

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN *PEER ATTACHMENT* DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH BABAKAN  
CIWARINGIN CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)



Oleh :

**NAMA : RIYANA LISTANTI**

**NIM : 2007016093**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

**SEMARANG**

**2024**

# LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Riyana Listanti

NIM : 2007016093

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN *PEER ATTACHMENT* DENGAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH BABAKAN CIWARINGIN CIREBON”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 17 September 2024



Riyana Listanti

## 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

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN *PEER ATTACHMENT* DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH  
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON

Nama : Riyana Listanti

NIM : 2007016093

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh dosen penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 01 Oktober 2024

### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dewi Khurun Aini, M.A  
NIP. 198605232018012002

Penguji II

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.  
NIP. 197711022006042004



Penguji III

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

Penguji IV

Nadva Arivani H. N., M.Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II

Dewi Khurun Aini, M.A  
NIP. 198605232018012002

## LEMBAR 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.

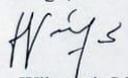
Judul : HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN *PEER ATTACHMENT* DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH  
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON

Nama : Riyana Listanti  
NIM : 2007016093  
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,

  
Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP 197711022006042004

Semarang, 17 September 2024  
Yang bersangkutan

  
Riyana Listanti  
NIM 2007016093

## LEMBAR 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 REGULASI DIRI DAN *PEER ATTACHMENT* DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN ASSA'ADAH  
BABAKAN CIWARINGIN CIREBON

Nama : Riyana Listanti  
NIM : 2007016093  
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,

Dewi Khurun Aini, M.A  
NIP 19860523201812002

Semarang, 13 September 2024  
Yang bersangkutan

Riyana Listanti  
NIM 2007016093

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahilladzi bi ni'matihi tatimush sholihat, hadza min fadli rabbi, puji syukur kepada Allah SWT tuhan semesta alam yang telah memberikan rahmat, hidayah, karunia, nikmat iman, islam, dan ihsan serta nikmat sehat. . Sehingga peneliti mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Regulasi Diri dan *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon”. Sholawat beserta salam senantiasa kita curahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan terbaik umat muslim karena dapat membimbing umatnya dari zaman kegelapan sampai zaman yang serba digital ini, semoga dengan lantunan sholawat yang selalu tercurahkan kelak bisa mendapatkan syafa'atul udzma di yaumul qiyamah dan mendapatkan kemanfaatan dan keberkahan dalam menjalani kehidupan sehari - hari.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari masih banyak kesalahan dan kekurangan serta masih jauh dari kata sempurna. Namun, berkat do'a, bimbingan, nasehat, saran dan dukungan yang telah diberikan dari berbagai pihak yang turut membantu dalam proses penulisan skripsi ini, untuk itu izinkan peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Tanpa bimbingan dan pertolongan-Nya, penulisan skripsi ini tidak akan mungkin terwujud.
2. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang beserta jajarannya.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A., selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang sekaligus dosen wali dan pembimbing II yang telah berkenan membimbing peneliti dengan sabar, ikhlas, berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dan tak pernah lelah untuk mengarahkan yang terbaik kepada peneliti hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing I yang telah berkenan memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan, meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya, serta selalu memberikan dukungan dan arahan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu yang sangat berharga serta membimbing dan memberikan arahan kepada peneliti.
7. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang memenuhi.
8. Abai KH. Abdurrahman dan Ibu nyai Sa'adah selaku Pengasuh Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon dan segenap keluarga besar Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan memberikan nasehat terbaiknya hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh dewan assatidz/assatidzah dan pengurus Pondok Pesantren Babakan Ciwaringin Cirebon yang telah membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian

10. Seluruh santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon yang telah berkenan dengan ikhlas untuk mengisi skala penelitian yang telah peneliti buat.
11. Keluarga tercinta, kedua orang tua peneliti Bapak Toni Bustoni dan Ibu Nurfarikhah malaikat tak bersayap yang selalu memberikan dukungan baik materi ataupun moril serta senantiasa selalu mendo'akan dan memberi dukungan kepada peneliti tanpa kenal lelah. Serta kepada adik – adik tercinta Dwi Purnama Asri, Muhammad Tegar Jumanto, dan Muhammad Rajab Bachtiar yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan terbaiknya untuk peneliti.
12. Kepada diri peneliti pribadi, terimakasih karena sudah mampu berjuang sampai sejauh ini, selalu percaya bahwa diri ini mampu menyelesaikan, walaupun banyak keluh kesah namun memilih untuk bertahan sampai dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Seluruh teman – teman psikologi angkatan 20 Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang khususnya teman – teman psikologi C yang telah kebersamai dalam proses belajar dikelas selama kurang lebih 3 tahun bersama dan menerima peneliti apa adanya.
14. Kepada teman – teman IMMAN Semarang yang telah memberikan dukungan dan menjadi tempat untuk belajar berorganisasi serta sebagai tempat menjalin silaturahmi dengan alumni MAN 2 Cirebon yang berkuliah di daerah Semarang.
15. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat dituliskan satu persatu oleh peneliti.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan masukan yang membangun dari berbagai pihak demi perbaikan dan pengembangan di masa yang akan datang. Penulis juga berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat yang berarti bagi pembaca dan pihak – pihak yang membutuhkan informasi serta penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat menjadi kontribusi positif dalam bidang ilmu psikologi dan memberikan nilai tambah bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 15 September 2024



