang  
kesejahteraan sosial
- Undang-Undang RI No. 6 tahun 1974 tentang  
ketentuan pokok-pokok kesejahteraan  
sosial.
- Undang-Undang No. 7 tahun 1984 pengesahan  
konvensi penghapusan segala bentuk  
diskriminasi terhadap perempuan.
- Undang-Undang RI No. 39 tahun 1999 tentang  
Hak asasi Manusia.
- Yoga, A Pamungkas. (2014). *Rehabilitasi Sosial  
Terhadap Klien Reguler Panti Sosial Karya  
Wanita Yogyakarta*, Skripsi S1. Universitas  
Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta