HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan

Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)

Diajukan Oleh:

Nurul Khusnawati

1907016114

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

LEMBAR PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul	HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG
Penulis	Nurul Khusnawati
NIM	1907016114
Jurusan	Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 07 Juli 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP 197300427199603100l

Penguji II

Khairani Zikrinawati, S.Psi., M.A
NIP 199201012019032036

Penguji III

Wening Wihartanti, S.Psi., MA
NIP 197711022006042004

Penguji IV

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog.
NIP 198805032023212036

Pembimbing I

Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si
NIP 197502052006042003

Pembimbing II

Khairani Zikrinawati, S.Psi., M.A
NIP 199201012019032036

Dipindai dengan CamScanner

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul	: HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG
Nama	: Nurul Khusnawati
NIM	: 1907016114
Jurusan	: Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.
Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP. 197502052006042003

Semarang, 05 Juni 2024
Yang bersangkutan

Nurul Khusnawati
1907016114

Dipindai dengan CamScanner

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG
Nama : Nurul Khusnawati
NIM : 1907016114
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Khairani Zikrinawati S.Psi., M.A
NIP. 199201012019032036

Semarang, 06 Juni 2024
Yang bersangkutan

Nurul Khusnawati
1907016114

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul "Hubungan antara Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan X Ngaliyan, kota Semarang" merupakan hasil yang diajukan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Sependek pengetahuan saya, karya ini tidak tedapat karya maupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh oranglallin, kecuali secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pusstaka.

Semarang, 06 Juni 2024

Nurul Khusnawati

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah subhanahuwata'ala yang melimpahkan karunianya kepada kita sehingga penulis mampu dan berproses agar penelitian ini, dengan judul "Hubungan antara Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan X Ngaliyan, kota Semarang" dapat diselesaikan. Adapun tujuan dari adanya tulisan ini adalah sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Proses penulisan ini melibatkan banyak pihak yang membantu baik secara moril maupun materiil. Maka dari itu, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Allah Ta'ala dengan limpahan karunia serta petunjuk-Nya sehingga penulis banyak belajar dalam proses menyelesaikan tulisan ini.
2. Bapak prof. Dr. Nizar Ali, M.Ag selaku PLT Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. Baidi Bukhari, S.Ag., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Psi., M.A selaku ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
5. Ibu Siti Hikmah, S.Pd., M.Si., selaku dosen pembimbing I yang memberikan arahan, bimbingan, dan waktunya dalam proses penyusunan skripsi.
6. Ibu Khairani Dzikrinawati, S.Psi., M.A, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan motivasi serta meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan arahan selama proses penyusunan skripsi.
7. Seluruh jajaran Dosen dan Staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
8. Orangtua, kakak-kakak tercinta, semua kerabat yang telah memberikan doa dan dukungan selama proses pengerjaan.
9. Semua pihak yang membantu yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis memohon maaf atas segala kekurangan dan kesalahan dalam menyusun penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk mendorong penemuan baru dalam penelitian-penelitian selanjutnya.

Semarang 06 Juni 2024

Nurul Khusnawati

1907016114

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin atas segala nikmat, rahmat, karunia dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang penulis persembahkan untuk:

1. Diri saya sendiri Nurul Khusnawati, terimakasih karena mau berproses meskipun pelan dan lambat tapi tidak menyerah dengan keadaan serta mampu menyelesaikan dan mengusahakan yang terbaik dalam menyelesaikan tulisan ini.
2. Kedua orangtua yang tiada henti mencintai saya, menerima kelebihan dan kekurangan saya, ibu Sri Marmi dan bapak Kasno yang selalu mendoakan dan mendukung dengan cinta kasih yang tak terbatas dalam setiap langkah saya.
3. Ipar tersayang Yulinda Wahyu Nur Laely yang selalu memberi semangat, motivasi, dan tiada henti mempercayai saya yang membuat saya bangga menjadi diri saya sendiri.
4. Kakak-kakak terkasih Rais Aminuddin, Intan Nur Halimah, Dewi Fatimah, Endro Gunawan, Muhammad Nanang Fauzi, Amalia Endah Rizky dan Pratu Denny.
5. Salsabila Zahra Shalikhah sahabat seperjuangan maupun teman berbagi penulis, terimakasih banyak untuk dukungan dan waktunya.
6. Nur Vania Helgayanti, sahabat yang memberikan saya semangat di titik terendah saya meski kita jarang bersua.
7. Partner penulis Shohibul Wafa Tajul Arifin. Terimakasih sudah berkontribusi banyak baik waktu, tenaga maupun pikiran dan menjadi satu-satunya teman yang menemani hari-hari baik suka duka penulis. Telah memberikan dukungan, perhatian, kebaikan, dan nasihat kepada penulis agar tidak menyerah.
8. Ustadzah Tika selaku pengasuh panti asuhan yang telah memberikan izin, motivasi, support agar tidak menyerah dan tetap melanjutkan skripsi hingga selesai.
9. Teman-teman tercinta Nida Halisa, Ifta Annisa Lathiifuhaqqu, Hasna Ulayya, Iqbal Akhsanun Ni'am, Ayu Asti Firdaus dan Rindang Sekar Kinanthi. Terimakasih telah memberikan dukungan dan warna dalam hidup penulis selama setahun terakhir.
10. Kepada semua pihak yang membantu penulis dalam proses penyelesaian penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semarang 06 Juni 2024

Nurul Khusnawati

1907016114

MOTTO

إِنَّ مَعَ ٱلْعُسْرِ يُسْرًا

"*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan*."

(QS. Al-Insyirah:6)

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **viii**
MOTTO ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
ABSTRACT **1**
ABSTRAK **2**
BAB I PENDAHULUAN **3**
A. Latar Belakang 3
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 9
D. Manfaat Penelitian 9
E. Keaslian Penelitian 10
BAB II KAJIAN PUSTAKA **14**
A. Konseptualisasi Penyesuaian Diri 14
1. Pengertian Penyesuaian Diri 14
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri 15
3. Faktor yang Memengaruhi Penyesuaian Diri 18
4. Ciri-ciri Penyesuaian Diri yang Efektif 19
5. Penyesuaian Diri dalam Perspektif Islam 21
B. Konseptualisasi Kelekatan Emosional 22
1. Pengertian Kelekatan Emosional 22
2. Aspek Kelekatan Emosional 23
3. Faktor yang Memengaruhi Kelekatan Emosional 24
4. Macam-macam Kelekatan Emosional 26
5. Kelekatan Emosional dalam Perspektif Islam 27

C. Konseptualisasi Regulasi Diri 28
1. Pengertian Regulasi Diri 28
2. Aspek-aspek Regulasi Diri 29
3. Faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri 30
4. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam 32
D. Hubungan Kelekatan Emosional Dan Regulasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri 33
E. Hipotesis Penelitian 35
BAB III METODE PENELITIAN 36
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 36
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 36
C. Tempat dan Waktu Penelitian 38
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling 38
E. Teknik Pengumpulan Data 39
1. Skala Penyesuaian Diri 39
2. Skala Kelekatan Emosional 41
3. Skala Regulasi Diri 42
F. Validitas dan Reliabilitas Data 44
1. Validitas Data 44
2. Daya Beda Aitem 44
3. Reliabilitas 44
F. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 45
1. Validitas Alat Ukur 45
2. Reliabilitas Alat Ukur 49
G. Analisis Data 49
1. Uji Asumsi 49
2. Uji Hipotesis 50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 51
A. Hasil Penelitian 51
1. Deskripsi Subjek 51
2. Pelaksanaan Penelitian 52
3. Deskripsi Data Penelitian 53
B. Hasil Analisis Data 56
1. Uji Asumsi 56
C. Uji Hipotesis 58

1. Uji Hipotesis Pertama 58
2. Uji Hipotesis Kedua 59
3. Uji Hipotesis Ketiga 59
D. Pembahasan 60
BAB V PENUTUP 69
A. Kesimpulan 69
B. Saran 69
DAFTAR PUSTAKA 71
LAMPIRAN 76

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kriteria Penilaian Skala 39
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Penyesuaian Diri 40
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Kelekatan Emosional 42
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Regulasi Diri 43
Tabel 3. 5 Hasil Ujicoba Validitas Skala Penyesuaian Diri 45
Tabel 3. 6 Hasil Ujicoba Validitas Skala Kelekatan Emosional 47
Tabel 3. 7 Hasil Ujicoba Validitas Skala Regulasi Diri 47
Tabel 3. 8 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri 49
Tabel 3. 9 Reliabilitas Skala Kelekatan Emosional 49
Tabel 3. 10 Reliabilitas Skala Regulasi Diri 49
Tabel 4. 1 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin 51
Tabel 4. 2 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Usia 51
Tabel 4. 3 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas 52
Tabel 4. 4 Data Deskripsi Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja 53
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Penyesuaian Diri Remaja 53
Tabel 4. 6 Distribusi Penyesuaian Diri Remaja 54
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Kelekatan Emosional 54
Tabel 4. 8 Distribusi Kelekatan Emosional 55
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Kelekatan Emosional 55
Tabel 4. 10 Distribusi Regulasi Diri 56
Tabel 4. 11 Uji Normalitas Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja. 56
Tabel 4. 12 Uji Normalitas Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja 57
Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Pearson Kelekatan Emosional dengan Penyesuaian Diri Remaja 58
Tabel 4. 14 Hasil Uji Korelasi Pearson Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja 59
Tabel 4. 15 Hasil Uji Korelasi Pearson Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja 59

DAFTAR GAMBAR

Tabel 2. 1 Bagan Hubungan antara Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja 35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print 76
Lampiran 2 Skala Penelitian Uji Coba 83
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 95
Lampiran 4 Skor Responden 107
Lampiran 5 Hasil Uji Deskriptif 124
Lampiran 6 Uji Kategorisasi 125
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi 127
Lampiran 8 Hasil Hipotesis 129
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup 130

ABSTRACT

This study aims to empirically test the relationship between emotional attachment and self-regulation with self-adjustment of adolescents living in the X Ngaliyan orphanage in Semarang city. The research sample used a saturated sample with a total of 65 adolescents. The data collection method used an emotional attachment scale, a self-regulation scale, and a self-adjustment scale. Hypothesis testing used product moment analysis and multiple correlation with the help of SPSS 26 for windows. The results of this study are: 1) There is a significant relationship between emotional attachment and self-adjustment of adolescents with a significance value of 0.019 (p <0.05) and a Pearson correlation value of 0.289. 2) There is a significant relationship between self-regulation and self-adjustment of adolescents with a significance value of 0.000 (p <0.05) and a Pearson correlation value of 0.448. 3) There is a significant relationship between emotional attachment and self-regulation with self-adjustment of adolescents living in orphanages with a sig. value of 0.000 (p <0.05). The results of this study point to a positive relationship, meaning that the higher the emotional attachment and self-regulation, the higher the adjustment of adolescents living in orphanages.

Keywords: Emotional Attachment, Self-Regulation, Self-Adjustment

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menguji secara empiris hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan x Ngaliyan kota Semarang. Sampel penelitian menggunakan sampel jenuh dengan jumlah 65 remaja. Metode pengambilan data menggunakan skala kelekatan emosional, skala regulasi diri, dan skala penyesuaian diri. Uji hipotesis menggunakan analisis *product moment* dan *multiple correlation* dengan bantuan SPSS 26 for windows. Hasil dalam penelitian ini adalah: 1) Terdapat hubungan signifikan antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja dengan nilai signifikansi 0,019 ($p<0,05$) dan nilai Pearson correlation sebesar 0,289. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja nilai signifikansi 0,000 ($p<0,05$) dan nilai pearson correlation sebesar 0,448. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan dengan nilai sig. 0,000 ($p<0,05$). Hasil penelitian ini mengarah pada hubungan yang positif artinya semakin tinggi kelekatan emosional dan regulasi diri maka semakin tinggi penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan.

Kata kunci: Kelekatan Emosional, Regulasi Diri, Penyesuaian Diri

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Panti asuhan merupakan lembaga yang fungsi dan peranannya dapat menggantikan keluarga dalam meningkatkan serta mengembangkan potensi anak (Qamarina, 2017:3). Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, mendefinisikan panti asuhan sebagai institusi resmi yang memiliki tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak telantar. Kondisi keluarga yang tidak utuh, kondisi keluarga dengan keterbatasan secara ekonomi, kehilangan orangtua menyebabkan anak harus berpisah dari keluarganya sejak dini. Dengan kondisi tersebut, besar kemungkinan anak kurang mendapatkan perhatian, kasih sayang, serta dukungan emosional. Sehingga anak dititipkan oleh keluarga maupun orangtuanya untuk dididik dan dibesarkan di panti asuhan.

Kondisi anak-anak di panti asuhan berbeda dari anak-anak yang tidak tinggal di panti asuhan. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan saling berinteraksi dalam kurun waktu yang lama dan bertemu dengan teman-teman yang sama setiap harinya. Dengan keadaan tersebut, anak memiliki peluang yang lebih besar mengalami perasaan jenuh atau bosan, perasaan tertekan, serta bisa mengalami *bullying* (Mudzkiyyah et al., 2022:2). Selain itu, masih banyak permasalahan di lingkungan panti seperti masalah yang berkaitan dengan pembelajaran, kesehatan, keleluasaan dalam beraktivitas serta komunikasi dengan pengasuh. Dan di saat yang sama, anak juga perlu beradaptasi dengan lingkungan di panti asuhan, misalnya berbagi kamar tidur, kamar mandi, maupun fasilitas umum lainnya (Cahyaningtyas & Muis, 2017:52-53). Selain beradaptasi di lingkungan panti asuhan, anak juga perlu menyesuaikan diri di lingkungan sekolah dengan berinteraksi bersama teman sebaya di kelas, berkomunikasi dengan guru, dan bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.

Fase remaja adalah periode di mana anak sedang menjelajahi, mencari identitas diri, dan fase peralihan dimana remaja akan mengalami perubahan secara fisik, sehingga memungkinkan mengalami masalah dalam penyesuaian diri. Dikutip dari posbelitung.co tercatat bahwa sejak Maret 2023 terjadi 15 kasus pelanggaran dengan jumlah pelanggar sebanyak 74 orang. Jenis pelanggaran yang dilakukan oleh remaja diantaranya adalah

mengkonsumsi minuman beralkohol sebanyak 16 orang, penyalahgunaan napza (15 orang), indikasi melakukan tindakan asusila (22 orang), menfasilitasi tindakan asusila (3 orang), serta gangguan tibum (12 orang). Kenakalan yang dilakukan oleh remaja disebabkan oleh masalah dalam ekonomi dan diawali dari keluarga yang *broken home* (Abdul, 2023).

Kenakalan remaja disebabkan oleh gagalnya remaja dalam melaksanakan tugas perkembangannya dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Remaja belum memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi, mengembangkan pemikirannya, sering merasa ragu dalam pengambilan keputusan (dipengaruhi oleh pikiran dan perasaan sehingga tindakan yang diambil dapat bervariasi), memiliki kestabilan yang rendah, merasa tidak puas, rendah diri, dan cenderung merasa cepat kecewa. Hurlock (1980) menyatakan bahwa perubahan remaja dikarenakan tuntutan dalam menyesuaikan diri serta menerima perubahan fisik dan psikis sebagai bagian dari dirinya sendiri et al, 2016:543-544).

Menurut Satmoko yang dikutip oleh Ghufron dan Rinaswati (2016:50) penyesuaian diri dapat dijelaskan sebagai proses interaksi yang berkelanjutan antara individu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Sunarto & Hartono (2008:224) menyampaikan bahwa kemampuan individu untuk beradaptasi dengan baik dapat diukur melalui kemampuannya memenuhi kebutuhan secara wajar dan dapat diterima oleh lingkungan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian. Proses penyesuaian diri melibatkan interaksi timbal balik antara individu, orang lain, dan lingkungannya. Oleh karena itu, lingkungan memiliki potensi untuk memengaruhi individu, sementara pada saat yang sama, individu dihadapkan pada tuntutan untuk dapat mengatasi permasalahan mereka sendiri.

Idealnya remaja di panti asuhan mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan panti asuhan termasuk berinteraksi dengan teman sebaya dan pengasuh, serta berhasil menyesuaikan diri di luar lingkungan panti asuhan (baik dalam masyarakat sekitar panti maupun di lingkungan sekolah). Wilis (dalam Rahmah et al., 2014:2) mengungkapkan bahwa kegagalan individu dalam menyesuaikan diri terjadi akibat faktor pengalaman masa lalu yang pernah dialami oleh individu tersebut. Jika dalam masa kecil individu menghadapi berbagai rintangan dan kegagalan, maka rasa frustrasi dan konflik yang dialaminya pada masa tersebut dapat menjadi faktor penyebab kegagalan penyesuaian

diri saat memasuki masa remaja dan dewasa. Namun, jika individu memiliki masa kecil yang bahagia ia akan berhasil dalam menyesuaikan diri sehingga dapat melihat masalah yang dihadapinya dengan sikap positif dan optimis. Pada kenyataannya remaja memiliki kesulitan dalam penyesuaian diri karena ketidakmampuan remaja dalam menghadapi *stressor* yang timbul dari luar dan memandang dirinya penuh dengan kekurangan yang akan memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Penyesuaian diri remaja dapat dipengaruhi oleh perbedaan antara lingkungan di panti asuhan dan lingkungan keluarga. Pengasuh sebagai figur pengganti orangtua di panti asuhan juga memiliki kesulitan dalam memperhatikan anak asuhnya. Anak asuh juga akan merasa sungkan untuk menceritakan masalah yang sedang mereka hadapi. Hal ini menciptakan ketidakselarasan dalam proses penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan.

Berkaitan dengan penyesuaian diri anak panti asuhan di lingkungan sosial, peneliti melakukan studi pendahuluan pada 15 remaja yang tinggal di panti asuhan X dengan rentang usia 12-18 tahun. Panti asuhan X di daerah Ngaliyan Kota Semarang, merupakan panti asuhan yang berbasis pondok pesantren. Pengasuh di panti asuhan menetapkan aturan bahwa anak-anak di panti asuhan adalah seorang santri yang sedang belajar mengaji dan mendalami ilmu agama (*mondok*). Panti tersebut merawat 107 anak dengan berbagai latar belakang yang beragam. Mayoritas anak yang dirawat masih memiliki orangtua, tetapi memiliki keterbatasan secara ekonomi. Studi pendahuluan dilakukan dengan menggunakan wawancara dan skala penyesuaian diri mencakup 5 karakteristik, termasuk tidak menampakkan ketegangan emosional yang berlebihan, mampu menghadapi masalah secara langsung, bersikap realistis dan objektif, tidak menunjukkan tanda-tanda frustasi pribadi, dan memiliki hubungan interpersonal yang baik (Constantria, 2019:39).

Data hasil studi pendahuan wawancara, sepuluh dari lima belas anak merasa bahwa permasalahan utama yang sering dihadapi oleh remaja adalah lingkungan pertemanan yang kurang baik. Interaksi terjalin secara satu arah dan diungkapkan dengan sindiran kepada orang tertentu. Selain itu, remaja juga kurang nyaman untuk berbagi cerita karena takut ceritanya akan diketahui oleh orang banyak. Dalam konteks ini, terlihat bahwa terdapat kendala dalam beradaptasi dengan teman sebaya di lingkungan panti asuhan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmah et al., (2014:3) bahwa salah

satu masalah penyesuaian diri remaja di panti asuhan adalah penyesuaian diri dengan teman sebayanya. Delapan dari lima belas anak memiliki rasa rendah diri dan belum menerima kekurangan dirinya sendiri. Salah satu faktor yang memengaruhi penyesuaian diri adalah penerimaan diri. Menurut Hermenau et al., (2015:1) remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung membentuk pandangan negatif terhadap diri mereka, memiliki risiko mengalami gejala depresi dan PTSD, serta menunjukkan tingkat agresivitas yang tinggi. Sedangkan menurut Khaan & Jahan (2015:1) secara keseluruhan, tingkat penerimaan diri, pertumbuhan pribadi (*personal growth*), dan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan lebih rendah jika dibandingkan dengan remaja yang tidak tinggal di panti asuhan.

Sedangkan hasil studi pendahuluan yang menggunakan skala penyesuaian diri memperlihatkan bahwa 9 dari 15 orang merasa sulit bergaul dalam lingkungan sosialnya yang termasul dalam karakteristik memiliki relasi interpersonal yang baik. Menurut Ghufron & Rinaswati (2016:51) individu dikatakan memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri jika sulit mengatasi tekanan dari lingkungan, memiliki kesulitan dalam bersosialisasi, rendah diri, dan merasa tidak nyaman dalam lingkungan sosialnya. 7 dari 15 anak merasa sulit mengatasi dan menentukan tindakan yang sesuai untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Hal ini termasuk ke dalam karakteristik dapat menghadapi masalah secara langsung. 10 dari 15 anak merasa tersinggung jika mendapat kritikan dari orang lain yang masuk ke dalam karakteristik tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional. 7 dari 15 anak memahami bahwa beradaptasi di kelas merupakan hal yang sulit. Hal ini dikategorikan pada aspek bersikap realistik dan objektif. 10 dari 15 anak menyelesaikan masalah dengan adanya emosi amarah yang menunjukkan karakteristik rasa frustasi pribadi yang ditunjukkan. Ali & Asrori (2017:176) menyatakan bahwa ciri penyesuaian diri yang baik dapat terjadi jika individu mampu memenuhi karakteristik diantaranya memberikan respon yang tepat, efisien (dengan mengeluarkan waktu dan tenaga yang sehemat mungkin), memuaskan dan sehat. Sifat sehat tersebut merupakan karakteristik utama dalam melihat dan menentukan apakah penyesuaian diri berjalan dengan baik atau sebaliknya.

(Schneiders, 1964:122) menyatakan bahwa beberapa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri diantaranya kondisi fisik dan faktor-faktor yang memengaruhinya,

perkembangan sosial, intelektual, moral, dan emosional; kondisi psikologis seperti pengalaman, pembelajaran, pembiasan, frustasi, dan konflik; kondisi lingkungan internal dan eksternal; serta faktor kebudayaan dan agama. Dilihat dari beberapa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri, maka dapat dilihat bahwa kondisi lingkungan dan eksternal dalam arti keluarga memberikan peranan yang besar dalam penyesuaian diri anak di masa depan. Perkembangan dan kematangan intelektual sosial, moral, proses belajar dan yang lainnya terbentuk sebagaimana pola asuh yang ditetapkan orangtua. Lingkungan keluarga juga menentukan kondisi psikologis remaja. Jika kebutuhan-kebutuhan remaja terpenuhi sejak kecil maka dapaat dipastikan anak mampu menyesuaikan diri dengan baik dan mengatasi berbagai hambatan serta rintangan yang mungkin dihadapinya di masa depan.

Sejalan dengan pernyataan Sari et al., (2018:31) yang mengatakan bahwa keluarga memiliki peranan penting dalam perkembangan remaja. Cara orangtua merespon dan memenuhi kebutuhan anak dapat menciptakan ikatan emosional antara orangtua (sebagai figur yang lekat) dan anak. Kelekatan emosional yang terbentuk antara remaja dengan orangtua menurut Bowlby (dalam Upton, 2012:82) disebut dengan kelekatan (*attachment*). Fungsi adaptif dari kelekatan orangtua dapat memberikan dasar bagi remaja dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih besar. Lebih lanjut, Santrock (2002:41) menjelaskan bahwa kelekatan yang bersifat *secure* bisa memberikan perlindungan kepada remaja dari rasa cemas, depresi, dan tekanan emosional yang terkait dengan fase transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sedangkan kelekatan yang bersifat *insecure* (negatif) akan membuat menjadi pribadi yang mudah cemas, sulit percaya kepada orang lain, dan bersikap agresif (Wibowo & Wimbarti, 2019:53).

Regulasi diri adalah salah satu faktor yang berdampak pada penyesuaian diri karena berkaitan dengan bagaimana individu mengelola dirinya dalam konteks lingkungan sosialnya. Ali & Asrori (2017:183) menyatakan bahwa pengaturan diri memiliki tingkat kepentingan yang setara dengan penyesuaian diri dan mempertahankan stabilitas mental, kemampuan untuk mengelola dan mengarahkan diri dalam berbagai kondisi dan situasi. Bandura (dalam Atiyah et al., 2020:46) menyatakan regulasi diri merujuk pada kemampuan mengendalikan perilaku diri dan merupakan salah satu pendorong utama kepribadian manusia, termasuk kemampuan mengamati, menilai, dan

merespons diri sendiri. Melalui regulasi diri, remaja dapat mengelola diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan panti asuhan, termasuk berinteraksi dengan pengasuh, teman sebaya, serta mematuhi peraturan dan tata tertib yang ada. Selain itu, regulasi diri memungkinkan remaja beradaptasi di lingkungan sekolah dengan sesama teman sekelas dan guru, serta di lingkungan masyarakat dengan baik. Sejalan dengan temuan hasil penelitian yang dilakukan oleh Riskiyani et al. (2017:7) bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara regulasi diri dan penyesuaian diri. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kemampuan remaja untuk beradaptasi dengan baik dapat dipengaruhi oleh tingkat regulasi diri yang baik.

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini penting dikaji lebih lanjut karena terdapat masalah dalam penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan kota Semarang. Selain itu penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui variabel lain yang dapat memengaruhi penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Berdasarkan hasil data yang diperoleh di lapangan, penelitian ini ingin mengungkap apakah terdapat hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan dalam menghadapi permasalahan dalam berbagai situasi. Sehingga peneliti mengambil skripsi dengan judul "HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penelitian ini berfokus pada tiga rumusan masalah, yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang?
2. Apakah ada hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang?
3. Apakah ada hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang?

C. **Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji secara empiris hubungan antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang.
2. Untuk menguji secara empiris hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang.
3. Untuk menguji secara empiris hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang

D. **Manfaat Penelitian**

Sejalan dengan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, ada beberapa manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini.

1) Manfaat Teoritis

Melalui pelaksanaan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perkembangan pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya dalam konteks hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri remaja di lingkungan sosial panti asuhan.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi anak-anak di panti asuhan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangsih positif dalam usaha meningkatkan hubungan antara kelekatan emosional, regulasi diri dan penyesuaian diri remaja di lingkungan sosial panti asuhan.

b. Bagi panti asuhan

Melalui penelitian ini, diharapkan mampu membantu pengasuh panti asuhan dalam memahami dinamika psikologis remaja dilihat dari kelekatan emosional dengan pengasuh utamanya dan regulasi diri yang memengaruhi penyesuaian diri remaja. Sehingga pengasuh mampu memberikan intervensi yang sesuai dengan permasalahan dan kondisi psikologis remaja. Selain itu diharapkan pengasuh panti asuhan mampu meningkatkan regulasi diri (bukan hanya untuk remaja saja, melainkan seluruh anak-anak di panti asuhan) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri di lingkungan sosial, menjadikan remaja sebagai

pribadi yang tangguh serta mampu menempatkan diri di berbagai situasi lingkungan sosial.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi manfaat dan menjadi sumber rujukan atau masukan yang berkaitan dengan judul penelitian. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menyediakan informasi serta pemahaman kepada masyarakat terkait pentingnya kelekatan emosional dan regulasi diri dalam peyesuaian diri remaja.

E. Keaslian Penelitian

Untuk menfokuskan arah dalam kajian pustaka yang terkait serta untuk menghindari adanya plagiarisme, Maka, peneliti akan menguraikan kesamaan dan perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang terkait dengan topik kelekatan, regulasi diri, dan penyesuaian diri anak-anak di panti asuhan:

1. Jurnal penelitian dengan judul *"Hubungan Kelekatan dengan Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan"* yang dilakukan oleh Kurnia Illahi dan Akmal pada tahun 2018 dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi keterkaitan antara kelekatan dengan teman sebaya dan kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Subjek penelitian terdiri dari 104 remaja berusia 12-18 tahun yang tinggal di panti asuhan di wilayah DKI. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kelekatan dengan teman sebaya dan tingkat kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

   Walaupun terdapat korelasi yang positif, namun baik variabel kelekatan dengan teman sebaya maupun variabel kecerdasan emosi memiliki kelemahan, yaitu kekuatan hubungannya yang tergolong lemah. Hal ini disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang memengaruhi tingkat kecerdasan emosi, selain hubungan dengan teman sebaya. Beberapa contoh faktor tersebut meliputu aspek fisiologis, dinamika keluarga, lingkungan, dan pengalaman masa lalu.
2. Penelitian kuantitatif dengan judul *"Peningkatan Kualitas Penyesuaian Diri Santri: Pengaruh Kelekatan pada Orang Tua dan Dukungan Sosial"* yang dilakukan oleh

Imam Akbar Wicaksono dan Siti Mahmudah pada tahun 2018. Penelitian ini dilakukan pada 177 santri pesantren Tebuireng Jombang yang menduduki kelas X SLTA. Hasil dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat pengaruh positif secara signifikan antara kualitas kelekatan orangtua dan dukungan sosial terhadap kualitas penyesuaian diri santri. Namun, pengaruh secara parsial menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh secara positif yang signifikan dari kualitas kelekatan ayah terhadap kualitas penyesuaian diri santri dan terdapat pengaruh positif decara signifikan pada kualitas kelekatan pada ibu terhadap penyesuaian diri santri. Selain itu, hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang positif secara signifikan pada variabel dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri. Saran untuk penelitian selanjutnya agar lebih mendalam dalam menganalisis masalah yang berkaitan dengan penyesuaian diri santri di pondok pesantren karena dengan mencari lebih dalam faktor yang memiliki pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan kelekatan.

3. Penelitian dengan judul *"Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal di Panti Asuhan Kota Denpasar"* yang dilakukan oleh Ida Ayu Ratih Tricahyani dan Putu Nugrahaeni Widiasavitri pada tahun 2016. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan Kota Denpasar. Metode analisis yang digunakan adalah metode analisis regresi sederhana dengan jumlah sampel 100 remaja yang berusia 12 sampai 17 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja awal di panti asuhan dengan koefisien korelasi 0,558 dan signifikasi sebesar 0,000 ($p<0,05$). Saran untuk peneliti selanjutnya jika ingin meneliti tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri diharapkan untuk mencantumkan data demografi saat melakukan penyebaran kuisioner sehingga hasil penelitian lebih akurat lagi.
4. Jurnal penelitian kuantitatif dengan judul *"Masalah-masalah yang Dialami Anak Panti Asuhan dalam Penyesuaian Diri dengan Lingkungan"* yang dilakukan oleh Silfia Rahmah, Asmidir Ilyas dan Nurfarhanah 2014. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui permasalahan apa saja yang mengganggu penyesuaian diri

anak yatim terhadap lingkungan sekitar seperti lingkungan rumah (teman sebaya dan pengasuh) serta lingkungan luar rumah (lingkungan masyarakat dan sekolah). Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan 24 subjek penelitian dan menggunakan instrumen penelitian berupa kuisioner. Hasil dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mpenyebab anak mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri adalah kesulitan dalam membina hubungan baik dengan teman sebaya dan penyesuaian dengan pengasuh sebagai orang yang memiliki otoritas lebih (pengganti orangtua). Dalam penelitian ini, peneliti memberikan rekomendasi kepada peneliti selanjutnya untuk mengungkapkan variabel lain yang memengaruhi penyesuaian diri anak asuh di lingkungan.

5. Jurnal penelitian kuantitatif dengan judul *"Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja"* yang dilakukan oleh Khoirul Bariyyah Hidayati dan M. Farid pada tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki korelasi antara konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Sebanyak 50 remaja di panti asuhan menjadi subjek penelitian, dan data dikumpulkan menggunakan skala. Hasil analisis data menunjukkan adanya korelasi antara variabel konsep diri dan *adversity quotient* dengan penyesuaian diri, dengan nilai F sebesar 96,076 dan p/sig sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Namun, ditemukan bahwa tidak ada hubungan antara adversity quotient dan penyesuaian diri remaja.

Dari beberapa penelitian di atas, terdapat kesamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Kesamaan pada penelitian pertama dan kedua terletak pada metode penelitian yang digunakan, yaitu metode penelitian kuantitatif. Namun, perbedaannya terletak pada variabel yang digunakan. Penelitian pertama menggunakan variabel kelekatan dengan teman sebaya (variabel X) dan kecerdasan emosional (variabel Y), sedangkan penelitian kedua menggunakan variabel kelekatan pada orangtua dan dukungan sosial sebagai variabel X, dan penyesuaian diri sebagai variabel Y. Persamaan pada penelitian ketiga hingga keelima adalah menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel Y, namun memiliki variabel X yang berbeda beda. Dari beberapa *researh* sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa belum ada studi yang mencakup ketiga variabel yang menjadi fokus penelitian ini, yakni kelekatan emosional, regulasi diri, dan penyesuaian diri. Oleh karena itu, keunikan

dan orisinalitas penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan. Oleh sebab itu, peneliti memilih judul *"Hubungan antara Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Panti Asuhan X Ngaliyan Kota Semarang*".

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Konseptualisasi Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Setiap individu memiliki keunikan dan dinamika yang khas. Individu juga merupakan entitas yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, serta beragam dalam cara mereka memenuhi kebutuhan mereka. Proses pemenuhan kebutuhan tersebutlah yang disebut dengan proses penyesuaian diri. Penyesuaian diri bisa terjadi ketika seseorang dihadapkan pada situasi-situasi khusus dan meresponsnya. Penyesuaian diri melibatkan proses belajar untuk menghadapi keadaan atau situasi baru dengan melakukan perubahan dalam perilaku. Hal ini berlaku sepanjang hidup karena individu maupun lingkungan akan terus berubah seiring perkembangan zaman (Desmita, 2016:191).

Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2017:171)mengungkapkan bahwa penyesuaian diri (*self-adjustment*) adalah suatu proses yang melibatkan respons mental dan perilaku yang mendorong individu untuk berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustasi, sehingga terjadi keselarasan antara tuntutan yang berasal dari dirinya sendiri dengan harapan dari lingkungan di mana individu tersebut berada. Menurut Schneiders, seseorang yang dapat beradaptasi dengan baik adalah mereka yang mampu belajar dengan memahami keterbatasan mereka dan merespons diri serta lingkungannya secara matang, efisien, bermanfaat, menyenangkan, dan dapat mengatasi berbagai konflik, frustasi, serta kesulitan lainnya tanpa mengalami gangguan dalam perilaku.

Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2017:171-172) juga menguraikan definisi penyesuaian diri melalui tiga perspektif, yaitu sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), kesesuaian (*conformity*), dan upaya penguasaan (*mastery*). Penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi berkaitan dengan fisik, fisiologis, dan biologis. Penyesuaian diri sebagai konformitas terjadi saat individu berusaha untuk menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku di lingkungannya, serta menghindari perilaku yang menyimpang sesuai dengan nilai-nilai budaya setempat, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Sementara itu, penyesuaian diri sebagai upaya penguasaan bertujuan agar

individu dapat merencanakan dan mengorganisir responsnya untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan frustasi yang tengah dialaminya.

Kartono (2008:270) berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan usaha yang dilakukan oleh manusia untuk mencapai harmoni antara dirinya dan lingkungannya. Hal ini bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan perasaan-perasaan negatif seperti permusuhan, dengki, iri hati, kemarahan, prasangka negatif, depresi, dan berbagai emosi negatif lainnya yang dianggap tidak sesuai dan kurang efisien. Fatimah (2012:194) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai langkah individu dalam mencapai keselarasan guna memenuhi kebutuhan yang sejalan dengan lingkungannya. Proses penyesuaian diri adalah suatu perjalanan psikologis sepanjang kehidupan yang mendorong individu untuk mengatasi tekanan dan tantangan, sehingga dapat berkembang menjadi pribadi yang sehat.

Berdasarkan beberapa pandangan para tokoh terkait penyesuaian diri di atas, dapat disarikan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam menanggapi segala perubahan, baik yang berasal dari dirinya sendiri maupun lingkungan, dengan maksud memenuhi kebutuhan internal dalam menghadapi ketegangan, frustasi, dan konflik. Hal ini bertujuan untuk mencapai harmoni atau keselarasan dalam diri, sejalan dengan harapan yang ada dalam lingkungan sosial. Reaksi mental dan perilaku anak di panti asuhan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola pengasuhan yang diterapkan orangtua sebelum tinggal di panti, pandangan atau stigma masyarakat tentang anak panti asuhan yang dianggap nakal atau selalu berperilaku negatif. Selain itu, latar belakang yang berbeda-beda menyebabkan kondisi psikologis anak lebih rentan sehingga menyebabkan anak sulit untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi konflik internal maupun eksternal.

2. **Aspek-aspek Penyesuaian Diri**

Menurut Schneiders (1964:274-276) ada enam aspek dalam penyesuaian diri diantaranya:

a. Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan

Penyesuaian diri yang efektif terlihat pada ketidakadaan gejolak emosi yang berlebihan. Kemampuan individu untuk mengelola emosinya dengan baik

dan mengatasi situasi yang menekan juga menjadi indikator positif dari penyesuaian diri yang baik.

b. Kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri

Dalam menghadapi masalah, keterbukaan dan kejujuran merupakan reaksi yang normal dalam situasi tekanan dan tuntutan harus segera diselesaikan.

c. Kemampuan untuk mengurangi rasa frustasi

Penyesuaian diri yang positif dicirikan oleh ketiadaan gejala-gejala depresi atau stres saat menghadapi masalah, serta ketiadaan perilaku yang menyimpang.

d. Pola pikir rasional dan mengarahkan diri

Kemampuan ini berkaitan dengan kognitif individu dalam mempertimbangkan konsekuensi yang timbul dari pengambilan keputusan saat individu bertindak. Berfikir rasional dapat menghindarkan diri dari perilaku yang menyimpang.

e. Kemampuan belajar memanfaatkan pengalaman masa lalu

Proses belajar melibatkan aktivitas kognitif dan dilakukan dengan maksud untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi atau yang akan dihadapi di masa depan. Individu dapat dikatakan belajar setelah mampu mengambil makna atau hikmah dari setiap kejadian yang dialami di masa lalu serta memiliki sifat toleran terhadap rasa traumatiknya.

f. Sikap realistis dan objektif

Aspek ini terkait dengan bagaimana individu mengarahkan diri terhadap realitas yang ada. Pola pikir dan objektifitas individu menandakan bahwa individu memiliki pertimbangan yang rasional dan sesuai dengan perasaan dalam menilai sesuatu dan mampu menerima kenyataan yang ada di luar dirinya.

Desmita (2016:195) menyatakan bahwa penyesuaian diri terkait dengan memiliki kepribadian yang sehat dalam kehidupan pribadi, baik dalam hubungan dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya. Secara umum, menurut Desmita (2016:195-196) penyesuaian diri yang sehat dapat diamati dari beberapa aspek:

a. Kematangan emosional, yang melingkupi:

1) Kestabilan suasana emosional dalam kehidupan.

2) Stabilitas suasana kebersamaan dengan orang lain.
3) Keahlian dalam bersantai, merasakan kegembiraan, dan menyatakan kejengkelan.
4) Sikap dan perasaan individu terhadap kemampuan dan realitas diri sendiri.

b. Kematangan intelektual, yang meliputi:
1) Kemampuan untuk memiliki wawasan terhadap diri sendiri.
2) Kemampuan untuk memahami keragaman orang lain.
3) Keahlian dalam mengambil keputusan dalam berbagai situasi.
4) Keterbukaan dalam memahami lingkungan.

c. Kematangan sosial, yang meliputi:
1) Keterlibatan diri dalam partisipasi di lingkungan sosial.
2) Kesediaan untuk bekerja sama.
3) Memiliki kemampuan untuk memimpin.
4) Sikap toleransi yang baik.
5) Keakraban dalam pergaulan.

d. Sikap tanggung jawab
1) Memiliki sikap produktif untuk mengambangkan potensi diri sendiri
2) Melakukan perencanaan dan dilaksanakan secara fleksibel.
3) Memiliki sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal.
4) Memiliki kesadaran bahwa hidup harus memiliki etika dan bersikap jujur.
5) Melihat konsekuensi yang ditimbulkan dari setiap perilaku yang dibuat berdasarkan sistem nilai.
6) Memiliki kemampuan untuk bertindak secara mandiri/independent.

Dari paparan mengenai aspek-aspek penyesuaian diri yang dikemukakakan oleh Schhneiders dan Desmita, peneliti menggunakan teori Schneiders (1964) sebagai *grand theory* dan acuan untuk membuat skala penyesuaian diri yang memiliki 6 aspek yaitu kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri, kemampuan mengurangi rasa frustasi, pola pikir rasional dan mengarahkan diri,

kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu serta kemampuan bersikap realistik dan objektif.

3. **Faktor yang Memengaruhi Penyesuaian Diri**

Menurut (Schneiders, 1964:122) ada beberapa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri, diantaranya:

a. Kondisi fisik dan faktor yang memengaruhinya, misalnya hereditas, kesehatan, sistem syaraf, kelenjar, serta otot. Kondisi fisik dengan sistem tubuh yang baik merupakan syarat terciptanya penyesuaian diri yang baik. Memiliki cacat secara fisik atau penyakit kronis menjasi salah satu penyebab yang menghambat individu untuk menyesuaikan diri.
b. Perkembangan dan kematangan intelektual sosial, moral, maupun emosi yang berbeda pada setiap individu.
c. Kondisi psikologis yang meliputi pengalaman, proses belajar, kemauan untuk berubah, pengaturan/regulasi diri, dan realisasi diri. Kondisi psikologis yang baik mampu mendorong individu dalam memberikan respon yang sesuai dengan dorongan internal atau tuntutan dari lingkungan sekitar individu.
d. Kondisi lingkungan internal (rumah) dan eksternal (keluarga, sekolah, dan masyarakat). Keluarga merupakan lingkungan primer dimana individu tumbnuh dan berkembang sejak dilahirkan. Maka, keluarga merupakan faktor yang mempengaruhi kelekatan individu tumbuh dengan pengasuh utamanya, biasanya adalah ayah dan ibu. Kondisi lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, serta penuh dengan rasa penerimaan dan pengertian dapat mempermudah individu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sebaliknya, kondisi lingkungan yang kurang baik, penuh dengan rasa benci, kurang aman, kurangnya rasa penerimaan dan pengertian dapat menghambat individu menyesuaikan diri dengan lingkungan.
e. Faktor kebudayaan yang termasuk didalamnya agama. Tingkat religiusitas seseorang akan memengaruhi dalam memberikan nilai dan keyakinan yang menyebabkan seseorang memiliki tujuan, makna, dan stabilitas dalam hidup yang dibutuhkan dalam menghadapi tuntutan serta perubahan dalam hidup. Sedangkan kebudayaan yang ada di lingkungan seseorang tinggal adalah faktor

yang membentuk watak serta tingkah laku individu untuk menyesuaikan diri dengan baik atau sebaliknya, menjadi sulit untuk menyesuiakan diri.

Hurlock (2008) berpendapat bahwa beberapa faktor memengaruhi penyesuaian diri diantaranya:

a. Penilaian diri

Individu yang dapat beradaptasi mampu mengakui keadaan dirinya dengan jujur, baik aspek fisik seperti postur tubuh, wajah, integritas, dan kesehatan, maupun kemampuan mereka. Mereka dapat mengevaluasi situasi secara objektif dan realistis, serta menghadapi kondisi kehidupan dengan sikap terbuka dan penerimaan yang realistis, tanpa menuntut kesempurnaan.

b. Kemandirian

Individu menunjukkan kemandirian dalam berpikir dan bertindak, memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, serta mampu mengarahkan dan mengembangkan dirinya secara positif sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan sekitarnya.

Faktor penyesuaian diri yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan variabel independen adalah faktor yang dikemukakan oleh Schneiders, yaitu kondisi fisik dan faktor-faktor yang memengaruhinya, perkembangan sosial, intelektual, moral, dan emosional; kondisi psikologis seperti pengalaman, pembelajaran, pembiasan, frustasi, dan konflik; kondisi lingkungan internal dan eksternal; serta faktor kebudayaan dan agama.

4. **Ciri-ciri Penyesuaian Diri yang Efektif**

Siswanto (2007:36-39) menyatakan bahwa individu dapat dikatakan mampu menyesuaikan diri dengan baik apabila memenuhi indikator:

a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita

Kemampuan setiap individu untuk memahami suatu realitas dapat bervariasi, meskipun mereka menghadapi situasi yang sama. Variasi tersebut dipengaruhi oleh perbedaan pengalaman individu. Individu yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung memiliki persepsi yang lebih objektif terhadap realitas. Mereka mampu memahami konsekuensi dari perilaku

mereka dan dapat menyesuaikan tindakan mereka sesuai dengan konsekuensi yang mungkin timbul.

b. Memiliki kemampuan beradaptasi dengan tekanan

Pada dasarnya, semua orang cenderung menghindari situasi yang menimbulkan stres dan merasa senang ketika kebutuhan kepuasan terpenuhi dengan cepat. Seseorang yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik tidak selalu menghindari stres dan kecemasan. Terkadang, individu tersebut mampu mentoleransi tekanan dan kecemasan, serta melanjutkan untuk memenuhi keputusan yang diperlukan guna mencapai tujuan yang diutamakan.

c. Memiliki gambaran diri yang positif terhadap dirinya

Perspektif seseorang terhadap diri sendiri dapat menjadi petunjuk mengenai sejauh mana kemampuan penyesuaian dirinya. Pandangan tersebut mencakup apakah seseorang menganggap dirinya sejalan atau mengalami konflik internal. Jika seseorang melihat adanya pertentangan dalam dirinya, hal ini dapat menandakan bahwa kemampuan penyesuaian dirinya mungkin kurang efektif. Sebaliknya, pandangan positif terhadap diri memungkinkan seseorang untuk melihat kelebihan dan kekurangan diri dengan jelas, menerima diri sendiri, dan mengaktualisasikan potensi secara optimal.

d. Mampu mengekspresikan perasaannya

Menyadari emosi yang dirasakan pada saat itu dan mengekpresikan merupakan salah satu ciri kehidupan emosi yang sehat. Seseorang yang memiliki kesehatan emosional yang baik akan dapat menunjukkan respons emosional yang sesuai dan terkendali sesuai dengan konteks situasi yang dihadapinya.

e. Memiliki relasi interpersonal yang baik

Penyesuaian diri yang baik dicapai ketika individu memiliki keintiman dalam hubungan sosial. Perilaku individu terhadap orang lain akan berbeda bergantung pada kedekatan relasi interpersonalnya.

Sedangkan menurut Fatimah (2010:195-198), individu dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik jika memiliki karakteristik sebagai berikut:

a. Tidak menunjukkan ketegangan emosional yang berlebihan
b. Tidak menunjukkan mekanisme psikologis yang salah.

c. Tidak menunjukkan adanya frustasi pribadi.
d. Memiliki pertimbangan yang rasional terhadap suatu masalah dalam pengarahan diri.
e. Mampu belajar dari pengalaman.

Dari penjelasan mengenai ciri-ciri penyesuaian dapat disarikan bahwa seseorang dengan kemampuan penyesuaian diri yang baik kemungkinan besar akan menunjukkan kesehatan mental dan hubungan sosial yang positif, memungkinkan mereka untuk mengatasi tekanan dengan efektif. Di sisi lain, individu yang kurang mampu beradaptasi cenderung mengalami tekanan mental dan mungkin menunjukkan perilaku yang tidak sesuai.

5. **Penyesuaian Diri dalam Perspektif Islam**

Kajian mengenai penyesuaian diri dalam perspektif islam telah dituangkankan dalam Al-Qur'an surah Al-Isra ayat 15 yang berbunyi:

مَنِ اهْتَدٰى فَاِ نَّمَا يَهْتَدِيْ لِنَفْسِهٖ ۚ وَمَنْ ضَلَّ فَاِ نَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَا زِرَةٌ وِّزْرَ اُخْرٰى ۗ
وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِيْنَ حَتّٰى نَبْعَثَ رَسُوْلًا

> Artinya: "Barang siapa berbuat sesuai dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) itu bagi dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, tetapi Kami tidak akan menyiksa sebelum Kami mengutus seorang rasul." (QS. Al-Isra' 17: Ayat 15)

Dalam kalimat نِ اهْتَدٰى فَاِ نَّمَا يَهْتَدِيْ لِنَفْسِهٖ, Allah memberikan penjelasan kepada hamba-Nya agar menyelamatkan diri sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh-Nya. Selanjutnya Allah mengatakan وَمَنْ ضَلَّ فَاِ نَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا yang bermakna bahwa jika seseorang memilih jalan yang sesat maka kerugiannya akan ditanggung oleh dirinya sendiri (Az-Zuhaili, 2016:53). Dalam Islam, semua hal diatur dari bangun tidur hingga tidur lagi. Sehingga ketika aturan yang ditetapkan Allah melalui rasul-Nya dilaksanakan dengan baik maka akan mendapatkan ketenangan dalam hidup.

Apabila ayat tersebut dikaitkan dengan psikologi maka sangat relevan dengan kemampuan manusia untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dimana individu menyesuaikan perilakunya dengan tuntutan lingkungan, dengan tujuan untuk menghindari kerugian bagi dirinya sendiri.

Penyesuaian diri dalam Islam meliputi tiga hal, yakni menjaga hubungan dengan Allah (*hablumminallah*), menjaga hubungan dengan manusia (*hablumminannas*) serta menjaga hubungan dengan alam (*hablumminalalam*). Jika ketiga hal tersebut dijalani dengan baik maka manusia akan mencapai ketenangan dalam hidupnya. Masalah sesulit apapun pasti bisa dihadapi. Dalam kajian ilmu psikologi, penyesuaian diri yang baik adalah penyesuaian diri yang sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, menciptakan harmoni dengan lingkungan dan perilaku yang mendukung kesejahteraan psikologis individu(Atiyah et al., 2020:45). Maka kajian psikologi mengenai penyesuaian diri selaras dengan apa yang Allah perintahkan dalam QS. Al-Isra' 17 ayat 15

B. Konseptualisasi Kelekatan Emosional

1. Pengertian Kelekatan Emosional

Kelekatan (*attachment*) pertama kali dikemukakan oleh psikolog asal Inggris yang bernama John Bowlby. Teori kelekatan diformulasikan lebih lengkap oleh Mary Ainsworth pada tahun 1969 (Cartney & Dearing, 2002:22). Menurut Cartney & Dearing (2002:32) kelekatan merupakan jenis ikatan emosional yang signifikan yang terbentuk antara seorang anak dan seseorang yang memiliki makna khusus dalam interaksinya, yang umumnya adalah orangtua.

Menurut Bowlby (1969) kelekatan adalah perilaku yang spesifik pada manusia, yang mencakup kecenderungan dan keinginan individu untuk membentuk kedekatan dengan orang lain dan mencari kepuasan dalam hubungan tersebut. Bowlby (dalam Ervika, 2005:4) menggambarkan kelekatan sebagai suatu hubungan psikologis yang mulai terbentuk sejak awal kehidupan individu, terutama melalui interaksi antara individu dan pengasuhnya, dan memberikan dampak signifikan pada perkembangan hubungan sepanjang rentang hidup.

Pengertian diatas sejalan dengan kelekatan yang dikemukakan oleh Ainsworth (dalam Agusdwitanti et al., 2015:2-3) bahwa kelekatan adalah ikatan emosional dan kedekatan yang dibentuk seseorang dengan orang lain yang sifatnya spesifik sehingga ikatan akan bertahan lama dan kekal sepanjang waktu walaupun figur lekat tidak terlihat di pandangan individu. Individu akan menjalin ikatan dengan pengasuh utama (*primary care giver*) pada usia delapan bulan, dengan proporsi 50%

kepada ibu dan 33% pada orang lain. Sisanya sebanyak 27% kepada orang lain. Proses kelekatan ini tidak terjadi begitu saja melainkan ada serangkaian proses yang harus dijalani agar ikatan dapat terbentuk dengan baik.

Menurut Shaffer (Rahmania et al., 2018:3) mengatakan bahwa keberadaan kelekatan yang aman pada masa anak-anak dapat menjadi prediktor untuk kemampuan sosial mereka di masa mendatang. Jika individu kurang memiliki kelekatan yang aman, kemungkinan besar mereka akan memiliki keterampilan sosial yang kurang, kesulitan dalam menangani konflik interpersonal, dan kesulitan berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya (Mallinckrodt & Wei, 2005:360).

Dari pemaparan pendapat beberapa tokoh mengenai kelekatan, maka dapat disimpulkan bahwa kelekatan merupakan ikatan emosional (afektif) yang kuat antara individu dengan pengasuhnya sejak masa kanak-kanak yang memiliki dampak pada pembentukan hubungan sosial, keterampilan sosial, keterampilan berkomunikasi yang baik agar dapat menyelesaikan konflik atau masalah sepanjang rentang kehidupan. Ikatan yang dibangun antara individu dengan pengasuhnya bersifat timbal balik, bertahan lama, dapat memberikan rasa aman pada individu.

2. **Aspek Kelekatan Emosional**

Menurut Armsden & Greenberg (1987:428) terdapat tiga aspek kelekatan, diantaranya:

a. Kepercayaan *(Trust)*

Merujuk pada keyakinan bahwa orang tua dan teman sebaya individu dapat memahami serta merespon terhadap kebutuhan dan keinginannya.

b. Komunikasi *(Communication)*

Mengacu pada pandangan individu terhadap orang tua dan teman sebaya sebagai pihak yang peka dan responsif terhadap emosi yang mereka alami.

c. Keterasingan *(Alienation)*

Berkaitan dengan perasaan isolasi, kemarahan, dan pengalaman yang terkait dengan perpisahan dalam konteks hubungan individu dengan keluarga dan teman-temannya.

Bowlby (dalam Sa’adah, 2018:14-15) menjelaskan bahwa ada dua aspek dalam kelekatan, yaitu:

a. Kepuasan

Mengacu pada kepuasan individu yang didapatkan dari pemberian figur lekatnya. Indikator adanya aspek kepuasan adalah ketika figur lekat mampu memenuhi kebutuhan individu.

b. Kenyamanan

Kenyamanan akan muncul jika seorang individu telah dipenuhi kebutuhan utamanya, diberi kasih sayang, atau merasa aman jika ia bersama dengan figur lekatnya.

Kesimpulan dari aspek kelekatan emosional adalah proses terjadinya kelekatan berasal dari sikap, pola asuh, perhatian dan kasih sayang yang diberikan pengasuh yang dapat menimbulkan rasa puas, kenyamanan, kepercayaan/keterasingan individu kepada pengasuh utama. Dari kedua aspek yang sudah dibahas, peneliti menggunakan aspek kelekatan emosional dari Armsden & Greenberg (1987:428) yaitu kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan.

3. **Faktor yang Memengaruhi Kelekatan Emosional**

Beberapa faktor yang memengaruhi kelekatan seseorang dengan figur lekatnya menurut (Baradja, 2005:125), diantaranya:

a. Adanya perasaan puas seorang individu pada pemberian figur lekat. Contohnya ketika individu meminta atau membutuhkan sesuatu, maka figur lekatnya mampu memenuhi kebutuhan itu.
b. Setiap kali ada tanggapan atau respons terhadap perilaku yang menunjukkan perhatian, seperti contohnya ketika individu melakukan suatu tindakan agar mendapatkan perhatian dari guru, dan guru merespon dengan memberikan perhatian, maka individu akan mengembangkan kelekatan terhadap guru tersebut.
c. Frekuensi interaksi antara figur lekat dengan individu memengaruhi tingkat kelekatan yang dimiliki individu terhadapnya. Sebagai contoh, seorang guru yang secara rutin berinteraksi dengan individu selama periode di asrama pesantren. Semakin sering guru tersebut berkomunikasi dengan individu, mendengarkan keluhannya, maka tingkat kelekatan individu terhadap guru akan meningkat.

Menurut Ardiani (dalam Sa'adah, 2018:16-18) ada 3 faktor yang memengaruhi kelekatan, diantaranya:

a. Faktor Kesusahan

   Kerns (dalam Moss et al., 2009:3) mengungkapkan bahwa waktu aktif untuk mencari kelekatan dengan seseorang adalah pada masa kanak-kanak menengah (6-10 tahun). Karena pada masa ini, menjalin kelekatan bisa mengurangi kesulitan yang dialami. Hal ini bisa terlihat Ketika individu menginjak bangku Taman Kanak-kanak, mereka akan mendekat dan mencoba percaya pada gurunya untuk dapat membantu kesulitannya dalam mengerjakan tugas.

b. Faktor Keamanan

   Ketika individu menjalin kelekatan dengan orangtua maupun kakak atau orang lain, maka individu akan merasa lebih aman ketika bersama orang tersebut (Zimmermann, 1999:291-306).

c. Faktor Mengandalkan

   Individu kemungkinan besar akan mencari dukungan dari berbagai figur yang berbeda tergantung pada situasi tertentu. Sebagai contoh, ketika individu merasa perlu untuk bergantung pada seseorang, mereka mungkin mencari dukungan dari figur yang berbeda selain figur lekat utama, seperti teman, saudara, atau guru, untuk memenuhi kebutuhan kedekatan mereka (Mayseless dalam Seibert & Kerns, 2009:348).

Ainsworth dan Bell (Redshaw dan Martin, 2013) mengungkapkan bahwa tingkat kualitas hubungan kelekatan antara orangtua dengan individu ditunjukkan saat individu dalam kondisi tertekan dengan adanya orang lain namun pengasuhnya (ibu) tidah ada. Maka, disimpulkan bahwa faktor yang memengaruhi kelekatan adalah perasaan puas pada pemberian figur lekatnya, ada timbal balik dari tingkah laku yang menunjukkan perhatian, dan intensitas interaksi antara individu dengan figur lekatnya. Selain itu ada faktor mengandalkan, kesusahan, dan keamanan. Dengan seringnya intensitas interaksi antara individu dan pengasuh, maka akan terbangun komunikasi yang akan membangun hubungan kelekatan suatu waktu.

Interaksi yang baik, akan berkesan di hati individu dan dikenang adalah antisipasi pada interaksi di masa yang akann datang.

Selain itu, timbal balik dari komunikasi yang sering dilakukan bisa dilihat dari kedalaman topik yang dibicarakan. Komunikasi yang dimaksud adalah komunikasi secara interpersonal yang akan menumbuhkan ikatan antara pengasuh dengan individu sehingga timbullah kelekatan yang aman. Seseorang bisa dikatakan memiliki hubungan lekat yang baik akan merasa cemas jika berpisah dengan figur lekat dan akan merasa gembira jika figur lekatnya kembali. Individu akan memiliki orientasi kepada sosok figur lekat yang ia miliki walaupun mereka tidak dekat secara fisik.

4. **Macam-macam Kelekatan Emosional**

Bowlby (1969) mengatakan bahwa ada 3 pola kelekatan meliputi *secure attachment*, *resistant attachment*, dan *avoidant attachment*.

a. Secure attachment

Ciri-ciri individu yang memiliki *secure attachment* adalah terbentuknya interaksi yang baik antara individu dengan orangtua sehingga muncul rasa percaya bahwa ibu sebagai figur lekatnya akan selalu siap mendampingi, memberikan kasih sayang, responsif, selalu membantu saat individu menghadapi situasi yang menakutkan atau mengancam.

b. Resistant attachment

Terbentuknya pola ini karena adanya interaksi antara orangtua dengan individu namun individu merasa bahwa ibunya tidak pasti akan ada dan datang membantu saat individu membutuhkan meraka. Dampaknya adalah individu akan mudah merasa cemas saat berpisah atau saat mengeksplorasi lingkungan, cenderung bergantung, dan menuntut perhatian.

c. Avoidant attachment

Ciri dari pola ini adalah orangtua selalu menghindar dari individu yang menyebabkan individu memberikan reaksi penolakan terhadap orangtuanya. Akibatnya, kepercayaan diri individu terhenti karena usahanya untuk

mendapatkan kasih sayang dari orangtuanya tidak mendapat respons bahkan ditolak.

5. **Kelekatan Emosional dalam Perspektif Islam**

Dalam Islam, perkembangan anak ditentukan oleh orangtua sebagai *role model* anak. Pendidikan anak tidak hanya dilakukan sejak dalam kandungan saja, namun juga harus dilakukan setiap hari orangtua harus memberikan contoh dan peranan yang baik sehingga dapat menimbulkan kelekatan yang positif dan aman kepada individu. Hal ini dipertegas Allah SWT dalam Al-Qur'an surah At-Tahrim ayat 6 yang berbunyi:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا قُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَاَهْلِيْكُمْ نَارًا وَّقُوْدُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلٰۤىِٕكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَّا يَعْصُوْنَ اللّٰهَ مَآ اَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُؤْمَرُوْنَ

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan."

Pada ayat diatas terdapat kata قُوْٓا اَنْفُسَكُمْ yang bermakna sesuatu yang akan menjadi penghalang siksa api neraka dengan mentaati perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya. Selanjutnya kata وَاَهْلِيْكُمْ merupakan perintah Allah kepada orangtua untuk mngajarkan adab melalui nasehat dan pendidikann (Al-Baidhawi, 1988:506) makna ayat tersebut adalah perintah untuk memelihara artinya orangtua harus mendidik, mengarahkan, serta mengajarkan individu supaya terhindar dari siksa api neraka. Dalam melaksanakan tujuan tersebut orangtua harus menentukan serta menerapkan kurikulum pendidikan yang mengajarkan individu untuk memiliki prinsip dalam menjalani kehidupan, menjalankan ajaran agama Islam secara *kaffah*, sehingga mampu individu memiliki akhlak yang baik dan menjadi manusia yang bermanfaat bagi manusia lainnya.

Orangtua memiliki pengaruh yang mencakup lima dimensi potensi individu yaitu dimensi fisik, emosi, sosial, kognitif, serta spiritual individu. Kelima dimensi tersebut sangat berpengaruh pada pembentukan karakter individu yang akan menuntun individu menjadi individu yang sholeh maupun sholehah (Putri, 2019:41-

42). Dalam Islam, perilaku individu di masa depan adalah cerminan dari hasil didikan orangtua dalam lingkungan keluarga. Dari beberapa uraian mengenai kelekatan diatas, dapat disimpulkan bahwa Islam memandang bahwa kelekatan antara orangtua dengan individu dapat dijalin semenjak individu masih ada di dalam kandungan.

C. Konseptualisasi Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Bandura (dalam Ormrod, 2011:132), regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol perilaku dan cara belajarnya dengan tiga tahapan yaitu mengembangkan langkah-langkah mengamati/mengobservasi diri, menilai diri, dan memberikan respon terhadap dirinya sendiri. Definisi lain mengenai regulasi diri adalah sebuah proses dalam pembentukan kepribadian individu yang sangat penting untuk dapat mengontrol pikiran, perasaan, dorongan, serta hasrat individu yang didalamnya melibatkan aspek kognitif, afektif serta psikomotorik (Vohs dan Baumeister, 2004:2).

Individu memiliki kemampuan berfikir sehingga memungkinkan untuk memanipulasi lingkungan yang menyebabkan terjadinya perubahan lingkungan akibat kegiatan individu. Individu dapat mengatur sebagian dari perilakunya sendiri. Bandura (dalam Alwisol, 2009:285), individu akan menciptakan strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Strategi tersebut digunakan untuk mencapai tujuan, namun jika tujuan hamper tercapai maka strategi proaktif akan menentukan tujuan baru yang lebih tinggi lagi.

Sedangkan Cervone dan Pervin (2012:254) menyatakan bahwa regulasi diri merupakan proses kepribadian yang didalamnya melibatkan perilaku motivasi secara langsung. Regulasi diri menunjukkan bahwa individu memiliki kapasitas dalam menyusun tujuan pribadi, merencanakan strategi, mengevaluasi dan memodifikasi perilaku yang hendak dilakukan. Selain melibatkan awalan dalam mencapai tujuan, regulasi diri juga berfungsi untuk menghindari lingkungan dan impuls emosional yang mengganggu perkembangan individu.

Berdasarkan pendapat para tokoh diatas dapat diambil kesimpulan bahwa regulasi diri merupakan serangkaian proses aktif dan konstruktif dalam diri individu

untuk mengatur diri dengan inisiatif dirinya sendiri menggunakan pikiran, perasaan, serta perilaku yang sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

2. **Aspek-aspek Regulasi Diri**

Menurut Bandura, Schunk dan Zimmermann (dalam Ormrod, 2011:132-133) ada 6 aspek regulasi diri, yaitu:

a. Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri

Manusia memiliki standar dengan kriteria tertentu untuk mengevaluasi pencapaian dalam situasi khusus. Selain itu individu juga membuat tujuan-tujuan yang dianggap bernilai dan menjadi arah serta sasaran perilaki. Dengan memenuhi standar dalam mencapai sebuah tujuan akan memberikan rasa kepuasan yanf fapat meningkatkan *self-efficacy* individu.

b. Pengaturan emosi

Pengaturan emosi merupakan cara menjaga atau mengelola perasaan senang, sedih, marah, benci, gelisah, dan perasaan-perasaan lainnya supaya tidak berlebihan yang mengakibatkan munculnya respon-respon kontraproduktif. Pengaturan emosi bisa dilakukan secara efektif dengan melibatkan dua hal, yaitu pembelajaran mengontrol dalam mengungkapkan perasaan individu dan menafsirkan kembali peristiwa yang terjadi untuk memberikan makna yang positif pada kondisi yang mungkin bagi orang lain bisa memicu amarah atau kesedihan.

c. Instruksi diri

Instruksi diri merupakan perintah yang diberikan kepada diri sendiri untuk mengingatkan diri sendiri tentang tindakan yang tepat pada situasi tertentu.

d. *Monitoring* diri

Monitoring diri merupakan mengamati diri sendiri saat sedang melakukan perilaku tertentu untuk menyadari seberapa baik individu melakukan hal tersebut dan membuat kemajuan yang mengarah pada tujuannya.

e. Evaluasi diri

Memberikan penilaian terhadap perilaku diri sendiri dengan mengevaluasi diri secara objektif dan akurat. Hal ini sangat penting untuk dilakukan bagi individu yang memasuki dunia dewasa demi kesuksesan dalam jangka panjang.

f. Kontingensi

Merupakan penguatan (*reinforcement*) atau hukuman (*punishment*) yang ditetapkan oleh diri sendiri yang menyertai perilaku.

Sedangkan Cervone dan Pervin (2012:254) menyatakan bahwa kemampuan regulasi diri dapat ditunjukkan oleh beberapa aspek, diantaranya:

a. Memiliki kapasitas untuk memotivasi diri sendiri.
b. Menyusun tujuan-tujuan pribadi
c. Merencanakan strategi
d. Mengevalusi modifikasi yang akan dilakukan.

Kesimpulan dari aspek regulasi diri adalah kapasitas individu dalam mengelola potensi dalam diri untuk mencapai tujuan. Dalam penelitian ini menggunakan aspek regulasi diri dari Bandura yaitu standar dan tujuan yang ditentukan sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri, evaluasi diri, dan kotingensi.

3. **Faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri**

Bandura (dalam Alwisol, 2011:285) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang memengaruhi regulasi diri individu, yang dibagi menjadi faktor eksternal dan faktor internal.

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang memengaruhi regulasi diri adalah lingkungan dimana individu berinteraksi, yang mana dari interaksi tersebut memengaruhi

b. Faktor internal

1. Observasi diri (*self-observation*)

Mengobservasi diri dilakukan untuk menentukan kualitas dan kuantitas penampilan diri, orisinalitas tingkah laku yang sesuai dengan minat dan konsep dirinya. Hal ini dilakukan guna untuk memonitor performa diri walaupun belum semuanya. Karena setiap orang memiliki kecenderungan untuk memilih salah satu aspek perilaku yang menonjol dibandingkan perilaku lainnya.

2. Proses penilaian (*judgemental-process*)

Proses penilaian dilakukan dengan menyesuaikan tingkah laku berdasarkan standar diri dan norma dalam lingkungan sekitar. Standar diri dibentuk dari pengalaman dan pengamatan orang-orang disekitar sepeti orangtua, saudara, guru, teman, dan lain sebagainya yang kemudian membentuk standar dan norma yang sifatnya pribadi. Kadangkala, standar diri tidak sama dengan norma standar lingkungan sehingga perlu dilakukan perbandingan untuk menyelaraskan aktivitas yang tidak menimbulkan dampak negatif.

3. Reaksi-diri-afektif (*self-response*)

Bagaimana penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif maupun negatif didasarkan pada pengamatan dan proses penilaian yang selanjutnya individu akan menentukan apakah akan memberi hadiah atau menghukum dirinya sendiri. Reaksi afektif mungkin tidak akan muncuk dikarenakan adanya fungsi kognitif membuat keseimbangan yang akan memengaruhi proses evaluasi menjadi kurang bermakna.

Sedangkan Zimmermann (1999:295) menyatakan bahwa terdapat tiga faktor yang memengaruhi regulasi yakni:

a. Individu
    2. Semakin meluas pengetahuan seseorang, semakin efektif kemampuannya dalam mengelola diri sendiri.
    3. Tingkat keterampilan metakognitif yang tinggi pada individu berkontribusi pada pengelolaan diri mereka.
    4. Semakin banyak tujuan yang berhasil dicapai oleh seseorang, semakin baik kemampuan pengelolaan diri individu untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut.
b. Perilaku

    Merujuk pada upaya individu dalam memanfaatkan seluruh kemampuan yang dimiliki. Semakin efisien upaya yang dilakukan dalam merencanakan dan mengelola kegiatan untuk mencapai tujuan, maka regulasi diri individu dapat ditingkatkan.

c. Lingkungan

Teori sosial kognitif menekankan dampak lingkungan sosial dan interaksi manusia dalam membentuk fungsi manusia. Apakah lingkungan sosial tersebut memberikan dukungan atau tidak dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengatur diri.

Dalam penelitian ini, faktor yang dijadikan dasar dalam kajian teori menggunakan faktor yang dikemukakan oleh Bandura yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal terdiri dari observasi diri, proses penilaian dan reaksi afektif diri.

4. **Regulasi Diri dalam Perspektif Islam**

Islam mengajarkan kepada setiap muslim untuk melakukan pengaturan diri. Dalam QS. Ar-Ra'd ayat 11 yang berbunyi:

لَهٗ مُعَقِّبٰتٌ مِّنْۢ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهٖ يَحْفَظُوْنَهٗ مِنْ اَمْرِ اللّٰهِ ۗ اِنَّ اللّٰهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰى يُغَيِّرُوْا مَا بِاَنْفُسِهِمْ ۗ وَاِذَآ اَرَادَ اللّٰهُ بِقَوْمٍ سُوْۤءًا فَلَا مَرَدَّ لَهٗ ۚ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُوْنِهٖ مِنْ وَّالٍ

Artinya: “Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” (QS. Ar-Ra'd 13: Ayat 11)

Kalimat لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ memiliki arti sesungguhnya Allah tidak akan merubah apa yang ada pada suatu kaum berupa keadaan yang baik, kesehatan, kemakmuran, kesejahteraan, dan kenikmatan. Allah tidak akan menarik nikmat yang sudah Dia tetapkan pada suatu kaum. Selanjutnya, حَتّٰى يُغَيِّرُوْا مَا بِاَنْفُسِهِمْ memiliki makna bahwa manusia menggubaj apa yang ada dalam dirinya sendiri dengan kemaksiatan. Tidak ada penolong yang bisa menolak keburukan selain Allah. Karena adanya kemaksiatan menyebabkan Allah tidak mengubah dan menghilangkan nikmat yang sudah ditetapkan. Dengan menyadari (muhsabah diri) bahwa manusia telah berbuat kemaksiatan maka, diwajibkan untuk bertaubat kepada Allah (Az-Zuhaili, 2014:122-129).

Manusia pada prinsipnya memiliki potensi untuk mengelola dan mengontrol dirinya sendiri. Potensi ini dipengaruhi oleh motivasi kuat yang ada dalam diri setiap

individu. Motivasi ini memegang peran utama dalam setiap perilaku manusia. Namun, motivasi yang paling otentik muncul ketika hati manusia terbuka melalui penerimaan hidayah yang diberikan oleh Allah Swt (Atiyah et al., 2020:46-47).

D. Hubungan Kelekatan Emosional Dan Regulasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai keterampilan individu untuk sesuai dengan harapan kelompok. Idealnya, seseorang dapat memahami dan memenuhi harapan kelompok di lingkungan sekitarnya, dan bertindak sesuai dengan tuntutan lingkungan tersebut. Individu dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik jika mampu mencapai harmoni dalam hal tersebut. Choirudin (2016:2) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai adaptasi yang mampu dipertahankan untuk memastikan eksistensinya, sehingga individu dapat bertahan (*survive*), mencapai kesejahteraan jasmani dan rohani, serta membentuk relasi yang memuaskan tuntutan sosial. penyesuaian diri remaja disusun peneliti berdasarkan 6 aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (1964:274-276) yakni aspek kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri, kemampuan mengurangi rasa frustasi, pola pikir rasional dan mengarahkan diri, kemauan untuk belajar memanfaatan pengalaman di masa lalu, dan kemampuan bersikap realistik dan objektif. Dinamika psikologis penyesuaian diri remaja dapat dilihat dari faktor-faktor yang membimbing individu ke dalam perilaku penyesuaian diri (Ali & Asrori, 2017:190). Schneiders (1964) menyatakan bahwa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri adalah kondisi fisik; perkembangan dan kematangan intektual sosial, moral, dan emosi; kondisi psikologis (yang didalamnya terdapat unsur regulasi diri); kondisi lingkungan internal (yang didalamnya terdapat keluarga dimana keluarga merupakan lingkungan primer individu tumbuh dan kelekatan dengan orangtua terjalin) dan eksternal; dan kebudayaan.

Kelekatan emosional yang dibentuk sejak awal kelahiran individu menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan remaja untuk beradaptasi. Bowlby (dalam Armsden dan Greenberg, 1987:2) menyatakan bahwa keterikatan terjadi pada berbagai tahap perkembangan, termasuk pada masa remaja. Fungsi adaptif dari keterikatan dengan orangtua dapat memberikan dasar bagi remaja untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Selain itu, Lebih lanjut, Santrock (dalam Sari et al., 2018:2) menjelaskan bahwa kelekatan yang aman memiliki potensi melindungi remaja dari

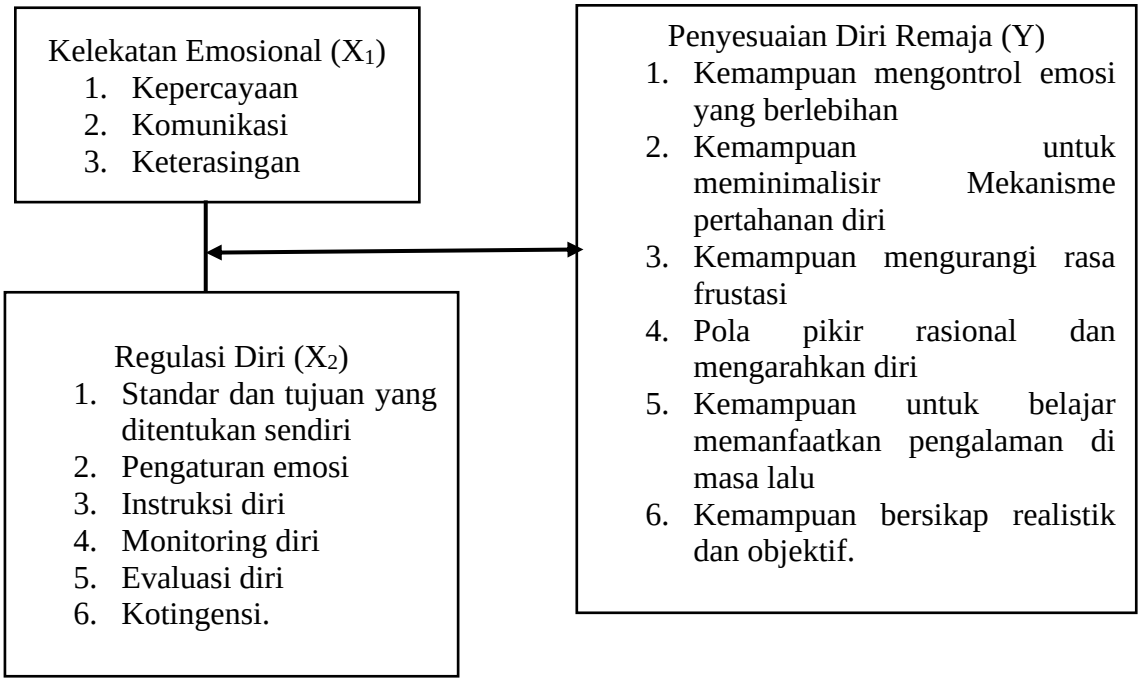
perasaan cemas, depresi, dan tekanan yang terkait dengan masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Dapat disimpulkan bahwa kelekatan emosional menjadi fondasi yang memainkan peran kunci dalam kemampuan penyesuaian diri remaja di berbagai lingkungan dan dalam hubungan dengan berbagai individu. Hubungan antara anak dan orangtua, sebagai sumber pengetahuan, motivasi, pengasuhan, serta lingkungan belajar, turut memengaruhi regulasi diri anak (Gillespie & Seibel, 2006:34)

(Dias & Castillo, 2014:371) menjelaskan bahwa regulasi diri adalah rangkaian proses psikologis yang dapat memandu individu dalam mengambil tindakan dan mengatur mekanisme yang menghasilkan perilaku positif, dengan tujuan mencapai hasil yang diinginkan. Bandura lebih lanjut menyatakan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengontrol perilaku, yang merupakan salah satu pendorong utama dalam kepribadian manusia, mencakup pengamatan, penilaian, dan respon terhadap diri sendiri. Penyesuaian diri yang kurang memuaskan pada remaja dapat menjadi dampak dari kurangnya regulasi diri yang efektif. Regulasi diri memiliki dampak signifikan pada stabilitas mental dan kemampuan individu dalam mengatur dan mengarahkan diri menuju pencapaian tujuan. Kemampuan mengatur diri menjadi kritis karena dapat mencegah terjadinya deviasi kepribadian. Regulasi diri didefinisikan sebagai usaha untuk mengendalikan perilaku, pikiran, dan perasaan guna mencapai tujuan (Baumeister et al., 2007: 6-7)

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Mamduh (2018:1), yang menunjukkan adanya korelasi antara kelekatan dengan penyesuaian diri santri yang tinggal di pondok pesantren. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kelekatan dengan orangtua dan kemampuan penyesuaian diri santri di pondok pesantren. Koefisien korelasi (r) sebesar 0,464 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelekatan, semakin baik kemampuan penyesuaian diri santri. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kelekatan semakin buruk kemampuan penyesuaian diri santri. Penelitian lain yang dilakukan oleh Atiyah et al. (2020:42) juga mengungkapkan adanya hubungan antara regulasi diri dan penyesuaian diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 87 santri, 49 orang (56%) memiliki tingkat regulasi diri tinggi, sementara 38 orang (44%) memiliki tingkat regulasi diri sedang. Dalam hal penyesuaian diri remaja santri, sebanyak 58 orang (67%) menunjukkan tingkat

penyesuaian diri tinggi, sedangkan 29 orang (33%) berada pada tingkat penyesuaian diri sedang.

Tabel 2. 1 Bagan Hubungan antara Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja



E. **Hipotesis Penelitian**

Azwar (2018:61) mendefinisikan hipotesis sebagai jawaban awal yang masih perlu diuji kebenarannya terhadap pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya, berdasarkan pada teori yang digunakan untuk menjelaskan hubungan antara variabel-variabel penelitian. Hipotesis penelitian diajukan untuk memastikan kesesuaian dengan rencana penelitian dan menyediakan data yang relevan. Oleh karena itu, hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H1 : terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan.

H2 : terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan.

H3 : terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Azwar (2018:5) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif fokus pada analisis data numerik (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan dianalisis menggunakan teknik statistika. Sementara menurut Sugiyono (2021:12-13) metode penelitian kuantitatif merupakan suatu pendekatan yang berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini digunakan untuk menyelidiki populasi dan sampel tertentu, melakukan pengumpulan data melalui instrumen penelitian, menganalisis data menggunakan teknik statistik, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Pendekatan dilakukan menggunakan penelitian korelasional dengan tujuan untuk mengetahui kekuatan serta arah hubungan antar variabel (Azwar, 2018:7). Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja panti asuhan X, Ngaliyan Kota Semarang.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

   Menurut (Arikunto, 1998:99), dalam konteks penelitian, variabel merujuk pada objek yang menjadi fokus. Variabel ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel independen merupakan faktor atau penyebab yang memiliki potensi untuk memengaruhi variabel lainnya. Sebaliknya, variabel dependen adalah variabel yang merupakan hasil atau efek, di mana perubahannya disebabkan oleh pengaruh variabel lain yang diukur (Rahman, 2016:110). Oleh karena itu, variabel dalam penelitian ini mencakup:

   a. Variabel Dependen (Y) : Penyesuaian Diri
   b. Variabel Independent (X_1) : Kelekatan Emosional
   c. Variabel Independent (X_2) : Regulasi Diri

2. Definisi Operasional

   a. Penyesuaian Diri Remaja

      Penyesuaian diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam merespon setiap perubahan yang ada baik dari diri sendiri maupun dari

lingkungan dengan tujuan memenuhi kebutuhan internal dalam mengatasi ketegangan, frustasi, dan konflik sehingga terwujudnya harmoni atau keselarasan dalam diri dan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosial. Variabel penyesuaian diri remaja disusun peneliti berdasarkan 6 aspek yang dikemukakan oleh Schneiders yakni aspek kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri, kemampuan mengurangi rasa frustasi, pola pikir rasional dan mengarahkan diri, kemauan untuk belajar memanfaatan pengalaman di masa lalu, dan kemampuan bersikap realistik dan objektif. Semakin tinggi nilai skor yang didapat maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah nilai skor yang didapatkan maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri remaja.

b. Kelekatan Emosional

Kelekatan emosional merupakan ikatan emosional (afektif) yang kuat antara anak dengan pengasuhnya sejak masa kanak-kanak yang memiliki dampak pada pembentukan hubungan sosial, keterampilan sosial, ketrampilan berkomunikasi yang baik agar dapat menyelesaikan konflik atau masalah sepanjang rentang kehidupan. Variabel kelekatan emosional diukur dengan menyusun skala berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Bowlby yakni aspek kenyamanan dan kepuasan. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat kelekatan emosional remaja dengan pengasuh utama. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula tingkat kelekatan emosional yang didapat remaja oleh pengasuh utamanya.

c. Regulasi diri

Regulasi diri merupakan serangkaian proses aktif dan konstruktif dalam diri individu untuk mengatur diri dengan inisiatif dirinya sendiri menggunakan pikiran, perasaan, serta perilaku yang sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. Variabel regulasi diri diukur dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Bandura yakni aspek standar dan tujuan yang ditentukan sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri, evaluasi diri, dan kontingensi. Semakin tinggi hasil skor yan diperoleh remaja

maka semakin tinggi pula tingkat regulasi dirinya. Sebaliknya, jika semakin rendah hasil skor yang diperoleh maka semakin rendah pula regulasi diri remaja.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di panti asuhan X di kecamatan Ngaliyan, kota Semarang pada tanggal 2 Maret 2024.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Sugiyono (2021:167) mendefinisikan populasi sebagai generalisasi dari objek dan subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti untuk dijadikan fokus kajian dan ditarik kesimpulannya. Dalam konteks penelitian ini, populasi terdiri dari anak-anak yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang, dengan jumlah keseluruhan sebanyak 65 remaja.

2. Sampel

Sinambela (2014:95) menyatakan bahwa sampel merujuk pada sebagian dari total jumlah dan karakteristik yang ada dalam populasi. Oleh karena keterbatasan sumber daya seperti dana, tenaga, dan waktu, peneliti memilih untuk menggunakan seluruh sampel yang ada dalam populasi, disebut sebagai sampel jenuh. Dengan demikian, sampel yang diambil harus benar-benar representatif dan mewakili populasi secara keseluruhan. Dalam konteks penelitian ini, seluruh remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang, yang berjumlah 65 orang, termasuk 26 remaja laki-laki dan 39 remaja perempuan, dijadikan sebagai sampel.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah metode yang digunakan dalam pengambilan sampel. Dalam penelitian ini, digunakan teknik sampling jenuh, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Penggunaan teknik sampling jenuh umumnya terjadi pada penelitian dengan populasi yang relatif kecil (Sugiyono, 2014:85). Kriteria pengambilan sampel ini melibatkan:

a. Remaja yang berusia 12-18 tahun
b. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
c. Tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, Kota Semarang

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi guna menguji hipotesis yang telah diformulasikan. Dalam penelitian ini, digunakan teknik pengumpulan data berupa skala psikologi dengan menggunakan empat pilihan pernyataan. Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala penyesuaian diri, skala kelekatan emosional, dan skala regulasi diri.

Skala memiliki dua jenis item, yaitu item yang bersifat mendukung (*favorable*) dan item yang bersifat tidak mendukung (*unfavorable*). Item *favorable* dalam skala psikologi menyajikan pernyataan yang mendukung atribut psikologis pada individu. Sementara itu, item *unfavorable* menghadirkan pernyataan yang tidak mendukung atribut psikologis pada individu. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari empat pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Berikut adalah kriteria penilaian menggunakan skala dalam penelitian ini:

Tabel 3. 1 Kriteria Penilaian Skala

Favorable		***Unfavorable***	
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	S (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

1. Skala Penyesuaian Diri

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Schneiders yang disusun dengan enam aspek penyesuaian diri. Aspek-aspek penyesuaian diri terdiri dari kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri, kemampuan mengurangi rasa frustasi, pola pikir rasional dan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu serta kemampuan bersikap realistik dan objektif. Skala penyesuaian diri terdiri dari 48 aitem dengan jumlah 4 item untuk setiap indikator, 2 item *favorable*

dan 2 item *unfavorable*. Semakin tinggi nilai yang diberikan pada item *favorable* maka semakin tinggi tingkat penyesuaian diri remaja. Semakin rendah nilai yang diberikan pada item *unfavorable* maka semakin tinggi tingkat penyesuaian diri remaja. Berikut *blue print* skala penyesuaian diri yang berfungsi untuk menjabarkan persebaran indikator pada setiap aspek dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 2 *Blue Print* Skala Penyesuaian Diri

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan.	Mampu mengendalikan amarah	1,25	13,37	4
		Tidak berlarut-larut dalam kesedihan	2,26	14,38	4
2.	Kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri.	Bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.	3,27	15,39	4
		Tidak mengakui kegagalan dan melakukan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, proyeksi, maupun kompensasi.	4,28	16,40	4
3.	Kemampuan mengurangi rasa frustasi.	Tidak merasa stress saat menghadapi suatu masalah	5,29	17,41	4
		Tidak melampiaskan amarah dengan melakukan perilaku yang menyimpang.	6,30	18,42	4
4.	Pola pikir rasional dan mengarahkan diri.	Mengetahui akibat dari setiap tindakan yang diambil.	7,31	19,43	4
		Menghadapi konflik dengan berfikir rasional untuk	8,32	20,44	4

		mengarahkan tingkah laku yang sesuai			
5.	Kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu.	Individu mampu mengambil hikmah dari kejadian yang terjadi di masa lalu.	9,33	21,45	4
		Proses belajar yang berkesinambungan untuk memperoleh cara dalam menghadapi masalah.	10,34	22,46	4
6.	Kemampuan bersikap realistik dan objektif.	Melihat suatu kejadian secara objektif	11,35	23,47	4
		Menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan dirinya	12,36	24,48	4
Total					48

2. **Skala Kelekatan Emosional**

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala kelekatan emosional berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Armsden & Greenberg yang disusun dengan tida aspek kelekatan emosional. Aspek-aspek kelekatan emosional terdiri dari kepercayaan, komunikasi dan keterasingan yang dirasakan anak kepada pengasuh utamanya. Skala penyesuaian diri terdiri dari 36 aitem dengan jumlah 6 item untuk setiap indikator, 3 item *favorable* dan 3 item *unfavorable*. Semakin tinggi nilai yang diberikan pada item *favorable* maka semakin tinggi tingkat kelekatan emosional remaja. Semakin rendah nilai yang diberikan pada item *unfavorable* maka semakin rendah pula tingkat kelekatan emosional remaja. Berikut *blue print* skala kelekatan emosional yang berfungsi untuk menjabarkan persebaran indikator pada setiap aspek dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3 Blue Print Skala Kelekatan Emosional

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Kepercayaan (*trust*)	Percaya bahwa orangtua mampu memahami perasaan anak.	1,13,25	7,19,31	6
		Keyakinan bahwa orangtua mampu memenuhi kebutuhan anak.	2,14,26	8,20,32	6
2.	Komunikasi (*communication*)	Kualitas komunikasi secara lisan.	3,15,27	9,21,33	6
		Keterbukaan anak pada orangtua.	4,16,28	10,22,34	6
3.	Keterasingan (*alienation*)	Perasaan terasing jika berjauhan dengan orangtua.	5,17,29	11,23,35	6
		Merasa diabaikan jika tidak interaksi secara intens dengan orangtua.	6,18,30	12,24,36	6
Total					36

3. **Skala Regulasi Diri**

Penelitian ini menggunakan alat ukur skala regulasi diri berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Bandura yang disusun dengan enam aspek regulasi diri. Aspek-aspek regulasi diri terdiri dari standar dan tujuan yang ditentukan sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri, evaluasi diri, dan kotingensi. Skala penyesuaian diri terdiri dari 48 item dengan jumlah 4 item untuk setiap indikator, 2 item *favorable* dan 2 item *unfavorable*. Semakin tinggi nilai yang diberikan pada item *favorable* maka semakin tinggi tingkat regulasi diri remaja. Semakin rendah nilai yang diberikan pada item *unfavorable* maka semakin tinggi tingkat regulasi diri remaja. Berikut *blue print* skala regulasi diri yang berfungsi untuk menjabarkan persebaran indikator pada setiap aspek dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 4 Blue Print Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri.	Menetapkan standar perilaku yang dapat diterima Masyarakat	1,25	13,37	4
		Mengidentifikasi tujuan yang ingin dicapai individu	2,26	14,38	4
2.	Pengaturan emosi	Kemampuan mengontrol perasaan senang, sedih, marah, benci, dan gelisah agar tidak berlebihan.	3,27	15,39	4
		Menafsirkan perisiwa yang telah terjadi secara positif.	4,28	16,40	4
3.	Insruksi diri	Mengambil keputusan mengenai tindakan dengan tepat pada situasi tertentu.	5,29	17,41	4
		Mengarahkan diri untuk dalam menfilter tindakan sehingga bisa meminimalisir kemungkinan terburuk yang akan terjadi.	6,30	18,42	4
4.	Monitoring diri	Mengamati diri seberapa baik tindakan yang telah diambil	7,31	19,43	4
		Mengetahui kekurangan dan kelebihan diri sendiri.	8,32	20,44	4
5.	Evaluasi diri	Mengukur perilaku berdasar standar diri	9,33	21,45	4
		Menilai perilaku berdasar standar diri	10,34	22,46	4
6.	Kontingensi	Memberi penguatan positif kepada diri sendiri ketika berhasil mencapai tujuan	11,35	23,47	4
		Memberikan hukuman (*punishment*) jika gagal dalam mencapai tujuan	12,36	24,48	4

Total	48

F. Validitas dan Reliabilitas Data

1. Validitas Data

Validitas mengindikasikan sejauh mana alat ukur dapat mengukur fenomena yang sedang diukur (Siregar, 2012:46). Validitas digunakan untuk menilai sejauh mana data yang diperoleh dari skala penelitian dapat mengukur variabel yang akan diselidiki (Abdullah, 2015:256). Dalam menunjukkan hasil (data) penelitian yang valid, diperlukan instrumen penelitian yang juga valid. Data yang valid diperoleh melalui instrumen yang dapat mengukur variabel dengan akurat (Sugiyono, 2013:121). Dalam menyusun item dengan indikator yang sesuai dengan aspek variabel, sangat diperlukan penilaian dari orang yang ahli dibidangnya (*expert judgement*) yang akan mengoreksi dan menilai item (*corrected item*) yang sesuai. Sehingga dapat ditemukan item yang relevan yang mendukung skala validitas isi (Azwar, 2015:132)

2. Daya Beda Aitem

Azwar (2012:86) menyebutkan bahwa dalam pengukuran penelitian, suatu item dapat dianggap valid jika *Corrected Item-Total Correlation* (rxy) memiliki nilai ≥ 0,30. Dalam penelitian ini, validitas diukur dengan menggunakan nilai rxy = 0,30. Jika hasil uji validitas menunjukkan nilai rxy ≥ 0,30, maka dapat disimpulkan bahwa validitas penelitian ini tinggi. Sebaliknya, jika koefisien tersebut ≤ 0,30, maka validitas penelitian dianggap rendah.

3. Reliabilitas

Data yang dapat diandalkan dapat diperoleh dari hasil pengukuran yang tetap konsisten; apabila variabel yang diukur mengalami fluktuasi, maka hasil pengukuran dianggap tidak sah (valid). Reliabilitas adalah istilah yang mengindikasikan seberapa jauh hasil pengukuran dalam penelitian dapat dipercaya. Saifuddin, (2020:191) menyatakan bahwa hasil pengukuran reliabel jika data yang dihasilkan tetap konsisten setelah beberapa kali pengujian. Rentang nilai reliabilitas berkisar antara 0,00 hingga 1,0. Ketika nilai reliabilitas mendekati 1,0, itu menunjukkan bahwa

reliabilitas penelitian tinggi. Peneliti menetapkan koefisien reliabilitas yang diinginkan pada angka 0,60. Apabila data menunjukkan koefisien lebih dari 0,60, maka reliabilitas skala penelitian dianggap tinggi. Sebaliknya, jika koefisien hasilnya kurang dari 0,60, skala penelitian dianggap memiliki reliabilitas yang rendah. Peneliti memperoleh estimasi reliabilitas melalui penggunaan uji statistik *Alpha-Cronbach*, yang dapat dibagi menjadi dua bagian dan memenuhi syarat kesetaraan (Azwar, 2007:9)

F. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Alat Ukur

a. Penyesuaian diri

Skala penyesuaian diri pada ujicoba berjumlah 48 aitem, dengan responden ujicoba remaja yang tinggal di panti asuhan yang berbeda dari rempat penelitian yang berjumlah 30 remaja. Dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation* berdasarkan $r_{xy} \geq 0{,}30$ dapat diketahui bahwa hasil dari ujicoba sebanyak 34 aitem dinyatakan valid dan 14 aitem dinyatakan gugur. Nomor aitem yang gugur pada ujicoba adalah 1, 7, 10, 14, 18, 19, 20, 24, 26, 30, 37, 39, 41, 46. Berikut tabel *blue print* skala peyesuaian diri sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 3. 5 Hasil Ujicoba Validitas Skala Penyesuaian Diri

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan.	Mampu mengendalikan amarah	**1**,25	13,**37**	4
		Tidak berlarut-larut dalam kesedihan	2,**26**	**14**,38	4
2.	Kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri.	Bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.	3,27	15,**39**	4
		Tidak mengakui kegagalan dan melakukan mekanisme pertahanan diri	4,28	16,40	4

		seperti rasionalisasi, proyeksi, maupun kompensasi.			
3.	Kemampuan mengurangi rasa frustasi.	Tidak merasa stress saat menghadapi suatu masalah	5,29	17,**41**	4
		Tidak melampiaskan amarah dengan melakukan perilaku yang menyimpang.	6,**30**	**18**,42	4
4.	Pola pikir rasional dan mengarahkan diri.	Mengetahui akibat dari setiap tindakan yang diambil.	**7**,31	**19**,43	4
		Menghadapi konflik dengan berfikir rasional untuk mengarahkan tingkah laku yang sesuai	8,32	**20**,44	4
5.	Kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu.	Individu mampu mengambil hikmah dari kejadian yang terjadi di masa lalu.	9,33	21,45	4
		Proses belajar yang berkesinambungan untuk memperoleh cara dalam menghadapi masalah.	**10**,34	22,**46**	4
6.	Kemampuan bersikap realistik dan objektif.	Melihat suatu kejadian secara objektif	11,35	23,47	4
		Menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan dirinya	12,36	**24**,48	4
Total					48

Keterangan: **(*) merupakan aitem yang gugur**.

b. Kelekatan emosional

Skala kelekatan emosional pada ujicoba berjumlah 36 aitem, dengan item yang dinyatakan valid sebanyak 27 aitem dan 9 aitem dinyatakan gugur. Dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation* berdasarkan $r_{xy} \geq 0{,}30$ dapat diketahui bahwa nomor aitem yang gugur pada ujicoba adalah 1, 5, 10, 12, 15, 26, 32, 35, 36. Berikut tabel *blue print* skala kelekatan sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 3. 6 Hasil Ujicoba Validitas Skala Kelekatan Emosional

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Kepercayaan (*trust*)	Percaya bahwa orangtua mampu memahami perasaan anak.	**1**,13,25	7,19,31	6
		Keyakinan bahwa orangtua mampu memenuhi kebutuhan anak.	2,14,**26**	8,20,**32**	6
2.	Komunikasi (*communication*)	Kualitas komunikasi secara lisan.	3,**15**,27	9,21,33	6
		Keterbukaan anak pada orangtua.	4,16,28	**10**,22,34	6
3.	Keterasingan (*alienation*)	Perasaan terasing jika berjauhan dengan orangtua.	**5**,17,29	11,23,**35**	6
		Merasa diabaikan jika tidak interaksi secara intens dengan orangtua.	6,18,30	**12**,24,**36**	6
Total					36

Keterangan: **(*) merupakan aitem yang gugur**.

c. Regulasi diri

Skala regulasi diri pada ujicoba berjumlah 48 aitem, dengan item yang dinyatakan valid sebanyak 31 aitem dan 17 aitem dinyatakan gugur. Dilihat dari *Corrected Item-Total Correlation* berdasarkan $r_{xy} \geq 0{,}30$ dapat diketahui bahwa nomor aitem yang gugur pada ujicoba adalah nomor 3, 5, 7, 9, 14, 18, 19, 21, 25, 32, 34, 38, 40, 41, 44, 46, 48. Berikut tabel *blue print* skala regulasi sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 3. 7 Hasil Ujicoba Validitas Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav.	*Unfav.*	
1.	Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri.	Menetapkan standar perilaku yang dapat diterima Masyarakat	1,**25**	13,37	4
		Mengidentifikasi tujuan yang ingin dicapai	2,26	**14**,**38**	4

		individu			
2.	Pengaturan emosi	Kemampuan mengontrol perasaan senang, sedih, marah, benci, dan gelisah agar tidak berlebihan.	**3**,27	15,39	4
		Menafsirkan perisiwa yang telah terjadi secara positif.	4,28	16,**40**	4
3.	Insruksi diri	Mengambil keputusan mengenai tindakan dengan tepat pada situasi tertentu.	**5**,29	17,**41**	4
		Mengarahkan diri untuk dalam menfilter tindakan sehingga bisa meminimalisir kemungkinan terburuk yang akan terjadi.	6,30	**18**,42	4
4.	Monitoring diri	Mengamati diri seberapa baik tindakan yang telah diambil	**7**,31	**19**,43	4
		Mengetahui kekurangan dan kelebihan diri sendiri.	8,**32**	20,**44**	4
5.	Evaluasi diri	Mengukur perilaku berdasar standar diri	**9**,33	**21**,45	4
		Menilai perilaku berdasar standar diri	10,**34**	22,**46**	4
6.	Kontingensi	Memberi penguatan positif kepada diri sendiri ketika berhasil mencapai tujuan	11,35	23,47	4
		Memberikan hukuman (*punishment*) jika gagal dalam mencapai tujuan	12,36	24,**48**	4
Total					48

Keterangan: **(*) merupakan aitem yang gugur**.

2. **Reliabilitas Alat Ukur**

a. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri

Tabel 3. 8 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	36

b. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala Kelekatan Emosional

Tabel 3. 9 Reliabilitas Skala Kelekatan Emosional

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	28

c. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala Regulasi Diri

Tabel 3. 10 Reliabilitas Skala Regulasi Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	48

Berdasarkan uji reliabilitas yang dilakukan peneliti, skala penyesuaian diri memiliki hasil *Conbrach's Alpha* 0,832, skala kelekatan emosional hasil *Conbrach's Alpha* 0,859, dan skala regulasi diri hasil *Conbrach's Alpha* 0,883. Maka ketiga variabel tersebut bisa dinyatakan reliabel karena skor koefisien hasil *Conbrach's Alpha* > 0,60.

G. **Analisis Data**

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menentukan apakah distribusi data dalam penelitian ini bersifat normal. Selain itu, uji ini bertujuan untuk memverifikasi apakah data dari sampel dan populasi mengikuti distribusi normal (Abdullah, 2015:322). Uji normalitas yang diterapkan dalam penelitian ini

menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov untuk membandingkan distribusi empiris berdasarkan frekuensi kumulatif. Data dianggap memiliki distribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (sig>0,05).

b. Uji Linieritas

Pentingnya uji linieritas terletak pada evaluasi apakah ada hubungan linier antara variabel-variabel penelitian, yakni variabel dependen dan variabel independen. Maka dalam penelitian ini, uji linieritas digunakan untuk mengetahui korelasi antara variabel kelekatan emosional dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri remaja. Analisis dilaksanakan dengan memanfaatkan uji linieritas menggunakan *SPSS 26 for Windows* dengan tingkat signifikansi kurang dari 0,05. Hubungan linier antara dua variabel dapat dianggap signifikan apabila memiliki nilai p<0,05 dan nilai *deviation from linearity* P>0,05 (Purnomo,2016:94).

2. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, digunakan uji hipotesis *multiple correlation* setelah sebelumnya dilakukan analisis korelasi *product moment* untuk menilai apakah terdapat korelasi antara variabel dependen dan variabel independen (Sugiyono, 2018:242). Uji hipotesis *multiple correlation* bertujuan untuk menilai seberapa kuat korelasi antara dua atau lebih variabel independen dengan variabel dependen. Jika hasil uji hipotesis kurang dari 0,05, maka hipotesis dapat diterima; namun, jika hasilnya lebih dari 0,05, maka hipotesis ditolak. Untuk menilai kekuatan hubungan antar variabel, dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi yang berkisar antara -1 hingga 1. Sedangkan arah hubungan dinyatakan semakin kuat (dengan tanda +) atau semakin lemah (dengan tanda -). Kekuatan hubungan dikategorikan dalam tabel berikut:

Nilai r_{xy}	Intepretasi (tingkat hubungan)
0,00-0,20	Sangat lemah
0,20-0,40	Lemah
0,40-0,70	Cukup/sedang
0,70-0,90	Kuat
0,90-1,00	Sangat kuat

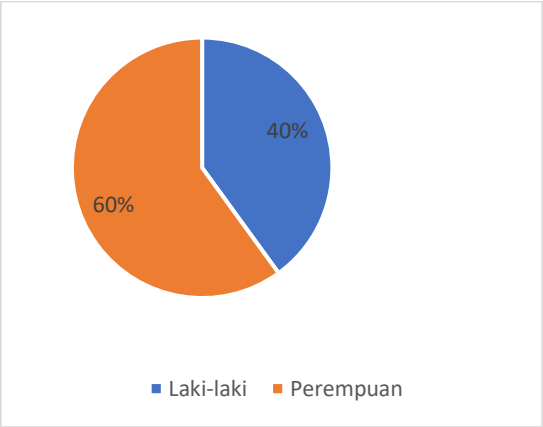
BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

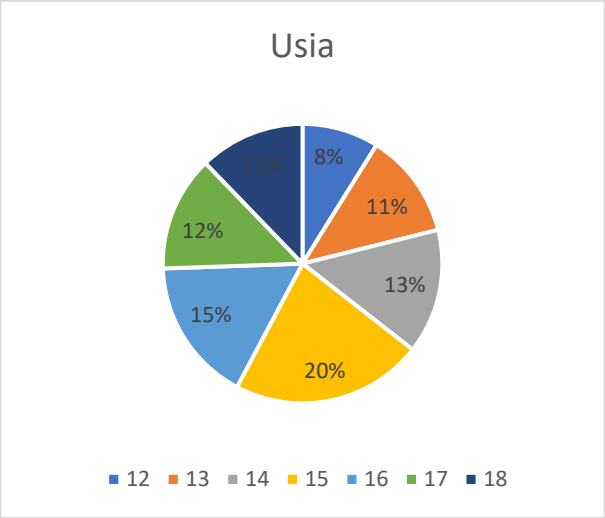
Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalaj remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan kota Semarang yang berusia 12-18 tahun dengan jumlah sebanyak 65 remaja. Berikut sebaran subjek dalam penelitian ini.

Tabel 4. 1 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin



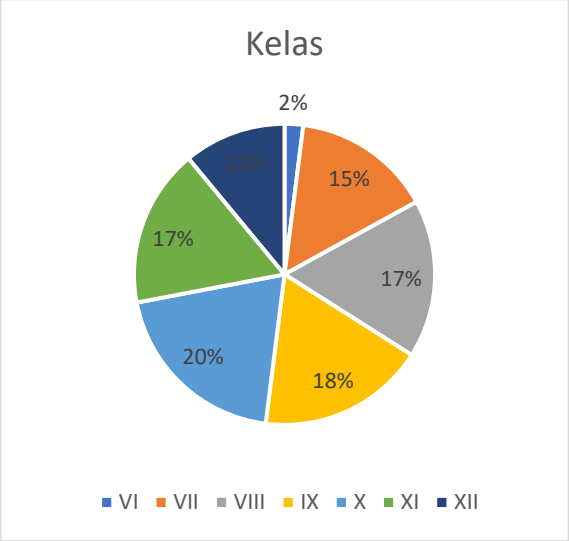
Berdasarkan tabel diatas subjek berjenis kelamin laki-laki berjumlah 26 remaja dengan persentase sebesar 40%. Sementara subjek berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 remaja yang memiliki persentase sebanyak 60%.

Tabel 4. 2 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Usia



Berdasarkan tabel 4.2. mengenai subjek penelitian berdasarkan usia diketahui bahwa sebanyak 5 atau 8% remaja berusia 12 tahun, 7 atau 11% remaja berusia 13 tahun, 12 atau 23% remaja yang berusia 14 tahun, 13 atau 20% remaja yang berusia 15 tahun, 10 atau 15% remaja yang berusia 16 tahun, 8 atau 12% remaja yang berusia 17 tahun, dan 7 atau 11% remaja yang berusia 18 tahun.

Tabel 4. 3 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas



Tabel 4.3. deskripsi subjek berdasarkan kelas dapat diketahu bahwa sebanyak 1 atau 2% remaja masih di bangku sekolah dasar kelas VI, 10 atau 15% remaja di bangku SMP kelas VII, 11 atau 17 remaja di kelas VIII SMP, 12 atau 18% remaja berada di kelas IX, 13 atau 20% remaja berada di kelas X SMA, 11 remaja atau 17% remaja di kelas XI, dan 7 atau 11% remaja berada di bangku kelas XII SMA.

2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 02 Maret tahun 2024 dengan menggunakan kuisioner dalam bentuk kertas yang diberikan secara langsung oleh peneliti dan diisi secara langsung oleh subjek penelitian, yaitu remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan kota Semarang. Jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh, sehingga saeluruh populasi dalam penelitian ini menjadi sampel yang berjumlah 65 remaja. Deskripsi mengenai kelekatan emosional dan

regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja didapatkan dengan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows.*

3. Deskripsi Data Penelitian

Kategori dari masing-masing variabel adalah kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Kategori yang didapatkan berupa jumlah subjek (N), *minimum*, *maximum*, *mean*, dan *standar deviasi*. Hasil olah uji deskriptif dengan olah data statistik dengan bantuan SPSS 26 for windows dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 4 Data Deskripsi Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja

Deskriptive statistic

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Standar deviasi
Penyesuaian diri	65	51	71	122	100.86	9.64993
Kelekatan emosional	65	36	49	85	69.56	7.43297
Regulasi diri	65	35	79	114	94.41	8.58395
Valid (N) listwise	65					

Berdasarkan hasil uji deskripsi yang tertera pada tabel 4.4. variabel penyesuaian diri (Y) memiliki nilai minimum 71, nilai maximum 122, nilai *mean* 100.86 dan *std. deviation* sejumlah 9.64993. Pada variabel kelekatan emosional memperoleh nilai minimum 49, nilai maximum 85, nilai *mean* 69.56 dan *std. deviation* sebesar 7.43297. sedangkan pada variabel penelitian regulasi diri mendapatkan nilai minimum 79, nilai maximum 114, nilai *mean* 94.41 dan *std. deviation* sebesar 8.58395. Dari data deskripsi yang tertera pada tabel 4.1. dihasilkan kategorisasi skor yang dibagi menjadi tiga yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

a. Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri

Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Penyesuaian Diri Remaja

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X<(M-1SD)	X<91,210	Rendah

(M-1SD) ≤ X < (M + 1SD)	91,210≤ X <110.509	Tinggi
(M+1SD) ≥ X	110.509≥ X	Sedang

Berdasarkan hasil rumusan pada tabel 4.5. bisa diketahui bahwa skala penyesuaian diri dinyatakan tinggi apabila skor yang diperoleh lebih besar dari 110.509. Penyesuaian diri dikatakan sedang apabila memiliki nilai antara 91,210-110.509. Sedangkan penyesuaian diri dikatakan rendah apabila skor yang diperoleh kurang dari 91,210. Berdasarkan karegorisasi tersebut maka hasil yang diperoleh remaja yaitu:

Tabel 4. 6 Distribusi Penyesuaian Diri Remaja

Frequency			Percent	Valid Percents	Cumulative Percents
Valid	Rendah	10	15,4	15,4	15,4
	Sedang	38	58,5	58,5	73,8
	Tinggi	17	26,2	26,2	100,0
	Total	65	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel kategorisasi 4.6. diketahui bahwa sebanyak 10 remaja memiliki penyesuaian diri yang rendah (15,4%), 38 remaja memiliki tingkat penyesuaian diri sedang (58,5%), dan 17 remaja memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi (26,2%). Dapat disimpulkan bahwa rata-rata remaja memiliki tingkat penyesuaian diri remaja dalam kategori sedang.

b. Kategorisasi Variabel Kelekatan Emosional

Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Kelekatan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X< (M-1SD)	X<62,127	Rendah
(M-1SD) ≤ X < (M + 1SD)	62,127≤ X <76,992	Sedang
(M+1SD) ≥ X	76,992≥ X	Tinggi

Berdasarkan hasil rumusan pada tabel 4.7. bisa diketahui bahwa skala kelekatan emosional dinyatakan tinggi apabila skor yang diperoleh lebih besar

dari 76,992. Kelekatan emosional dikatakan sedang apabila memiliki nilai antara 62,127-76,992. Sedangkan kelekatan emosional dikatakan rendah apabila skor yang diperoleh kurang dari 62,127. Berdasarkan karegorisasi tersebut maka hasil yang diperoleh remaja yaitu:

Tabel 4. 8 Distribusi Kelekatan Emosional

Frequency			Percent	Valid Percents	Cumulative Percents
Valid	Rendah	14	21,5	21,5	21,5
	Sedang	40	61,5	61,5	83,1
	Tinggi	11	16,9	16,9	100,0
	Total	65	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel kategorisasi 4.8. dapat disimpulkan bahwa sebanyak 14 remaja memiliki kelekatan emosional yang rendah (21,5%), 40 remaja memiliki tingkat kelekatan emosional sedang (61,5%), dan 11 remaja memiliki tingkat kelekatan emosional yang tinggi (16,9%). Dari data tersebut bisa dilihat bahwa rata-rata remaja memiliki hubungan kelekatan emosional yang sedang dengan orangtua.

c. Kategorisasi Variabel Regulasi Diri

Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Kelekatan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X<(M-1SD)	X<85.826	Rendah
(M-1SD) $\leq X <$ (M + 1SD)	85.826$\leq X <$102,993	Sedang
(M+1SD) $\geq$ X	102,993 $\geq$ X	Tinggi

Berdasarkan hasil rumusan pada tabel 4.9. bisa diketahui bahwa skala regulasi diri dinyatakan tinggi apabila skor yang diperoleh lebih besar dari 102,993. Regulasi diri dikatakan sedang apabila memiliki nilai antara 85.826-102,993. Sedangkan regulasi diri dikatakan rendah apabila skor yang diperoleh kurang dari 85.826. Berdasarkan kategorisasi tersebut maka hasil yang diperoleh remaja yaitu:

Tabel 4. 10 Distribusi Regulasi Diri

Frequency			Percent	Valid Percents	Cumulative Percents
Valid	Rendah	11	16,9	16,9	16,9
	Sedang	44	67,7	67,7	84,6
	Tinggi	10	15,4	15,4	100,0
	Total	65	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel kategorisasi 4.10. dapat disimpulkan bahwa sebanyak 11 remaja memiliki regulasi diri yang rendah (16,9%), 44 remaja memiliki tingkat regulasi diri sedang (67,7%), dan 10 remaja memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi (15,4%). Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki tingkat regulasi diri yang sedang.

B. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan peneliti dengan menggunakan bantuan *SPSS 26 for windows* untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal. Data diolah dengan menggunakan uji *one-sample kolmogorov-smirnov* dengan membandingkan distribusi data secara empiris yang didasarkan pada frekuensi kumulatif. Data dapat dikatakan normal jika memiliki nilai signifikasi residual lebih dari 0,05 (sig>0,05).

Tabel 4. 11 Uji Normalitas Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		65
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.95248715
Most Extreme Differences	Absolute	.074
	Positive	.074

	Negative	-.070
Test Statistic		.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilihat dari tabel 4.11. bisa diketahui bahwa hasil *kolmogorov-smirnov* menunjukkan nilai sebesar 0,200. Maka nilai signifikasi residual lebih dari 0,05, sehingga data dapat dikatakan memiliki distribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan setelah melakukan uji normalitas yang berfungsi untuk mengetahui signifikansi hubungan antara variabel dependen dan independent. Uji linieritas dilakukan dengan bantuan SPSS 26 *for windows* yang menggunakan *test for linearity* dengan taraf *linierity* p < 0,05 dan nilai *deviation from linearity* P>0,05 (Purnomo,2016:94).

Tabel 4. 12 Uji Normalitas Kelekatan Emosional, Regulasi Diri dan Penyesuaian Diri Remaja

Variabel	*Linearity*	*Deviation From Linierity*	Keterangan
Kelekatan emosional dengan penyesuaian diri.	0,000	0,028	Linier
Regulasi diri dengan penyesuaian diri.	0,000	0,527	Linier

Berdasarkan tabel 4.12. dapat disarikan bahwa kedua variabel kelekatan emosional (X1) dan regulasi diri (X2) memiliki *linearity* (korelasi) dengan variabel penyesuaian diri (Y) karena nilai p<0,05. Namun, jika dilihat dari standar deviasi p>0,05 hanya variabel regulasi diri (X2) yang memiliki hubungan yang linier dengan variabel penyesuaian diri (Y). Meskipun nilai deviasi pada variabel X1 p<0,05, namun variabel kelekatan emosional (X1) dengan penyesuaian diri (Y) dapat dikatakan linier. Hal ini didasarkan pada

kesimpulan Widhiarso (2010) yang menyatakan bahwa meskipun nilai *deviation from linearity* tidak memenuhi (signifikan) namun *linearity* nya memenuhi maka data yang diperoleh dapat diasumsikan linier.

C. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 26 *for windows*, dengan teknik *multiple correlation* (korelasi berganda). Hipotesis dinyatakan diterima apabila memiliki nilai p<0,05. Jika nilai p>0,05, maka hipotesis dinyatakan ditolak. Hasil uji hipotesis sebagai berikut:

1. Uji Hipotesis Pertama

Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Pearson Kelekatan Emosional dengan Penyesuaian Diri Remaja

Correlations

		KELEKATAN EMOSIONAL	PENYESUAIAN DIRI
KELEKATAN EMOSIONAL	Pearson Correlation	1	.289*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	65	65
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	.289*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	
	N	65	65

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil analisis korelasi dari variabel kelekatan emosional dan penyesuaian diri memiliki nilai *sig.* (*2-tailed*) 0,019<0,05 dan nilai *pearson correlation* sebesar 0,289. Maka, hasil uji hipotesis pertama dinyatakan diterima karena nilai p<0,05. Artinya terdapat hubungan antara kelekatan emosional dan penyesuaian diri dengan arah hubungan yang positif. Namun, untuk tingkatan korelasi hubungan dikategorikan lemah yang terlihat dari nilai pearson 0,289 berada dalam rentang nilai 0,20-0,40.

2. Uji Hipotesis Kedua

Tabel 4. 14 Hasil Uji Korelasi Pearson Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja

Correlations

		REGULASI DIRI	PENYESUAIAN DIRI
REGULASI DIRI	Pearson Correlation	1	.448**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	65	65
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	.448**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	65	65

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Analisis korelasi variabel regulasi diri dengan penyesuaian diri menunjukkan nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000<0,05 dan nilai *pearson correlation* 0,448. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis kedua dinyatakan diterima. Terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang memiliki arah hubungan positif. Tingkat korelasi dalam hipotesis kedua iinii dinyatakan dalam kategori sedang karena nilai *pearson correlation* 0,448 yang berada dalam rentang 0,40-0,60.

3. Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 4. 15 Hasil Uji Korelasi Pearson Kelekatan Emosional dan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja

Model Summary

					Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df 1	df 2	Sig. F Change
1	.484[a]	.234	.209	9.096	.234	9.469	2	62	.000

a. Predictors: (Constant), REGULASI DIRI, KELEKATAN EMOSIONAL

Analisis korelasi dengan menggunakan *model summary*, dapat diketahui nilai sig. antara kelekayan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja adalah 0,00. Artinya nilai korelasi dinyatakan signifikan karena nilai *sig. F Change*

<0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis dinyatakan diterima karena terdapat hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan kota Semarang. Selanjutnya, nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,484, sehingga dapat dinyatakan bahwa tedapat hubungan yang sedang antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan kota Semarang.

Berdasarkan hasil analisis data, dapat dilihat bahwa nilai koefisien korelasi dan sifgnifikansi dapat disimpulkan: *pertama*, terdapat hubungan yang lemah antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang. *Kedua*, terdapat hubungan yang sedang antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang. *Ketiga*, terdapat hubungan yang sedang antara kelekatan emosional dan regulasi diri pada penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang.

D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang. Berdasarkan data penelitian terdapat sampel penelitian sejumlah 65 remaja yang berpartisipasi dalam penelitian dengan 26 atau 40% remaja laki-laki dan 39 atau 60% remaja perempuan.

Berdasarkan tabel kategorisasi analisis deskriptif variabel kelekatan emosional remaja berada dalam kategori sedang, dengan jumlah kategori tertinggi sebanyak 11 remaja (16,9%). Selanjutnya, variabel regulasi diri remaja berada dalam kategori sedang, dengan kategori tinggi sebamyak 10 remaja atau sebanyak 15,4%. Dan data tentang penyesuaian diri berada dalam kategori sedang dengan kategori tinggi sebanyak 17 remaja atau sebanyak 26,2%.

Hasil uji hipotesis penelitian yang *pertama*, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kelekatan emosional dengan penyesuaian diri. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson* dan didapatkan hasil nilai *sig.* (*2-tailed*) 0,019 (p<0,05) yang artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Nilai *pearson correlation* sebesar menunjukkan angka sebesar 0,289 yang artinya kelekatan emosional berhubungan secara positif.. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kelekatan emosional dengan penyesuaian diri ke arah positif. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kelekatan emosional remaja dengan orangtua maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah kelekatan emosional antara remaja maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nuraini (2018:202) yang menunjukkan hubungan signifikan ke arah positif antara kelekatan terhadap ibu dengan penyesuaian diri remaja disabilitas. Artinya semakin tinggi kelekatan terhadap ibu maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja disabilitas fisik. Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Ramadhani, et al (2018:90) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan secara positif antara kelekatan dengan orangtua dan penyesuaian diri siswa. Kemampuan penyesuaian diri remaja dipengaruhi oleh kelekatan dengan orangtua yang dijalin sejak dini. Ali dan Asrori (2006) menyatakan bahwa lingkungan keluarga memiliki sangat mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri remaja karena keluarga terutama orangtua sangat berperan dalam membentuk karakter anak. Fase awal pembentukan karakter anak akan menjadi referensi kepribadian anak pada fase remaja dan dewasa. Di lingkungan keluarga anak tumbuh dan belajar tentang nilai-nilai positif dan nilai keagamaan sehingga terciptanya kepribadian yang baik dan kemampuan penyesuaian diri baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. maka dari itu kelekatan emosional dengan orangtua penting agar remaja bisa menyesuaikan diri dengan baik.

Aspek-aspek kelekatan emosional menurut Armsden dan Greenberg (1987:428) yaitu kepercayaan (keyakinan bahwa orang tua dan teman sebaya individu dapat memahami serta merespon terhadap kebutuhan dan keinginannya), komunikasi (pandangan individu terhadap orang tua dan teman sebaya sebagai pihak yang peka dan responsif terhadap emosi yang mereka alami), dan keterasingan (perasaan isolasi, kemarahan, dan pengalaman yang terkait dengan perpisahan dalam konteks hubungan individu dengan keluarga dan teman-temannya). Aspek kepercayaan dan komunikasi dalam kelekatan emosional terdapat hubungan dengan faktor penyesuaian diri menurut

Schneiders (1964) yaitu kondisi lingkungan internal rumah. Ketika remaja memiliki kelekatan yang *secure* dengan orangtua maka remaja akan memiliki kemampuan dalam merespon dan menyelesaikan situasi yang tidak menyenangkan. Sebaliknya kelekatan yyang bersfiat *insecure* akan membuat remaja memiliki perasaan terisolasi, kesulitan dalam mengungkapkan emosi dan cenderung untuk menutup diri karena tidak ada keyakinan bahwa tidak adanya rasa aman dan tidak ada orang lain yang dapat memahami remaja.

Kelekatan emosional dengan orangtua menurut Armsden dan Greenberg (1987:428) merupakan ikatan yang kuat dan bersifat khusus. Didalamnya terdapat proses timbal balik antara anak dengan figur yang paling penting dalam kehidupannya. Kelekatan daari proses pengalaman interaksi antara remaja dengan orangtua membentuk kerangka kerja internal yang menentukan nilai positif atau negatif antara individu dengan pengasuhnya. Proses pengalaman ini akan melekat di ingatan anak yang kemudian digeneralisasikan dan digunakan dalam hubungannya dengan orang lain saat kehidupannya lebih dewasa di masa depan (Baron dalam Wicaksono & Mahmudah, 2018:188). Dalam proses pembentukan kelekatan, jika terjadi hal yang tidak menyenangkan dan menimbulkan perasaan marah terhadap figur penting (orangtua) akan menjadi penyebab remaja kesulitan dalam penyesuaian diri. Maka, kualitas kelekatan emosional antara remaja dengan orangtua akan mempengaruhi kualitas penyesuaian diri di lingkungan baru tanpa kehadiran orang tuanya (Melendez et al., 2010:419).

Hipotesis *kedua*, yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang. Hasil uji hipotesis penelitian ini ditemukan bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Hal ini didasarkan pada data dengan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 ($p<0,05$), maka hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima. Artinya semakin tinggi regulasi diri remaja maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Nilai *pearson correlation* menunjukkan angka sebesar 0,448 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel regulasi diri berhubungan secara positif dengan penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Atiyah et al., (2020:42) yang menunjukkan adanya hubungan yang positif dan sangat signifikan antara variabel

regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja. Artinya semakin tinggi tingkat regulasi maka semakin tinggi pula penyesuaian diri remaja. Selain itu penelitian ini juga selaras dengan penelitian Riskiyani et al., (2017:11), dalam penelitiannya ditemukan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri siswa SMP. Regulasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Hail ini dikaitkan dengan bagaimana cara individu untuk mengatur diri sendiri dalam lingkungan sosialnya. Bandura dalam (Istriyanti dan Nicholas 2014:303) menyatakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan individu dalam mengontrol perilaku serta merupakan salah satu penggerak utama dalam kepribadian manusia, diantaranya terdiri dari pengamatan, penilaian, dan respon diri. Regulasi diri sebagai kemampuan untuk mengatur diri berfungsi agar remaja mampu beradaptasi di ingkungan panti asuhan baik dari peraturan yang ditetapkan maupun dalam berbagai kegiatan remaja sehari-hari baik di panti asuhan, di sekolah, maupun di lingkungan masyarakat setiap harinya.

Adapun aspek-aspek regulasi diri menurut Bandura, Schunk dan Zimmermann (dalam Ormrod, 2011:132-133) ada 6 aspek regulasi diri, yaitu standar dan tujuan yang ditentukan sendiri (kriteria tertentu untuk mengevaluasi pencapaian dalam situasi khusus), pengaturan emosi (cara menjaga atau mengelola perasaan senang, sedih, marah, benci, gelisah, dan perasaan-perasaan lainnya supaya tidak berlebihan yang mengakibatkan munculnya respon-respon kontraproduktif), instruksi diri (perintah yang diberikan kepada diri sendiri untuk mengingatkan diri sendiri tentang tindakan yang tepat pada situasi tertentu), monitoring diri (mengamati diri sendiri saat sedang melakukan perilaku tertentu untuk menyadari seberapa baik individu melakukan hal tersebut dan membuat kemajuan yang mengarah pada tujuannya), evaluasi diri (memberikan penilaian terhadap perilaku diri sendiri dengan mengevaluasi diri secara objektif dan akurat), dan kotingensi (penguatan (*reinforcement*) atau hukuman (*punishment*) yang ditetapkan oleh diri sendiri yang menyertai perilaku). Regulasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu (Ali & Asrori, 2017:184). Hal tersebut membuktikan bahwa untuk mencapai penyesuaian diri yang baik dibutuhkan adanya regulasi diri yang tinggi.

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi didapatkan hasil rata-rata sebanyak 44 atau 67,7% remaja memiliki regulasi diri yang berada di tingkat sedang. Hal ini

mengindikasikan bahwa dengan berbagai keterbatasan yang dimiliki remaja di panti asuhan, melakukan remaja mampu mengelola perilaku dengan cukup baik di lingkungan panti asuhan. Remaja yang memiliki regulasi diri yang tinggi sebanyak 10 atau 15,4% mengindikasikan kemampuan dalam mengelola diri, memiliki kepekaan bagaimana harus bersikap dengan baik dan memiliki pertimbangan apakah perilakunya akan menimbukan masalah di masa depan. Sedangkan 11 atau 16,9% remaja memiliki regulasi diri rendah yang mengindikasikan remaja belum mampu mengelola diri dengan baik dan belum memiliki kestabilan emosi yang baik. Ketidakmampuan dalam mengelola diri akan menjadi hambatan bagi remaja dalam menyesuaikan diri di lingkungannya. Hal ini didukung dengan pendapat Bandura yang menyatakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan manusia untuk mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan secara kognitif, serta memberlakukan konsekuensi dalam perilakunya sendiri (dalam Musyrifah, 2016:20).

Hasil hipotesis *ketiga*¸ dirumuskan adanya hubungan antara variabel kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X, Ngaliyan, kota Semarang. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi ganda yang dilihat dari nilai probabilitas *(sig. F Change)* 0,000 ($p<0,05$) maka dapat dinyatakan hipotesis ketiga diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja. Nilai korelasi (R) sebesar 0,484 menandakan bahwa adanya hubungan secara positif antara kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja.

Berdasarkan data distribusi frekuensi penyesuaian diri didapatkan hasil sebanyak 10 atau 15,4% remaja memiliki penyesuaian diri yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja memiliki banyak konflik dalam dirinya sehingga belum mampu merespon dengan baik setiap remaja menghadapi situasi yang membuatnya tidak aman. Sebanyak 38 atau 58,5% remaja memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang. Jumlah tersebut merupakan jumlah kebanyakan yang artinya rata-rata remaja memiliki penyesuaian diri yang sedang. Artinya remaja baru memiliki kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri namun memiliki kecenderungan untuk merasakan atau mengalami konflik. Hambatan dalam penyesuaian diri remaja dalam tingkat ini dikarenakan adanya frustasi personal ketika remaja merasa tertekan. Yang terakhir, sebanyak 17 atau 26,2% remaja memiliki

tingkat penyesuaian diri yang tinggi yang mengindikasikan bahwa remaja memiliki kemampuan dalam merespon setiap keadaan dan mengubah perilakunya agar dapat diterima di lingkungan panti asuhan dengan mengikuti aturan yang ada.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraini (2018:202) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan secara positif dan signifikan antara kelekatan terhadap ibu terhadap penyesuaian diri pada remaja disabilitas fisik. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani et al., (2018:90) juga menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara kelekatan orangtua dengan penyesuaian diri, artinya semakin tinggi kelekatan siswa dengan orangtua maka semakin tinggi pula penyesuaian diri siswa. Namun, kelekatan memberikan sumbangan positif pada penyesuaian diri sebanyak 32,9% dan 67,1% didasarkan pada faktor lain. Orangtua berperan dalam penyesuaian diri remaja karena orangtua dapat menciptakan perasaan aman, senang, dan berharga yang dirasakan remaja. Hal tersebut berkaitan dengan kesejahteraan remaha yang ditandai dengan perilaku remaja yang positif, memiliki performa akademik yang baik, interpersonal yang baik serta remaja tidak melakukan tindakan yang menyimpang. Kesejahteraan ini merupakan salah satu kerangka psikologis yang memahami kebahagiaan dan perkembangan pemenuhan potensi diri individu (Asrori & Ali, 2006).

Sejalan dengan ungkapan Willis (1994:43) mengenai ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri disebabkan karena faktor pengalaman terdahulu yang dialami individu. Artinya remaja yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah memiliki konflik dan rintangan hidup tidak menyenangkan dimasa kecilnya. Begitu juga sebaliknya, jika pada masa kanak-kanak individu mengalami banyak keberhasilan maupun kebahagiaan maka individu akan memiliki pandangan yang positif terhadap masalah yang dihadapi. Pengalaman masa kanak-kanan berkaitan dengan kelekatan emosional yang terjalin dengan orangtua. Dalam penelitian Rahmah et al., (2014:4) ditemukan bahwa beberapa masalah penyesuaian diri anak di panti asuhan adalah masalah penyesuaian diri dengan teman sebaya, pengasuh, masyarakat panti asuhan dan di lingkungan sekolah.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Constantria (2019:57) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dan penyesuaian diri, semakin tinggi regulasi diri maka semakin tinggi penyesuaian diri individu,

demikian sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin rendah penyesuaian diri individu.

Aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1964:274-276) ada 6 yaitu kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan (ketidakadaan gejolak emosi yang berlebihan), kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri (keterbukaan dan kejujuran merupakan reaksi yang normal dalam situasi tekanan dan tuntutan harus segera diselesaikan), kemampuan mengurangi rasa frustasi (ketiadaan gejala-gejala depresi atau stress), pola pikir rasional dan mengarahkan diri (kognitif individu dalam mempertimbangkan konsekuensi), kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu (aktivitas kognitif dan dilakukan dengan maksud untuk menyelesaikan masalah) serta kemampuan bersikap realistik dan objektif (individu mengarahkan diri terhadap realitas yang ada). Aspek dalam penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan regulasi diri individu. Sehingga dapat dikatakan bahwa jika remaja memiliki regulasi diri yang baik maka akan dapat menyesuaian diri dengan baik juga.

Masa remaja merupakan masa perubahan diantaranya perubahan fisik, kognitif, emosional dan sosialnya, masa remaja juga sering bermasalah karena pencarian identitas, masa dimana menimbulkan ketakutan, tidak realistis dan ambang dari kedewasaan sehingga dengan mudah dapat dipengaruhi (APA, 2002). Hurlock (1980) menyatakan bahwa remaja merupakan individu dengan usia 12-18 tahun. Menurut Erikson fase ini, remaja mengalami fase pencarian identitas (*identity versus confusion*) yang mana remaja akan mengalami berbagai gangguan yang harus diatasi untuk mencapai identitasnya ((dalam Mokalu & Boangmanalu, 2021:183). Peran orangtua menjadi sangat vital dalam mengarahkan remaja untuk menghindari kebingungan (*confusion*) dalam mencarai pedoman saat menjalani fase remajanya (Solobutina, 2020).

William Kay (dalam Jahja, 2011:238) mengemukakan bahw tugas perkembangan remaja adalah menerima disiknya sendiri dengan keragaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari figur lekatnya, mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebayanya secara individual maupun kelompok, menemukan *role model* yang dijadikan identitas pribadinya, menerima dirinya dam percaya terhadap kemampuannya sendiri, meningkatkan kemampuan *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) berdasarkan prinisip atau falsafah hidup

(*weltanschauung*), serta meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (siap/prilaku) kekanak-kanakan. Jika tugas perkembangan tidak dilewati dengan baik maka akan terjadi hambatan dan kegagalan dalam menjalani fase kehidupan selanjutnya yakni fase dewasa. Kematangan fisik dan psikis remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga yang sehat dan lingkungan masyarakat yang mendukung tumbuh kembang remaja ke arah yang positif (Jannah, 2016:244).

Remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang harus mengikuti aturan yang ditetapkan di panti asuhan yang menetapkan kegiatan layaknya di pondok pesantren. Proses penyesuaian diri remaja sangat juga berkaitan dengan proses menimba ilmu baik secara formal maupun informal. Sehingga penyesuaian diri yang baik diperlukan agar proses pencapaian belajar remaja tidak terhambat oleh berbagai hal seperti kemalasan, melanggar aturan yang ditetapkan, tidak berperilaku baik, maupun hal lainnya (Wicaksono & Mahmudah 2018:187). Remaja yang tinggal di panti asuhan harus tinggal dalam kurun waktu yang lama, bersosialisasi dengan orang yang sama baik secara individual maupun kelompok rentan menimbulkan kejenuhan dan perselisihan antar teman sebaya. Disisi lain kondisi remaja yang tinggal berjauhan dan terbatasnya interaksi dengan orangtua menimbulkan kelonggaran pengawasan terhadap perilaku remaja.

Pengasuh sebagai pengganti orangtua remaja yang tinggal di panti asuhan tidak dapat mengawasi semua anak asuhnya secara teliti. Sehingga pengasuh mengalami kesulitan untuk membantu remaja dalam menyelesaikan masalah penyesuaian dirinya secara keseluruhan. Disamping itu pengasuh melakukan beberapa tindakan preventif yang menjaga remaja untuk tidak melakukan kenakalan-kenakalan remaja dan membangun rasa kepercayaan diri. Stigma di mata masyarakat sebagai anak panti asuhan mempengaruhi psikologis remaja.

Dari hasil hipotesis ketiga dapat dilihat bahwa kemampuan penyesuaian diri remaja berada pada tingkat sedang. Hal ini dikarenakan faktor tuntutan lingkungan yang mengharuskan remaja mampu beradaptasi. Pengasuh melakukan usaha terbaik dalam menggantikan peran orangtua dengan menjalin kedekatan emosional dengan remaja dalam kurun waktu yang lama. Pengasuh menekankan kepada remaja bahwa remaja bukan anak panti melainkan santri yang sedang belajar ilmu agama. Pengasuh sebagai *role model* remaja di panti asuhan selalu memberikan motivasi bahwa remaja adalah

orang sukses di masa depan, sehingga tugas remaja saat ini hanyalah belajar dengan baik. Upaya pengasuh dalam memberikan dukungan yang positif kepada remaja membuat remaja mampu menyesuaiakan diri dengan baik.

Kelekatan emosional merupakan pondasi dimana nilai-nilai positif ditanamkan oleh orangtua. Hal ini akan diingat remaja di lingkungan manapun, sehingga ketika akan melakukan hal-hal yang salah remaja akan mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatannya. Orangtua sebagai lingkungan primer anak berpengaruh pada pembentukan regulasi diri remaha dengan cara mengidentifikasi keperluan, kebutuhan dan memberikan petunjuk sehingga remaja memiliki motivasi dari pemodelan yang dilakukan oleh orangtua (Florez, 2011). Kelekatan emosional yang baik akan membentuk regulasi diri yang baik pula. Jika remaja memiliki rangsangan yang baik dari orangtua yang berupa pengetahuan (metakognisi), motivasi, maupun perlakuan yang mengarah ke tindakan positif maka remaja akan memiliki regulasi diri yang baik (Manab, 2016:9). Dapat disimpulkan bahwa jika remaja memiliki kelekatan emosional dan regulasi diri yang baik maka remaja akan memiliki penyesuaian diri yang baik pula.

Penelitian ini disesuaikan dengan prosedur ilmiah yang ditetapkan, meskipun begitu penelitian ini tetap memiliki keterbatasan dalam penelitian. Jumlah subjek yang terbatas dan dalam satu panti asuhan belum bisa menggeneralisir bahwa di panti asuhan lain variabel kelekatan emosional dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Perbedaan latar belakang anak yang tinggal di panti asuhan juga menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Selain itu, terdapat variabel extraneus (variabel bebas yang tidak dapat dikontrol) yang mempengaruhi hasil penelitian. Kondisi ruangan yang digunakan saat penelitian kurang memadai, beberapa subjek datang terlambat serta kondisi suasana hati subjek juga mempengaruhi hasil penelitian. Maka dari itu saran peneliti untuk penelitian selanjutnya untuk menambah detail pada variabel kelekatan emosional dengan figur lekat ayah atau ibu dan lebih memperhatikan dalam pengkondisian saat penelitian. Akan tetapi, peneliti berharap penelitian ini memberikan sumbangsih baru dalam mencari faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja, yakni variabel kelekatan emosional.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil uji hipotesis dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil uji hipotesis pertama diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara antara variabel kelekatan emosional dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Maknanya semakin tinggi kelekatan emosional remaja dengan orangtua maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah kelekatan emosional remaja dengan orangtua maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri remaja.
2. Hasil uji hipotesis kedua diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara antara variabel regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Maknanya semakin tinggi regulasi diri remaja dengan orangtua maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri remaja dengan orangtua maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri remaja.
3. Hasil uji hipotesis ketiga diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara antara variabel kelekatan emosional dan regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di panti asuhan X Ngaliyan, kota Semarang. Maknanya semakin tinggi kelekatan emosional dan regulasi diri remaja dengan orangtua maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah kelekatan emosional dan regulasi diri remaja dengan orangtua maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri remaja.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian yang ditemukan oleh peneliti, maka peneliti memberikan saran diantaranya:

1. Bagi Anak-anak Panti Asuhan

   Diharapkan remaja mampu meningkatkan kelekatan dengan orangtua dan regulasi diri sehingga meminimalisir kesulitan dalam penyesuaian diri baik di lingkungan panti asuhan, sekolah, maupun masyarakat.

2. Bagi Panti Asuhan Terkait

   Diharapkan pengurus panti asuhan bekerja sama dalam memperhatikan sisi psikologis remaja, dengan meningkatkan hubungan emosional yang membantu peningkatan regulasi diri remaja sebagai usaha preventif agar remaja memiliki pengelolaan emosi diri yang baik untuk mencegah kegagalan dalam penyesuaian diri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Dalam penelitian ini terdapat variabel extraneus (variabel bebas yang tidak dapat dikontrol) yang mempengaruhi hasil penelitian dan menjadi keterbatasan dalam penelitian. Kondisi ruangan yang digunakan saat penelitian kurang memadai, beberapa subjek datang terlambat serta kondisi suasana hati subjek juga mempengaruhi hasil penelitian. Maka dari itu saran peneliti untuk penelitian selanjutnya lebih memperhatikan pengkondisian saat penelitian agar data yang dihasilkan apat mengukur apa yang seharusnya diukur dalam menghasilkan data yang valid. Selanjutnya, dalam mengukur variabel kelekatan emosional akan lebih baik jika diteliti lebih dalam kepada figur lekat ayah atau ibu yang mempengaruhi penyesuaian diri. Akan tetapi, peneliti berharap penelitian ini memberikan sumbangsih baru dalam mencari faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja, yakni variabel kelekatan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, M. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Untuk: Ekonomi, Manajemen, Komunikasi, dan ilmu sosial lainnya)* (E. Mahliani, Ed.; 1st ed.). Aswaja Pressindo.

Agusdwitanti, H., Tambunan, S. M., & Retnaningsih. (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, *8*(1).

Ali, M., & Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. PT Bumi Aksara.

Arikunto, S. (1998). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *16*(5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Atiyah, K., Mughni, A., & Ainiyah, N. (2020). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. *M@ddah*, *2*(2).

Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II* (II). Pustaka Pelakar.

Az-Zuhaili, W. (2014). *Tafsir Al-Munir Akidah, Syari'ah, Manhaj jilid 7*. Gema Insani.

Az-Zuhaili, W. (2016). *Tafsir Al-Munir Aqidah, Syari'ah, Manhaj jilid 8*. Gema Insani.

Baradja, A. (2005). *Psikologi Perkembangan : Tahapan-Tahapan dan Aspek-Aspeknya*. Studia Press.

Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J., & Vohs, K. D. (2007). *Self-Regulation and Executive Function 1 Self-Regulation and the Executive Function: The Self as Controlling Agent In A. W. Kruglanski & E. T. Higgins (Eds.), Social psychology: Handbook of basic principles*. The Guilford Press.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss* (Vol. 1). Penguin Books.

Cahyaningtyas, K. D., & Muis, T. (2017). *Peta Masalah Santri dan Kesiapan Guru Bk SMA di Pondok Pesantren Al Fattah Sidoarjo*.

Cartney, K., & Dearing, E. (2002). *Child Development*. Mc Millan Refference USA.

Cervone, D., & Pervin, L. A. (2012). *Kepribadian Teori dan Penelitian*. Salemba.

Choirudin, M. (2016). Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa. *Researchgate*.

Constantria, M. V. (2019). *Hubungan antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas XI SMK Marsudirini Santo Fransiskus Semarang* [Skripsi]. Universitas Semarang.

Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (6th ed.). PT. Remaja Rosdakarya.

Dias, P., & Castillo, J. A. G. del. (2014). Self-regulation and Tobacco Use: Contributes of the Confirmatory Factor Analysis of the Portuguese Version of the Short Self-Regulation Questionnaire. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *159*, 370–374. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.390

Ervika, E. (2005). *Kelekatan (attachment) pada anak*.

Fatimah. (2010). *Psikologi Perkembangan. Cetakan ke III*. Pustaka Setia.

Fatimah, E. (2012). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Pustaka Setia.

Ghufron, M. N., & Rinaswati. S, R. (2016). *Teori-Teori Psikologi* (R. Kusumaningrartri, Ed.). Ar-Ruzz Media.

Gillespie, L. G., & Seibel, N. L. (2006). Self-Regulation a Cornerstone of Early Childhood Development. *Beyond the Journal Young Children*.

Hermenau, K., Eggert, I., Landolt, M. A., & Hecker, T. (2015). Neglect and Perceived Stigmatization Impact Psychological Distress of Orphans in Tanzania. *European Journal of Psychotraumatology*, *6*. https://doi.org/10.3402/ejpt.v6.28617

Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *5*(02).

Hurlock. (2008). *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Erlangga.

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Erlangga.

Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Kencana.

Jannah, M. (2016). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. In *Jurnal Psikoislamedia* (Vol. 1, Issue 1).

Kartono, K. (2008). *Bimbingan Anak dan Remaja yang Bermasalah*. Rajawali Press.

Khaan, T. F., & Jahan, M. (2015). Psychological Well-being and Achievement Motivation among Orphanand Non-orphan Adolescents of Kashmir. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, *6*(8).

Kurnia Illahi, S. P., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan Kelekatan dengan Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *2*(2), 171. https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1854

Lia Sari, S., Devianti, R., & Safitri, aini. (2018). Kelekatan orang tua untuk pembentukan karakter anak. *Educational Guidance and Counseling Development Jounal*, *1*(1), 17–31.

Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, Social Competencies, Social Support, and Psychological Distress. *Journal of Counseling Psychology*, *52*(3), 358–367. https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.358

Mamduh, M. S. (2018). *Kelekatan dan Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren*.

Melendez, Nancy Blanco, & Mickey & Melendez. (2010). The Influence of Parental Attachment on The College Adjustment of White, Black, and Latina or Hispanic Women: A Cross-cultural Investigation. *Journal of College Student Development: Education Data Base*, 419.

Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). Teori psikososial Erik Erikson. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *12*(2), 180–192. https://doi.org/10.31932/ve.v12i2.1314

Moss, E., Bureau, J. F., Béliveau, M. J., Zdebik, M., & Lépine, S. (2009). Links Between Children's Attachment Behavior at Early School-Age, Their Attachment-Related Representations, and Behavior Problems in Middle Childhood. *International Journal of Behavioral Development*, *33*(2), 155–166. https://doi.org/10.1177/0165025408098012

Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). Well-being among boarding school students: academic self-efficacy and peer attachment as predictors. *Psikohumaniora*, *7*(1), 27–38. https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10374

Nuraini, A. F. (2018). *Hubungan kelekatan terhadap ibu dan penyesuaian diri pada remaja disabilitas fisik*. *6*(1), 23–37. http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia

Ormrod, J. E. (2011). *Human Learning* (6th ed.). Pearson.

Putri, F. K. (2019). *Hubungan kelekatan dengan kecerdasan moral pada santri pondok pesantren hasyim asy'ari tegal*.

Qamarina, N. (2017). Peranan panti asuhan dalam melaksanakan fungsi pengganti keluarga anak asuh di UPTD panti sosial asuhan anak harapan kota Samarinda. *EJournal Administrasi Negara*, *5 No. 3*(3), 6488–6501.

Rahmah, S., Ilyas, A., & Nurfarhanah, &. (2014a). Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan. *Konselor*, *3*(3). http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor

Rahmah, S., Ilyas, A., & Nurfarhanah, &. (2014b). Masalah-Masalah yang Dialami Anak Panti Asuhan dalam Penyesuaian Diri dengan Lingkungan. *Konselor*, *3*(3). http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor

Rahman, A. A. (2016). *Metode Penelitian Psikologi* (E. Kuswandi, Ed.). PT Remaja Rosdakarya.

Rahmania, F. A., Fitriyanto, R. E., & Rofiq, M. K. (2018). *Psikoedukasi kelekatan pola asuh orang tua terhadap anak di desa Jelok, Purworejo, Provinsi Jawa Tengah*.

Redshaw, M., & Martin, C. (2013). Babies, "Bonding" and Ideas about Parental "Attachment." In *Journal of Reproductive and Infant Psychology* (Vol. 31, Issue 3, pp. 219–221). https://doi.org/10.1080/02646838.2013.830383

Riskiyani, D., Theresia, M., Hartati, S., & Sugiyo. (2017a). Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa SMP Dilihat dari Segi Kematangan Emosi dan Self Regulation. In *IJGC* (Vol. 6, Issue 4). http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk

Riskiyani, D., Theresia, M., Hartati, S., & Sugiyo. (2017b). Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa SMP Dilihat dari Segi Kematangan Emosi dan Self Regulation. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, *06.*(04), 11.

Sa'adah, A. I. N. A. S. (2018). *Gambaran kelekatan kanak-kanak akhir yang tinggal di pesantren terhadap ibu*.

Santrock, J. W. (2002). *Live Span Development. Terjemahan oleh Achmad Chusairi dan Juda Damanik.* Erlangga.

Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustmentand mental health*. Holt Rineheart & Winston.

Seibert, A. C., & Kerns, K. A. (2009). Attachment Figures in Middle Childhood. *International Journal of Behavioral Development*, *33*(4), 347–355. https://doi.org/10.1177/0165025409103872

Sinambela, L. P. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (1st ed.). Graha Ilmu.

Siregar, S. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual dan SPSS* (1st ed.). Prenadamedia Group.

Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya* (1st ed.). Andi.

Sugiyono. (2014). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta.

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Tindakan Komprehensif*. Alfabeta.

Sunarto, & Hartono, A. (2006). *Perkembangan Peserta Didik*. Rineka Cipta.

Tricahyani, I. A. R., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, *3*(3).

Upton, P. (2012). *Psikologi Perkembangan. Terjemahan oleh Noermalasari Fajar Widuri*. Erlangga.

Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory, and Applications*. The Guilford Press.

Wibowo, N. R., & Wimbarti, S. (2019). The perception of attachment effect in parents and peers on aggressive behavior in male adolescents. *Psikohumaniora*, *4*(1), 53–64. https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3118

Wicaksono, I. A., & Mahmudah, S. (2018). Peningkatan Kualitas Penyesuaian Diri Santri: Pengaruh Kelekatan pada Orang Tua Dan Dukungan Sosial. *Researchgate*.

Widhiarso, W. (2010). Catatan pada uji linieritas hubungan. *ResearchGate*. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.16194.32965

Zimmermann, P. (1999). Structure and Functions of Internal Working Models of Attachment and Their Role for Emotion Regulation. *Attachment & Human Development*, *1*(3).

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN EMOSIONAL DAN REGULASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PANTI ASUHAN X NGALIYAN KOTA SEMARANG

1. Blue Print Skala Penyesuaian Diri

No.	Aspek	Indikator	Item	
			Favorable	*Unfavorable*
1.	Kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan.	Mampu mengendalikan amarah	a) Saya merasa tenang meskipun dibully. b) Saya tidak merasa tersinggung ketika ditegur oleh teman.	a) Saya akan membanting semua yang ada terlihat saat marah. b) Saya akan menjauhi teman yang menegur saya.
		Tidak berlarut-larut dalam kesedihan	a) Saya langsung mencari solusi dari masalah sedang dihadapi hadapi. b) Daripada berfikir sendirian saya menceritakan masalah kepada teman.	a) Setiap malam saya memikirkan masalah yang sedang dihadapi. b) Saya sering menangis setiap ada masalah.
2.	Kemampuan untuk meminimalisir mekanisme pertahanan diri.	Bersedia mengakui kegagalan yang dialami.	a) Menurut saya kegagalan adalah hal yang harus dialami. b) Jika gagal, saya akan memperbaiki kesalahan dan mencoba lagi.	a) Saya merasa terpuruk jika saya gagal. b) Saya akan pasrah jika mengalami kegagalan.
		Tidak melakukan mekanisme pertahanan diri.	a) Saya akan mengevaluasi apa yang menjadi penyebab kegagalan. b) Saya tidak akan lari dari masalah.	a) Saya mencari alasan untuk menutupi kesalahan saya. b) Saya menyalahkan orang lain atas kegagalan yang dialami.
3.	Kemampuan mengurangi rasa frustasi.	Kemampuan mengelola stress saat mengalami suatu masalah.	a) Ketika ada masalah, saya memecahkan masalah dengan sabar. b) Saya tidak tertekan dengan teman sekelas.	a) Sulit bagi saya untuk menerima masalah yang sedang saya alami. b) Ketika tugas sudah mulai banyak rasanya kepala saya pusing.

		Tidak melampiaskan amarah dengan melakukan perilaku yang menyimpang.	a) Jika ada masalah dengan teman, saya akan menyelesaikannya tanpa amarah. b) Berselisih pendapat dengan teman tidak menjadi masalah.	a) Saya benci dengan guru yang memberi tugas banyak. b) Saya sering menyakiti diri sendiri saat ada masalah.
4.	Pola pikir rasional dan mengarahkan diri.	Mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan yang diambil.	a) Saya paham akibat dari tindakan yang saya ambil. b) Saya selalu memikirkan baik buruknya tindakan yang akan saya lakukan agar tidak menyesal di kemudian hari.	a) Saya memarahi teman yang bermasalah dengan teman saya. b) Saya tidak peduli jika tindakan saya menyakiti orang lain.
		Menghadapi konflik dengan bijaksana.	a) Saya menyelesaikan masalah dengan baik. b) Saya tidak suka menghindar dari masalah.	a) Saya mendiamkan teman yang mempunyai masalah dengan saya. b) Saya membenci teman yang tidak sependapat dengan saya.
5.	Kemampuan untuk belajar memanfaatkan pengalaman di masa lalu.	Kemampuan mengambil hikmah dari kejadian di masa lalu.	a) Saya selalu mengambil sisi positif dari suatu kejadian. b) Saya tidak akan mengulangi kesalahan saya di masa lalu.	a) Saya merasa tidak ada manfaatnya saat melakukan kesalahan. b) Saya selalu mengulangi kesalahan yang sama.
		Kemampuan untuk menyelesaikan masalah (*problem solving*)	a) Saya menyelesaikan masalah dengan dengan kepala dingin. b) Saya berhati-hati dalam menyelesaikan masalah agar tidak menambah masalah baru.	a) Saya menyelesaikan masalah dengan amarah. b) Saya lebih suka menyelesaikan masalah dengan diam.

6.	Kemampuan bersikap realistik dan objektif.	Melihat suatu kejadian secara obektif	a) Saya tidak memaksa orang lain untuk berteman dengan saya. b) Saya merasa beradaptasi di kelas itu sulit.	a) Saya selalu menyalahkan keadaan atas apa yang terjadi. b) Saya melakukan tindakan karena disuruh temsn.
		Menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan dirinya	a) Saya akan meminta maaf apabila melakukan kesalahan. b) Saya paham dengan kekurangan saya.	a) Saya selalu mencari alasan ketika melakukan kesalahan. b) Saya tidak mau mengakui bahwa teman yang lebih pandai dari saya.

2. Blue Print Skala Kelekatan Emosional

No.	Aspek	Indikator	Item	
			Favorable	*Unfavorable*
1.	Kepercayaan (*trust*)	Percaya bahwa orangtua mampu memahami perasaan anak.	a) Orangtua memahami perasaan saya. b) Saat kami sedang berdiskusi, orang tua memahami sudut pandang saya. c) Ketika saya marah, orangtua mencoba untuk mengerti perasaan saya.	a) Orangtua memiliki banyak harapan kepada saya. b) Orangtua selalu membuat keputusan tanpa sepengetahuan saya. c) Saya mencoba menyelesaikan masalah tanpa bertanya kepada orangtua saya.
		Keyakinan bahwa orangtua mampu memenuhi kebutuhan anak.	a) Orangtua selalu berusaha memenuhi keinginan saya. b) Orangtua selalu memberi nasihat jika saya melakukan kesalahan. c) Orangtua mengajari saya bahwa tidak semua keinginan harus dipenuhi.	a) Saya mengkhawatirkan masa depan saya. b) Saya merasa menjadi beban bagi orangtua. c) Saya takut untuk meminta sesuatu kepada orang tua
2.	Komunikasi (*communication*)	Kualitas komunikasi secara lisan.	a) Saya sering bertanya kepada orangtua jika menemui kesulitan. b) Saya sering mengobrol dengan	a) Saya jarang bertemu dengan orangtua. b) Saya lebih memilih diam ketika saya mengkhawatirkan

			orangtua saya. c) Saya sering mendiskusikan masa depan saya kepada orangtua.	masa depan saya. c) Saya sungkan untuk bertanya kepada orangtua.
		Keterbukaan anak pada orangtua.	a) Saya ingin mengetahui sudut pandang orangtua tentang hal yang sedang saya khawatirkan. b) Saya sering menceritakan kegiatan saya selama diluar rumah kepada orangtua. c) Orangtua senang mendengarkan saya bercerita.	a) Saya lebih suka bercerita dengan teman dibanding dengan orangtua. b) Orangtua tidak pernah menjadi pendengar yang baik. c) Menurut saya tidak ada gunanya menunjukkan perasaan saya kepada orangtua.
3.	Keterasingan (*alienation*)	Perasaan terasing jika berjauhan dengan orangtua.	a) Saya merasa orangtua tidak menyayangi saya. b) Saya merasa asing dengan orangtua meski kita dalam satu ruangan. c) Saya merasa tidak disayang orangtua karena berada jauh dari mereka.	a) Meski jauh, saya tetap merasa disayang oleh orangtua. b) Saya merasa orangtua sangat sayang meski kita tidak tinggal dalam satu rumah c) Orangtua sering mengunjungi saya
		Merasa diabaikan jika tidak interaksi secara intens dengan orangtua.	a) Saya merasa tidak dipedulikan oleh orangtua saat dirumah. b) Saya jarang berbicara dengan orangtua. c) Saya dan orangtua saling diam karena merasa canggung.	a) Meski jarang berbicara bersama dengan orangtua, saya merasa tenang. b) Saya selalu mengajak orangtua untuk mengobrol. c) Saya sering berkabar dengan orangtua.

3. Blue Print Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Item	
			Favorable	*Unfavorable*

1.	Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri.	Menetapkan standar perilaku yang dapat diterima masyarakat	a) Saya tidak melakukan hal yang bertentangan dengan norma masyarakat. b) Saya berani bertanggungjawab atas perilaku saya.	a) Saya tidak memperdulikan apakah perilaku saya menyimpang atau tidak. b) Saya melakukan tindakan karena keinginan saya tanpa memperhatikan benar salahnya.
		Mengidentifikasi tujuan yang ingin dicapai individu	a) Saya memiliki cita-cita yang harus dicapai. b) Saya belajar dengan giat untuk mencapai cita-cita.	a) Saya bingung dalam menentukan cita-cita. b) Saya merasa tidak memiliki bakat.
2.	Pengaturan emosi	Kemampuan mengontrol perasaan agar tidak berlebihan.	a) Saya berhati-hati dengan perkataan yang akan diucapkan. b) Saya berusaha menahan amarah di depan teman-teman.	a) Saya langsung melampiaskan amarah kepada teman tanpa memperhatikan keadaan. b) Saya mengatakan apapun tanpa mempedulikan perasaan orang lain.
		Menafsirkan peristiwa yang telah terjadi secara positif.	a) Saya yakin bahwa ada pelajaran yang bisa diambil dalam setiap kejadian. b) Daripada menyesali hal yang sudah berlalu, lebih baik saya memperbaiki kesalahan.	a) Saya menganggap tidak ada dampak positif dari setiap kejadian. b) Saya tidak memikirkan hal-hal yang sudah berlalu.
3.	Insruksi diri	Mengambil keputusan mengenai tindakan dengan tepat pada situasi tertentu.	a) Saya mengambil tindakan setelah mengamati keadaan di sekitar. b) Saya lebih suka menghindari perdebatan yang tidak diperlukan.	a) Saya mengajak berdebat teman karena saya merasa benar. b) Saya memilih diam daripada mengutarakan hal yang bertentangan dengan diri saya.
		Mengarahkan diri untuk dalam menfilter tindakan sehingga bisa meminimalisir	a) Saya memikirkan baik buruknya tindakan yang akan dilakukan. b) Saat marah, saya	a) Ketika marah, saya langsung mengatakan apa yang ingin dikatakan.

		kemungkinan terburuk yang akan terjadi.	menunggu diri saya tenang sebelum mengatakan sesuatu.	b) Saya merasa tidak perlu memikirkan perasaan orang lain saat mengatakan sesuatu.
4.	Monitoring diri	Mengamati diri seberapa baik tindakan yang telah diambil	a) Saya yakin tindakan yang saya ambil sudah benar. b) Ketika ragu, saya bertanya kepada pengasuh untuk meyakinkan bahwa tindakan yang diambil sudah benar.	a) Saya tidak tahu bahwa tindakan yang saya ambil salah. b) Saya mengambil tindakan tanpa melihat situasi dan kondisi.
		Mengetahui kekurangan dan kelebihan diri sendiri.	a) Saya paham dengan kekurangan saya. b) Daripada fokus dengan kekurangan, saya lebih berfokus pada kelebihan diri saya.	a) Saya merasa buruk karena kekurangan saya. b) Saya merasa tidak memiliki kelebihan.
5.	Evaluasi diri	Mengukur perilaku berdasar standar diri	a) Saya memiliki standar kesuksesan. b) Saya memiliki ukuran keberhasilan sendiri tanpa perlu membandingkan dengan keberhasilan orang lain.	a) Saya merasa orang lain bertanggung jawab atas apa yang telah terjadi. b) Saya memilih diam ketika `melakukan kesalahan.
		Mengevaluasi perilaku yang telah dilakukan.	a) Saya mengoreksi perilaku saya sebelum menyalahkan orang lain. b) Saya menerima masukan yang diberikan oleh orang lain.	a) Saya mengabaikan kritik yang diberikan teman. b) Saya mempertahan sikap saya walaupun teman-teman tidak menyukainya.
6.	Kontingensi	Memberi penguatan positif kepada diri sendiri ketika berhasil mencapai tujuan	a) Saya selalu mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya bisa mencapai impian. b) Sesekali saya membeli sesuatu sebagai hadiah untuk diri sendiri.	a) Saya tidak yakin jika mampu mencapai mimpi karena berbagai faktor. b) Saya pasrah jika tidak berhasil dalam menyelesaikan tugas.
		Memberikan hukuman (*punishment*) jika	a) Saya akan belajar lebih keras lagi agar dapat menyelesaikan	a) Saya mengabaikan jika melakukan kesalahan.

		gagal dalam mencapai tujuan	ujian dengan baik. b) Saya akan mengurangi waktu bermain dengan mengerjakan hal-hal yang positif.	b) Saya merasakan kesedihan yang berlarut-larut saat mengalami kegagalan.

Lampiran 2 Skala Penelitian Uji Coba

Assalamu'alaikum

Perkenalkan saya Nurul Khusnawati mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian guna tugas akhir skripsi, maka dari itu saya meminta bantuan teman-teman dengan kriteria:

1. Remaja berusia 12-18 tahun
2. Tinggal di panti Asuhan

Segala jawaban yang anda cantumkan bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja. Oleh karena itu saya meminta teman-teman untuk membaca dengan teliti sebelum memilih jawaban dan pastikan jawaban yang dipilih menggambarkan diri anda yang sesungguhnya.

Saya ucapkan terimakasih atas kebaikan teman-teman semuanya.

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Kelas :

PETUNJUK PENGERJAAN

1. Isilah identitas terlebih dahulu.
2. Baca dan pahami dengan baik setiap pernyataan.
3. Jawablah dengan memberi tanda ✓ pada kolom yang telah disediakan.adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

   SS (Sangat Setuju)

   S (Setuju)

   TS (Tidak Setuju)

   STS (Sangat Tidak Setuju)
4. Jika anda ingin mengganti jawaban, coret jawaban anda sebelumnya dan cntang kolong jawaban yang menurut anda paling sesuai dengan anda.
5. Semua jawaban adalah benar.
6. Setelah selesai, periksa kembali dan pastikan tidak ada jawaban yang terlewat.

😊 **SELAMAT MENGERJAKAN** 😊

Skala Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tenang meskipun dibully.				
2	Saya langsung mencari solusi dari masalah sedang dihadapi hadapi.				
3	Menurut saya kegagalan adalah hal yang harus dialami				
4	Saya akan mengevaluasi apa yang menjadi penyebab kegagalan.				
5	Ketika ada masalah, saya memecahkan masalah dengan sabar				
6	Jika ada masalah dengan teman, saya akan menyelesaikannya tanpa amarah.				
7	Saya paham akibat dari tindakan yang saya ambil				
8	Saya menyelesaikan masalah dengan baik.				
9	Saya selalu mengambil sisi positif dari suatu kejadian.				
10	Saya menyelesaikan masalah dengan dengan kepala dingin				
11	Saya tidak memaksa orang lain untuk berteman dengan saya.				
12	Saya akan meminta maaf apabila melakukan kesalahan				
13	Saya akan membanting semua yang terlihat saat marah.				
14	Setiap malam saya memikirkan masalah yang sedang dihadapi.				
15	Saya merasa terpuruk jika saya gagal				
16	Saya mencari alasan untuk menutupi kesalahan saya				

17	Sulit bagi saya untuk menerima masalah yang sedang saya alami				
18	Saya benci dengan guru yang memberi tugas banyak				
19	Saya memarahi teman yang bermasalah dengan teman saya.				
20	Saya mendiamkan teman yang mempunyai masalah dengan saya.				
21	Saya merasa tidak ada manfaatnya saat melakukan kesalahan.				
22	Saya menyelesaikan masalah dengan amarah.				
23	Saya selalu menyalahkan keadaan atas apa yang terjadi				
24	Saya selalu mencari alasan ketika melakukan kesalahan.				
25	Saya tidak merasa tersinggung ketika ditegur oleh teman.				
26	Daripada berfikir sendirian saya menceritakan masalah kepada teman				
27	Jika gagal, saya akan memperbaiki kesalahan dan mencoba lagi.				
28	Saya tidak akan lari dari masalah				
29	Saya tidak tertekan dengan teman sekelas.				
30	Berselisih pendapat dengan teman tidak menjadi masalah.				
31	Saya selalu memikirkan baik buruknya tindakan yang akan saya lakukan agar tidak menyesal di kemudian hari.				
32	Saya tidak suka menghindar dari masalah.				

33	Saya tidak akan mengulangi kesalahan saya di masa lalu				
34	Saya berhati-hati dalam menyelesaikan masalah agar tidak menambah masalah baru				
35	Saya merasa beradaptasi di kelas itu sulit				
36	Saya paham dengan kekurangan saya.				
37	Saya akan menjauhi teman yang menegur saya.				
38	Saya sering menangis setiap ada masalah.				
39	Saya akan pasrah jika mengalami kegagalan.				
40	Saya menyalahkan orang lain atas kegagalan yang dialami.				
41	Ketika tugas sudah mulai banyak rasanya kepala saya pusing				
42	Saya sering menyakiti diri sendiri saat ada masalah				
43	Saya tidak peduli jika tindakan saya menyakiti orang lain				
44	Saya membenci teman yang tidak sependapat dengan saya.				
45	Saya selalu mengulangi kesalahan yang sama				
46	Saya lebih suka menyelesaikan masalah dengan diam				
47	Saya melakukan tindakan karena disuruh teman				
48	Saya tidak mau mengakui bahwa teman yang lebih pandai dari saya.				

Skala Kelekatan Emosional

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Orang tua memahami perasaan saya.				
2	Orang tua selalu berusaha memenuhi keinginan saya.				
3	Saya sering bertanya kepada orang tua jika menemui kesulitan.				
4	Saya ingin mengetahui sudut pandang orang tua tentang hal yang sedang saya khawatirkan.				
5	Saya merasa orang tua tidak menyayangi saya.				
6	Saya merasa tidak dipedulikan oleh orang tua saat dirumah.				
7	Orang tua memiliki banyak harapan kepada saya.				
8	Saya mengkhawatirkan masa depan saya.				
9	Saya jarang bertemu dengan orang tua				
10	Saya lebih suka bercerita dengan teman dibanding dengan orang tua				
11	Meski jauh, saya tetap merasa disayang oleh orang tua.				
12	Meski jarang berbicara bersama dengan orang tua, saya merasa tenang.				
13	Saat kami sedang berdiskusi, orang tua memahami sudut pandang saya.				
14	Orang tua selalu memberi nasihat jika saya melakukan kesalahan.				
15	Saya sering mengobrol dengan orang tua saya.				
16	Saya sering menceritakan kegiatan saya selama diluar rumah kepada orang tua.				

17	Saya merasa asing dengan orang tua meski kita dalam satu ruangan.				
18	Saya jarang berbicara dengan orang tua				
19	Orang tua selalu membuat keputusan tanpa sepengetahuan saya.				
20	Saya merasa menjadi beban bagi orang tua.				
21	Saya lebih memilih diam ketika saya mengkhawatirkan masa depan saya.				
22	Orang tua tidak pernah menjadi pendengar yang baik.				
23	Saya merasa orang tua sangat sayang meski kita tidak tinggal dalam satu rumah				
24	Saya selalu mengajak orang tua untuk mengobrol.				
25	Ketika saya marah, orang tua mencoba untuk mengerti perasaan saya.				
26	Orang tua mengajari saya bahwa tidak semua keinginan harus dipenuhi.				
27	Saya sering mendiskusikan masa depan saya kepada orang tua.				
28	Orang tua senang mendengarkan saya bercerita.				
29	Saya merasa tidak disayang orang tua karena berada jauh dari mereka.				
30	Saya dan orang tua saling diam karena merasa canggung.				
31	Saya mencoba menyelesaikan masalah tanpa bertanya kepada orang tua saya.				
32	Saya takut untuk meminta sesuatu kepada orang tua				

33	Saya sungkan untuk bertanya kepada orang tua.				
34	Menurut saya tidak ada gunanya menunjukkan perasaan saya kepada orang tua.				
35	Orangtua sering mengunjungi saya				
36	Saya sering berkabar dengan orangtua.				

Skala Regulasi Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak melakukan hal yang bertentangan dengan norma masyarakat.				
2	Saya memiliki cita-cita yang harus dicapai.				
3	Saya berhati-hati dengan perkataan yang akan diucapkan.				
4	Saya yakin bahwa ada pelajaran yang bisa diambil dalam setiap kejadian.				
5	Saya mengambil tindakan setelah mengamati keadaan di sekitar.				
6	Saya memikirkan baik buruknya tindakan yang akan dilakukan				
7	Saya yakin tindakan yang saya ambil sudah benar				
8	Saya paham dengan kekurangan saya				
9	Saya memiliki standar kesuksesan				
10	Saya mengoreksi perilaku saya sebelum menyalahkan orang lain				
11	Saya selalu mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya bisa mencapai impian				
12	Saya akan belajar lebih keras lagi agar dapat menyelesaikan ujian dengan baik				
13	Saya tidak memperdulikan apakah perilaku saya menyimpang atau tidak				
14	Saya bingung dalam menentukan cita-cita				
15	Saya langsung melampiaskan amarah kepada teman tanpa memperhatikan keadaan				

16	Saya menganggap tidak ada dampak positif dari setiap kejadian				
17	Saya mengajak berdebat teman karena merasa benar.				
18	Ketika marah, saya langsung mengatakan apa yang ingin dikatakan				
19	Saya tidak tahu bahwa tindakan yang saya ambil salah				
20	Saya merasa buruk karena kekurangan saya.				
21	Saya merasa orang lain bertanggung jawab atas apa yang telah terjadi				
22	Saya mengabaikan kritik yang diberikan teman.				
23	Saya tidak yakin jika mampu mencapai mimpi karena berbagai faktor.				
24	Saya mengabaikan jika melakukan kesalahan				
25	Saya berani bertanggungjawab atas perilaku saya				
26	Saya belajar dengan giat untuk mencapai cita-cita				
27	Saya berusaha menahan amarah di depan teman-teman				
28	Daripada menyesali hal yang sudah berlalu, lebih baik saya memperbaiki kesalahan				
29	Saya lebih suka menghindari perdebatan yang tidak diperlukan				
30	Saat marah, saya menunggu diri saya tenang sebelum mengatakan sesuatu.				
31	Ketika ragu, saya bertanya kepada pengasuh untuk meyakinkan bahwa tindakan yang diambil sudah benar				

32	Daripada fokus dengan kekurangan, saya lebih berfokus pada kelebihan diri saya				
33	Saya memiliki ukuran keberhasilan sendiri tanpa perlu membandingkan dengan				
34	Saya menerima masukan yang diberikan oleh orang lain				
35	Sesekali saya membeli sesuatu sebagai hadiah untuk diri sendiri				
36	Saya akan mengurangi waktu bermain dengan mengerjakan hal-hal yang positif				
37	Saya melakukan tindakan karena keinginan saya tanpa memperhatikan benar salahnya				
38	Saya merasa tidak memiliki bakat.				
39	Saya mengatakan apapun tanpa mempedulikan perasaan orang lain.				
40	Saya tidak memikirkan hal-hal yang sudah berlalu				
41	Saya memilih diam daripada mengutarakan hal yang bertentangan dengan diri saya				
42	Saya merasa tidak perlu memikirkan perasaan orang lain saat mengatakan sesuatu				
43	Saya mengambil tindakan tanpa melihat situasi dan kondisi				
44	Saya merasa tidak memiliki kelebihan				
45	Saya memilih diam ketika `melakukan kesalahan.				
46	Saya mempertahan sikap saya walaupun teman-teman tidak menyukainya.				
47	Saya pasrah jika tidak berhasil dalam menyelesaikan tugas				

48	Saya merasakan kesedihan yang berlarut-larut saat mengalami kegagalan				

Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Seluruh Aitem Skala Penyesuaian Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	117.4857	165.022	-.095	.839
VAR00002	116.8000	156.165	.436	.826
VAR00003	116.8571	159.185	.354	.828
VAR00004	116.8000	156.165	.436	.826
VAR00005	116.3714	152.182	.442	.824
VAR00006	116.8857	152.928	.546	.823
VAR00007	116.9143	158.375	.181	.832
VAR00008	116.2286	153.770	.357	.827
VAR00009	115.8857	155.281	.372	.827
VAR00010	117.0286	163.499	-.035	.838
VAR00011	116.4286	159.782	.325	.829
VAR00012	115.6286	156.417	.549	.825
VAR00013	115.9143	155.375	.444	.825
VAR00014	117.2000	163.165	.001	.834
VAR00015	116.4857	153.669	.428	.825
VAR00016	116.7143	153.975	.386	.826
VAR00017	116.7714	155.064	.467	.825
VAR00018	116.9143	153.669	.370	.826
VAR00019	117.2000	159.165	.446	.828
VAR00020	116.9714	168.676	-.266	.842
VAR00021	116.7143	152.916	.331	.828
VAR00022	116.5714	152.252	.449	.824
VAR00023	117.0286	153.029	.400	.825
VAR00024	117.0857	166.081	-.153	.839
VAR00025	116.3429	155.350	.441	.825
VAR00026	116.3429	161.467	.047	.836
VAR00027	116.7714	157.887	.390	.827
VAR00028	116.3714	153.064	.531	.823
VAR00029	116.4857	153.022	.481	.824

VAR00030	116.8571	166.126	-.149	.839
VAR00031	116.8571	156.126	.450	.826
VAR00032	116.9143	157.375	.421	.827
VAR00033	116.9714	156.499	.514	.825
VAR00034	116.8571	157.303	.516	.826
VAR00035	116.5714	153.429	.500	.824
VAR00036	116.8857	151.928	.398	.825
VAR00037	117.4857	163.963	-.047	.836
VAR00038	117.2571	156.608	.476	.826
VAR00039	116.8857	158.398	.157	.833
VAR00040	115.6857	156.987	.349	.827
VAR00041	117.2857	162.504	.016	.836
VAR00042	116.2000	152.871	.387	.826
VAR00043	115.9429	153.879	.351	.827
VAR00044	115.6857	158.810	.356	.828
VAR00045	116.2286	156.240	.319	.828
VAR00046	117.2857	166.975	-.188	.840
VAR00047	117.0571	156.114	.450	.826
VAR00048	116.9429	157.997	.387	.827

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.832	48

Skala Penyesuaian Diri yang telah Valid

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y02	91.5714	157.429	.416	.894
Y03	91.6286	158.946	.456	.895
Y04	91.5714	157.429	.416	.894
Y05	91.1429	153.185	.439	.894
Y06	91.6571	154.997	.483	.893
Y08	91.0000	153.647	.402	.895
Y09	90.6571	155.408	.413	.894
Y11	91.2000	160.400	.355	.896
Y12	90.4000	156.600	.611	.893
Y13	90.6857	156.339	.443	.894
Y15	91.2571	154.314	.442	.894
Y16	91.4857	154.551	.402	.895
Y17	91.5429	155.961	.469	.894
Y18	91.6857	155.222	.344	.896
Y19	91.9714	160.205	.437	.895
Y21	91.4857	152.728	.372	.896
Y22	91.3429	153.997	.413	.895
Y23	91.8000	152.341	.470	.894
Y25	91.1143	156.339	.438	.894
Y27	91.5429	159.020	.377	.895
Y28	91.1429	153.655	.550	.892
Y29	91.2571	155.903	.384	.895
Y31	91.6286	155.770	.534	.893
Y32	91.6857	157.869	.454	.894
Y33	91.7429	158.432	.439	.894
Y34	91.6286	158.417	.502	.894
Y35	91.3429	153.350	.554	.892
Y36	91.6571	151.232	.462	.894
Y38	92.0286	157.323	.493	.894
Y40	90.4571	157.491	.375	.895
Y42	90.9714	152.617	.437	.894
Y43	90.7143	154.151	.379	.896

Y44	90.4571	159.667	.364	.895
Y45	91.0000	156.235	.365	.895
Y47	91.8286	157.146	.445	.894
Y48	91.7143	158.622	.411	.895

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	36

Seluruh Aitem Skala Kelekatan Emosional

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X101	90.0571	177.879	.123	.851
X102	89.9714	173.264	.349	.847
X103	89.4857	173.669	.314	.848
X104	90.4286	170.370	.414	.845
X105	90.1143	185.222	-.269	.859
X106	89.6571	166.467	.452	.844
X107	89.2286	167.064	.481	.843
X108	89.6857	167.869	.409	.845
X109	89.2571	169.667	.500	.844
X110	89.6286	182.534	-.117	.863
X111	89.4286	166.899	.458	.843
X112	90.3714	179.299	.024	.853
X113	89.8000	169.988	.406	.845
X114	89.3143	168.928	.423	.845
X115	90.0286	174.205	.282	.848
X116	89.8000	163.518	.568	.840
X117	89.6857	170.575	.389	.846
X118	89.7714	164.770	.538	.841
X119	89.8286	170.146	.340	.847
X120	89.9429	165.703	.470	.843
X121	89.7714	169.593	.363	.846
X122	89.5429	168.550	.387	.845
X123	89.6000	169.718	.464	.844
X124	89.9143	168.728	.461	.844
X125	89.5714	171.546	.538	.844
X126	90.0286	178.911	.031	.853
X127	89.9714	168.734	.372	.846
X128	90.1429	169.244	.408	.845
X129	89.9429	167.408	.347	.847
X130	89.4571	167.608	.425	.844
X131	89.5429	169.255	.401	.845
X132	90.1143	173.751	.218	.850

X133	89.8286	162.029	.686	.837
X134	90.1143	167.575	.456	.844
X135	90.4571	171.785	.458	.845
X136	89.5143	182.904	-.142	.859

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.850	36

Skala Kelekatan Emosional yang telah Valid

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X102	70.8571	165.538	.402	.884
X103	70.3714	167.064	.302	.885
X104	71.3143	163.634	.413	.883
X106	70.5429	159.550	.461	.882
X107	70.1143	159.751	.507	.881
X108	70.5714	160.546	.434	.883
X109	70.1429	162.067	.547	.881
X111	70.3143	159.751	.477	.882
X113	70.6857	163.045	.415	.883
X114	70.2000	162.635	.405	.883
X116	70.6857	156.281	.593	.879
X117	70.5714	163.723	.393	.884
X118	70.6571	158.408	.527	.881
X119	70.7143	164.092	.312	.886
X120	70.8286	157.558	.527	.881
X121	70.6571	162.055	.396	.884
X122	70.4286	161.252	.410	.883
X123	70.4857	162.081	.509	.881
X124	70.8000	162.282	.449	.883
X125	70.4571	164.961	.526	.882
X127	70.8571	163.126	.329	.886
X128	71.0286	162.970	.388	.884
X129	70.8286	160.440	.356	.886
X130	70.3429	161.173	.415	.883
X131	70.4286	163.546	.358	.885
X133	70.7143	153.857	.756	.875
X134	71.0000	161.118	.447	.883
X135	71.3429	165.761	.413	.884

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	28

Seluruh Aitem Skala Regulasi Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	129.2571	227.373	.501	.845
VAR00002	129.4857	223.434	.539	.844
VAR00003	129.6000	228.424	.235	.850
VAR00004	130.2571	229.432	.429	.847
VAR00005	130.4000	236.188	.030	.853
VAR00006	129.2857	230.445	.375	.847
VAR00007	130.1714	232.499	.207	.850
VAR00008	129.4286	223.605	.462	.845
VAR00009	130.4000	231.953	.201	.850
VAR00010	130.1143	227.045	.319	.848
VAR00011	129.4857	220.081	.471	.844
VAR00012	129.1143	229.398	.402	.847
VAR00013	129.9429	221.761	.457	.844
VAR00014	130.4286	230.664	.203	.850
VAR00015	130.3143	226.104	.410	.846
VAR00016	129.6000	227.835	.463	.846
VAR00017	129.5143	229.375	.453	.847
VAR00018	130.4000	230.012	.215	.850
VAR00019	130.6000	238.071	-.038	.853
VAR00020	130.2286	227.534	.312	.848
VAR00021	130.5714	240.782	-.152	.856
VAR00022	129.7429	226.197	.345	.847
VAR00023	129.7714	223.417	.601	.843
VAR00024	129.5143	227.904	.363	.847
VAR00025	130.5429	232.726	.129	.852
VAR00026	130.1143	223.810	.359	.847
VAR00027	129.6286	226.476	.315	.848
VAR00028	129.4571	228.608	.408	.847
VAR00029	129.7714	225.123	.332	.848
VAR00030	130.4857	220.257	.415	.845
VAR00031	129.3143	230.104	.339	.848
VAR00032	129.6857	235.104	.099	.851

VAR00033	129.4000	225.424	.426	.846
VAR00034	130.4286	232.605	.159	.851
VAR00035	130.1714	226.852	.313	.848
VAR00036	129.3429	231.526	.355	.848
VAR00037	130.4000	225.306	.319	.848
VAR00038	130.5429	230.785	.179	.851
VAR00039	129.5143	228.257	.412	.846
VAR00040	130.6000	230.188	.227	.850
VAR00041	130.8857	236.751	.015	.853
VAR00042	129.4857	223.434	.495	.844
VAR00043	129.4571	226.903	.361	.847
VAR00044	130.0286	232.793	.125	.852
VAR00045	129.7714	222.417	.585	.843
VAR00046	130.4571	236.903	-.002	.855
VAR00047	129.6571	224.997	.458	.845
VAR00048	130.8000	228.812	.241	.850

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	48

Skala Regulasi Diri yang telah Valid

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	89.4571	167.667	.493	.879
VAR00002	89.6857	163.869	.552	.877
VAR00004	90.4571	169.785	.398	.881
VAR00006	89.4857	170.963	.324	.882
VAR00008	89.6286	162.476	.537	.877
VAR00010	90.3143	165.457	.387	.881
VAR00011	89.6857	159.339	.537	.877
VAR00012	89.3143	169.281	.401	.881
VAR00013	90.1429	163.361	.430	.880
VAR00015	90.5143	166.551	.403	.880
VAR00016	89.8000	169.165	.391	.881
VAR00017	89.7143	169.857	.413	.881
VAR00020	90.4286	165.899	.381	.881
VAR00022	89.9714	165.911	.337	.882
VAR00023	89.9714	164.676	.572	.877
VAR00024	89.7143	167.328	.393	.880
VAR00026	90.3143	165.575	.318	.883
VAR00027	89.8286	164.558	.394	.881
VAR00028	89.6571	168.644	.404	.880
VAR00029	89.9714	162.793	.428	.880
VAR00030	90.6857	160.987	.425	.881
VAR00031	89.5143	170.257	.317	.882
VAR00033	89.6000	167.541	.349	.881
VAR00035	90.3714	165.534	.370	.881
VAR00036	89.5429	169.667	.458	.880
VAR00037	90.6000	161.541	.463	.879
VAR00039	89.7143	167.798	.439	.880
VAR00042	89.6857	164.928	.459	.879
VAR00043	89.8286	165.970	.353	.882
VAR00045	89.9714	163.911	.553	.877
VAR00047	89.8571	162.597	.590	.876

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	31

Lampiran 4 Skor Responden

Skor Responden Skala Penyesuaian Diri

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	TOTAL
1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	4	2	3	4	97
2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	1	4	4	2	4	4	2	116
3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	2	1	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	117
4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99
5	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	3	2	4	4	116
6	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	105
7	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	1	2	1	2	2	2	1	3	3	1	4	2	3	3	2	1	1	4	4	3	2	2	1	4	89
8	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	122
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	1	4	101
10	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	112
11	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	4	1	4	4	4	4	3	2	4	1	4	3	2	4	4	4	4	4	4	114
12	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	2	4	3	4	2	1	4	2	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	4	112
13	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	97
14	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	1	1	4	3	3	3	4	2	103

15	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	1	2	1	2	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	1	2	1	1	2	2	2	1	87
16	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	1	3	4	3	2	4	2	3	4	2	88
17	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	90
18	4	3	4	4	4	3	3	4	4	1	2	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	1	2	3	3	2	96
19	2	3	2	1	1	2	2	4	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	4	3	1	4	2	2	4	4	2	1	1	2	1	2	4	2	71
20	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	89
21	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	1	2	2	2	1	2	3	82
22	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	2	2	4	4	1	4	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	111
23	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	1	2	2	2	94
24	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	1	1	1	1	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	1	1	1	1	1	95
25	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	1	2	1	2	1	2	2	94
26	4	3	3	4	2	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	86
27	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	99
28	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	98
29	3	3	3	2	2	4	3	4	2	3	2	2	1	1	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	1	2	4	3	3	2	3	2	92
30	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	1	3	2	4	3	3	4	3	3	3	99
31	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	2	1	2	2	94
32	4	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	113
33	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	1	1	3	3	2	1	3	3	95
34	3	3	2	4	3	4	2	3	3	1	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	92
35	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	1	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	104
3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	2	2	1	2	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1

6																																				04
37	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	1	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	87
38	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	2	3	3	4	4	4	102
39	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	2	3	1	2	2	1	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	1	2	3	3	4	1	2	4	102
40	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	1	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	4	4	2	2	2	3	1	2	4	1	2	96
41	2	2	3	3	2	1	3	3	4	1	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	4	2	3	3	4	4	1	1	3	4	4	2	4	4	88
42	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	1	4	4	3	1	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	1	1	4	4	4	4	4	4	112
43	3	4	4	1	2	4	4	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	102
44	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	104
45	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	1	2	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	1	3	1	1	3	2	3	4	95
46	3	4	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	108
47	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	96
48	3	3	4	4	3	3	3	1	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	1	4	4	4	2	4	1	4	3	3	2	3	4	103
49	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	2	4	105
50	3	4	4	3	2	4	3	1	2	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	2	3	1	2	4	3	4	3	3	3	3	1	103
51	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	2	2	103
52	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	1	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	2	4	3	4	3	4	4	3	116
5	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	1

3																																			04
54	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	1	3	3	1	2	2	4	3	4	4	3	4	3	2	3	2	4	1	4	3	3	3	3	99
55	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	113
56	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	2	3	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	115
57	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	4	1	3	4	3	2	3	3	1	2	4	3	3	4	4	3	3	3	100
58	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	1	3	4	4	3	4	3	4	4	2	3	1	4	4	4	4	4	4	3	116
59	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	105
60	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	118
61	3	1	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	2	4	2	3	4	4	3	4	4	3	112
62	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	1	2	1	114
63	3	4	3	3	3	3	2	4	3	1	2	3	1	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	3	3	1	3	4	3	3	4	95
64	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104
65	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	4	1	3	3	3	3	3	3	1	108

Skor Responden Skala Kelekatan Emosional

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	JUMLAH
1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	58
2	4	3	3	1	1	1	4	1	4	4	4	1	2	4	1	4	4	1	2	4	4	4	1	1	1	4	4	72
3	4	3	2	2	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	4	4	4	1	1	4	4	2	4	2	2	4	4	78
4	3	3	3	2	2	2	4	2	4	3	4	1	2	3	4	4	4	1	2	3	3	4	1	1	3	3	3	74
5	3	4	3	1	2	2	4	1	4	4	4	1	1	4	4	2	4	1	2	3	3	3	1	1	4	4	4	74
6	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	1	1	1	4	4	61
7	3	2	4	2	1	1	1	1	1	4	3	3	3	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1	4	55
8	4	3	3	1	1	2	1	1	4	4	4	1	2	2	3	2	4	1	2	4	3	3	1	1	1	4	4	66
9	3	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	61
10	2	2	2	2	3	2	1	1	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	61
11	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	1	1	4	4	4	3	3	3	4	4	83
12	4	3	4	1	1	2	2	1	4	4	4	1	1	4	2	1	3	1	1	4	4	3	1	1	2	4	4	67
13	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	62
14	3	4	3	2	1	2	4	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	1	3	3	3	70
15	4	4	4	1	2	1	2	2	4	4	3	4	4	2	1	2	1	1	2	4	3	3	4	3	1	2	1	69
16	1	2	1	4	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	59
17	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	63
18	3	3	4	1	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	1	64
19	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	3	4	3	1	2	49
20	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	65
21	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	64
22	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	3	4	54
23	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	1	2	3	2	4	2	3	3	3	1	2	3	69
24	4	4	4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	75

25	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	3	4	4	4	3	1	2	1	67
26	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	2	2	3	3	3	85
27	2	3	3	2	1	2	2	1	4	4	3	2	2	3	2	3	4	2	2	4	4	4	1	1	3	3	3	70
28	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	2	2	2	2	2	73
29	3	3	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	69
30	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	3	1	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	55
31	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	69
32	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	1	1	2	3	52
33	3	3	3	2	1	1	1	2	3	4	4	4	4	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	64
34	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	4	2	1	4	4	4	1	1	2	3	3	71
35	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	4	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	57
36	4	3	4	2	1	1	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	3	2	1	4	3	4	2	2	3	2	2	70
37	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	3	3	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	68
38	3	3	3	2	1	2	1	1	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3	2	1	3	3	3	64
39	4	4	4	3	1	1	1	1	3	4	4	1	1	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	4	70
40	3	2	4	1	2	2	4	1	4	4	3	2	1	4	4	3	4	3	2	3	3	3	1	1	3	4	3	74
41	2	4	4	2	1	1	3	1	3	4	4	1	1	4	2	2	4	1	2	4	3	3	1	2	3	2	3	67
42	3	2	4	1	1	3	1	1	4	4	4	1	3	1	1	2	1	1	1	4	3	4	1	1	1	4	4	61
43	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	78
44	2	3	2	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	1	3	4	3	4	3	3	2	1	2	2	2	3	3	76
45	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	80
46	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	4	81
47	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	74

48	3	4	3	4	1	3	4	3	2	2	4	3	3	4	1	3	4	4	4	3	4	1	3	3	2	3	4	82
49	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	75
50	3	3	3	2	1	3	3	1	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	2	72
51	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
52	2	3	2	1	3	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	74
53	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	75
54	3	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	1	3	4	3	3	79
55	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	3	3	3	1	1	3	4	3	4	4	3	1	3	72
56	3	4	3	4	3	3	3	1	3	4	3	1	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	75
58	3	2	2	1	1	1	4	1	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	1	4	3	4	68
59	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
60	3	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	80
61	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	1	3	1	1	3	3	3	77
62	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	1	75
63	3	1	3	3	1	1	3	1	4	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	3	3	1	62
64	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	70
65	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	74

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	JUMLAH
1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	58
2	4	3	3	1	1	1	4	1	4	4	4	1	2	4	1	4	4	1	2	4	4	4	1	1	1	4	4	72
3	4	3	2	2	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	4	4	4	1	1	4	4	2	4	2	2	4	4	78
4	3	3	3	2	2	2	4	2	4	3	4	1	2	3	4	4	4	1	2	3	3	4	1	1	3	3	3	74
5	3	4	3	1	2	2	4	1	4	4	4	1	1	4	4	2	4	1	2	3	3	3	1	1	4	4	4	74
6	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	1	1	1	4	4	61
7	3	2	4	2	1	1	1	1	1	4	3	3	3	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1	4	55
8	4	3	3	1	1	2	1	1	4	4	4	1	2	2	3	2	4	1	2	4	3	3	1	1	1	4	4	66
9	3	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	61
10	2	2	2	2	3	2	1	1	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	61
11	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	1	1	4	4	4	3	3	3	4	4	83
12	4	3	4	1	1	2	2	1	4	4	4	1	1	4	2	1	3	1	1	4	4	3	1	1	2	4	4	67
13	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	62
14	3	4	3	2	1	2	4	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	1	3	3	3	70
15	4	4	4	1	2	1	2	2	4	4	3	4	4	2	1	2	1	1	2	4	3	3	4	3	1	2	1	69
16	1	2	1	4	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	59
17	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	63
18	3	3	4	1	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	1	64
19	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	3	4	3	1	2	49
20	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	65
21	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	64
22	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	3	4	54
23	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	1	2	3	2	4	2	3	3	3	1	2	3	69
24	4	4	4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	75
2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	3	4	4	4	3	1	2	1	67

25																												
26	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	2	2	3	3	3	85
27	2	3	3	2	1	2	2	1	4	4	3	2	2	3	2	3	4	2	2	4	4	4	1	1	3	3	3	70
28	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	2	2	2	2	2	73
29	3	3	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	69
30	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	3	1	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	55
31	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	69
32	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	1	1	2	3	52
33	3	3	3	2	1	1	1	2	3	4	4	4	4	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	64
34	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	4	2	1	4	4	4	1	1	2	3	3	71
35	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	4	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	57
36	4	3	4	2	1	1	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	3	2	1	4	3	4	2	2	3	2	2	70
37	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	3	3	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	68
38	3	3	3	2	1	2	1	1	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3	2	1	3	3	3	64
39	4	4	4	3	1	1	1	1	3	4	4	1	1	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	4	70
40	3	2	4	1	2	2	4	1	4	4	3	2	1	4	4	3	4	3	2	3	3	3	1	1	3	4	3	74
41	2	4	4	2	1	1	3	1	3	4	4	1	1	4	2	2	4	1	2	4	3	3	1	2	3	2	3	67
42	3	2	4	1	1	3	1	1	4	4	4	1	3	1	1	2	1	1	1	4	3	4	1	1	1	4	4	61
43	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	78
44	2	3	2	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	1	3	4	3	4	3	3	2	1	2	2	2	3	3	76
45	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	80
46	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	4	81
47	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	74

48	3	4	3	4	1	3	4	3	2	2	4	3	3	4	1	3	4	4	4	3	4	1	3	3	2	3	4	82
49	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	75
50	3	3	3	2	1	3	3	1	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	2	72
51	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
52	2	3	2	1	3	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	74
53	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	75
54	3	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	1	3	4	3	3	79
55	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	3	3	3	1	1	3	4	3	4	4	3	1	3	72
56	3	4	3	4	3	3	3	1	3	4	3	1	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	75
58	3	2	2	1	1	1	4	1	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	1	4	3	4	68
59	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
60	3	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	80
61	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	1	3	1	1	3	3	3	77
62	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	1	75
63	3	1	3	3	1	1	3	1	4	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	3	3	1	62
64	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	70
65	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	74

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	JUMLAH
1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	58
2	4	3	3	1	1	1	4	1	4	4	4	1	2	4	1	4	4	1	2	4	4	4	1	1	1	4	4	72
3	4	3	2	2	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	4	4	4	1	1	4	4	2	4	2	2	4	4	78
4	3	3	3	2	2	2	4	2	4	3	4	1	2	3	4	4	4	1	2	3	3	4	1	1	3	3	3	74
5	3	4	3	1	2	2	4	1	4	4	4	1	1	4	4	2	4	1	2	3	3	3	1	1	4	4	4	74
6	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	1	1	1	4	4	61
7	3	2	4	2	1	1	1	1	1	4	3	3	3	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	1	4	55
8	4	3	3	1	1	2	1	1	4	4	4	1	2	2	3	2	4	1	2	4	3	3	1	1	1	4	4	66
9	3	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	61
10	2	2	2	2	3	2	1	1	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	61
11	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	1	1	4	4	4	3	3	3	4	4	83
12	4	3	4	1	1	2	2	1	4	4	4	1	1	4	2	1	3	1	1	4	4	3	1	1	2	4	4	67
13	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	62
14	3	4	3	2	1	2	4	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	1	3	3	3	70
15	4	4	4	1	2	1	2	2	4	4	3	4	4	2	1	2	1	1	2	4	3	3	4	3	1	2	1	69
16	1	2	1	4	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	59
17	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	63
18	3	3	4	1	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	1	64
19	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	3	4	3	1	2	49
20	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	65
21	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	64
22	2	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	3	4	54
23	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	1	2	3	2	4	2	3	3	3	1	2	3	69
24	4	4	4	1	1	1	4	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	75
2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	3	4	4	4	3	1	2	1	67

5																												
26	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	2	2	3	3	3	85
27	2	3	3	2	1	2	2	1	4	4	3	2	2	3	2	3	4	2	2	4	4	4	1	1	3	3	3	70
28	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	2	2	2	2	2	73
29	3	3	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	69
30	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	3	1	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	55
31	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	69
32	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	1	1	2	3	52
33	3	3	3	2	1	1	1	2	3	4	4	4	4	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	64
34	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	4	2	1	4	4	4	1	1	2	3	3	71
35	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	4	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	57
36	4	3	4	2	1	1	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	3	2	1	4	3	4	2	2	3	2	2	70
37	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	3	3	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	3	3	68
38	3	3	3	2	1	2	1	1	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3	3	2	1	3	3	3	64
39	4	4	4	3	1	1	1	1	3	4	4	1	1	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	2	4	70
40	3	2	4	1	2	2	4	1	4	4	3	2	1	4	4	3	4	3	2	3	3	3	1	1	3	4	3	74
41	2	4	4	2	1	1	3	1	3	4	4	1	1	4	2	2	4	1	2	4	3	3	1	2	3	2	3	67
42	3	2	4	1	1	3	1	1	4	4	4	1	3	1	1	2	1	1	1	4	3	4	1	1	1	4	4	61
43	4	4	4	1	1	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	78
44	2	3	2	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	1	3	4	3	4	3	3	2	1	2	2	2	3	3	76
45	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	80
46	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	4	81
47	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	74

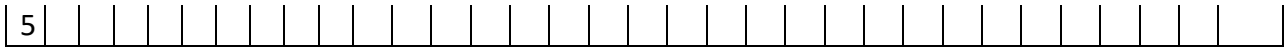
48	3	4	3	4	1	3	4	3	2	2	4	3	3	4	1	3	4	4	4	3	4	1	3	3	2	3	4	82
49	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	75
50	3	3	3	2	1	3	3	1	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	2	72
51	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
52	2	3	2	1	3	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	74
53	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	75
54	3	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	1	3	4	3	3	79
55	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	3	3	3	1	1	3	4	3	4	4	3	1	3	72
56	3	4	3	4	3	3	3	1	3	4	3	1	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	75
58	3	2	2	1	1	1	4	1	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	1	4	3	4	68
59	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	3	1	3	76
60	3	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	80
61	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	1	3	1	1	3	3	3	77
62	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	1	75
63	3	1	3	3	1	1	3	1	4	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	3	3	1	62
64	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	70
65	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	74

Skor Responden Skala Regulasi Diri

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	JUMLAH
1	3	2	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1	3	1	3	3	3	3	4	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	86
2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	1	1	4	111
3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	3	3	1	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	3	1	1	1	1	94
4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	90
5	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	109
6	3	4	3	4	3	3	4	4	1	1	3	4	2	2	3	1	3	4	2	3	3	3	4	4	4	2	1	2	1	2	1	84
7	3	3	4	4	1	3	2	3	4	4	4	4	1	3	1	4	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	99
8	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	109
9	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	90
10	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104
11	1	4	4	3	4	3	4	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	97
12	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	101
13	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	91
14	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	2	1	3	89
15	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	90
16	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	91
17	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	4	3	82
18	3	3	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	4	1	82
19	3	2	3	1	4	3	4	2	3	4	2	4	1	4	2	4	1	2	1	2	4	3	3	4	2	2	1	3	2	4	4	84
20	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	82
21	3	3	2	2	2	2	4	4	4	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	79
2	4	3	2	4	3	3	2	2	2	4	1	3	3	2	2	3	3	2	4	1	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	79

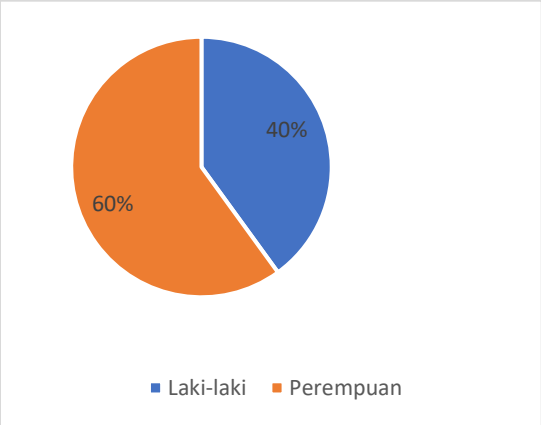
2																															
23	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	97
24	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	1	4	1	2	1	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	100
25	4	3	4	3	4	3	4	4	1	4	1	4	1	2	1	2	4	1	4	3	4	3	4	4	4	2	1	2	2	1	2	86
26	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	92
27	2	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	94
28	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	86
29	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	1	92
30	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	93
31	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	83
32	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	93
33	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	98
34	2	3	4	3	4	3	4	3	1	4	1	4	1	2	1	2	4	3	4	4	4	4	4	3	2	1	3	1	1	2	4	86
35	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	2	2	98
36	3	4	4	4	3	3	4	4	1	4	4	4	2	1	2	1	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	1	1	2	1	2	83
37	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	1	3	2	3	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	4	1	2	86
38	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	102
39	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	114
40	3	4	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	1	2	2	2	90
41	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	90
42	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	1	1	106
43	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	3	3	4	1	4	1	4	4	1	1	4	4	4	1	4	100

44	3	4	4	2	4	3	4	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	4	1	2	2	2	3	1	2	1	2	3	4	83
45	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	98
46	3	4	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	1	2	1	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	80
47	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	4	4	3	2	4	4	106
48	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	97
49	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	1	3	1	3	3	2	3	1	3	4	3	2	4	3	4	2	90
50	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	3	1	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	100
51	2	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	1	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	101
52	3	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	2	3	1	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97
53	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	102
54	2	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	101
55	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	93
56	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97
57	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	109
58	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	1	3	1	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	96
59	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	107
60	2	4	3	3	3	1	3	4	3	4	3	4	1	2	4	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	1	4	98
61	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	4	3	1	3	3	3	4	3	102
62	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	4	103
63	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	3	98
64	3	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
6	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	91

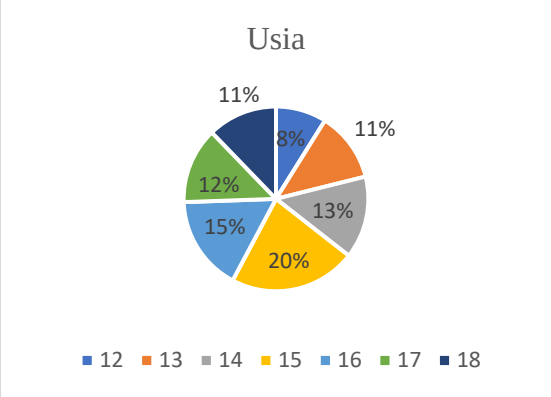

5

Lampiran 5 Hasil Uji Deskriptif

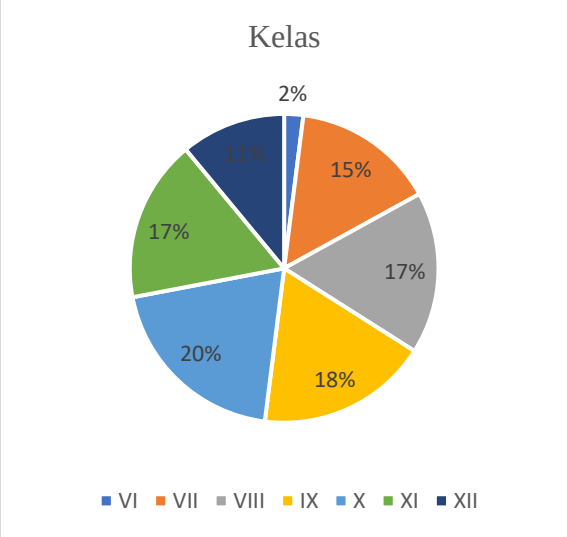
1. Data jenis kelamin



2. Data usia subjek



3. Tingkat kelas



Lampiran 6 Uji Kategorisasi

Uji Kategorisasi

1. Kategorisasi Penyesuaian Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X<(M-1SD)	X<91,210	Rendah
(M-1SD) ≤ X < (M + 1SD)	91,210≤ X <110.509	Tinggi
(M+1SD) ≥ X	110.509≥ X	Sedang

kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	10	15.4	15.4	15.4
	sedang	44	67.7	67.7	83.1
	tinggi	11	16.9	16.9	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

2. Kategorisasi Klekatan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X< (M-1SD)	X<62,127	Rendah
(M-1SD) ≤ X < (M + 1SD)	62,127≤ X <76,992	Sedang
(M+1SD) ≥ X	76,992≥ X	Tinggi

kategorikelekatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	11	16.9	16.9	16.9
	sedang	44	67.7	67.7	84.6
	tinggi	10	15.4	15.4	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

3. Kategorisasi Regulasi Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X<(M-1SD)	X<85.826	Rendah
(M-1SD) ≤ X < (M + 1SD)	85.826≤ X <102,993	Sedang
(M+1SD) ≥ X	102,993 ≥ X	Tinggi

kategoriregulasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	11	16.9	16.9	16.9
	sedang	44	67.7	67.7	84.6
	tinggi	10	15.4	15.4	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		65
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.95248715
Most Extreme Differences	Absolute	.074
	Positive	.074
	Negative	-.070
Test Statistic		.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Uji Linieritas

1. Hasil linieritas kelekatan emosional dengan penyesuaian diri

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Kelekatan Emosional	Between Groups	(Combined)	4417.846	30	147.262	2.198	.014
		Linearity	560.717	1	560.717	8.367	.007
		Deviation from Linearity	3857.130	29	133.004	1.985	.028
	Within Groups		2278.400	34	67.012		
	Total		6696.246	64			

2. Hasil linieritas regulasi diri dengan penyesuaian diri

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Regulasi Diri	Between Groups	(Combined)	3338.146	25	133.526	1.551	.107
		Linearity	1343.734	1	1343.734	15.606	.000
		Deviation from Linearity	1994.412	24	83.101	.965	.527
	Within Groups		3358.100	39	86.105		
	Total		6696.246	64			

Lampiran 8 Hasil Hipotesis

Hipotesis pertama

Correlations

		KELEKATAN EMOSIONAL	PENYESUAIAN DIRI
KELEKATAN EMOSIONAL	Pearson Correlation	1	.289*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	65	65
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	.289*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	
	N	65	65

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Hipotesis kedua

Correlations

		REGULASI DIRI	PENYESUAIAN DIRI
REGULASI DIRI	Pearson Correlation	1	.448**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	65	65
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	.448**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	65	65

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hipotesis ketiga

Model Summary

					Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df 1	df 2	Sig. F Change
1	.484[a]	.234	.209	9.096	.234	9.469	2	62	.000

a. Predictors: (Constant), REGULASI DIRI, KELEKATAN EMOSIONAL

Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

Nama	: Nurul Khusnawati
Tempat tanggal lahir	: Klaten, 23 Agustus 2001
Alamat rumah	: Prigi Kidul RT 03/RW 04, Gemblegan, Kalikotes, Klaten
HP	: 081226844828
Email	: Nurul.khusnawati234@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal

a. SDN 02 Gemblegan
b. MTs N Mlinjon Fill Srebegan
c. SMA N 1 Karanganom
d. UIN Walisono Semarang

2. Pengalaman Organisasi

a. Rohis Smansakar (2018)
b. Divisi Tahfidz UKM Jazwa (2021-2022)

3. Pengalaman Magang

a. Rumah Sakit Jiwa Soedjarwadi Klaten (2022)