Riyana Listanti

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Almamater Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing I yang telah membantu meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, nasihat, saran, dukungan, motivasi, dan penguatan selama proses dalam penyusunan skripsi hingga selesai.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A., selaku pembimbing II dan dosen wali yang telah membantu meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, nasihat, saran, dukungan, motivasi, dan penguatan selama proses dalam penyusunan skripsi hingga selesai.
4. Kepada kedua orang tua peneliti, Bapak Toni Bustoni dan Ibu Nurfarikhah mereka dua orang paling penting dalam hidup peneliti malaikat tak bersayap yang telah memberikan kasih sayang tiada habisnya, terimakasih telah membersamai peneliti dalam penyusunan skripsi ini, sudah memberikan dukungan baik materi maupun moril, terpenting sudah selalu mendoakan kebaikan bagi peneliti, memberikan dukungan yang tiada habisnya dan selalu meyakinkan peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Serta tak lupa adik – adik tercinta Dwi Purnama Asri, Muhammad Tegar Jumanto, Muhammad Rajab Bachtiar terimakasih karena sudah selalu memberikan semangat kepada peneliti dan selalu mendoakan yang terbaik untuk peneliti.
5. Kepada teman peneliti di perantauan, Lusi, Dea, Naya, Maylan, Maylin, Lina, Eva, Fatih, Sa'adah yang telah membersamai di kost payung teduh selama 4 tahun, menjadi moodbooster bagi peneliti dan tak lupa selalu memberikan support
6. Kepada teman satu perjuangan dari zaman Aliyah, Lintas Wahyuning Karimah terimakasih selalu ada dan membersamai dari zaman aliyah sampai kuliah di Semarang, selalu menemani disaat peneliti mengalami kesulitan.
7. Kepada teman- teman rumah, yakni beby dan dila serta teman – teman Plasma MAN 2 Cirebon yang selalu menemani peneliti mengerjakan skripsi ketika berada di rumah.
8. Kepada sahabat penulis Ozah Fauziyah, yang telah memberikan dukungan kepada peneliti tanpa kenal lelah, terimakasih telah menjadi tempat untuk berkeluh kesah ketika peneliti mengalami permasalahan, selalu membersamai dari zaman SD sampai sekarang, menerima apa adanya tanpa menuntut apapun.
9. Terakhir, terimakasih kepada diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengatur waktu, tenaga, serta pikiran. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dari luar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. Sekali lagi terimakasih telah meyakinkan diri sendiri untuk bisa melewati proses ini dengan sebaik mungkin.

Semarang, 15 September 2024



Riyana Listanti

## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*“ Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya ”*

*QS. Al – Baqarah Ayat 286*

*Jangan pernah menyerah pada impianmu, karena impian adalah bintang yang akan membawamu ke masa depan. If you can dream it, you can do it.*

*-Riyana Listanti*

*Nanti engkau akan paham tentang skenario Allah yang paling indah, disaat engkau tidak berniat untuk mencari sesuatu, tetapi Allah justru hadirkan satu anugerah, disaat engkau tidak pernah berpikir untuk mengejar, tetapi Allah berikan kemudahan untuk tiba – tiba engkau mendapatkan.*

*-Gus Baha*

## ABSTRACT

*Self-adjustment is a process of change in a person and his environment that occurs continuously. This study aims to empirically examine the relationship between self-regulation and peer attachment with the self-adjustment of Assa'adah Islamic Boarding School students in Babakan Ciwaringin Cirebon. The sample in this study amounted to 120 students of the Assa'adah Islamic Boarding School. This study uses quantitative methods with non-propability sampling techniques using a type of saturated sample technique. There are three scales that become measuring instruments in this study, namely the self-regulation scale, the peer attachment scale, and the self-adjustment scale. This research analysis method uses classical assumption tests and hypothesis testing. The results showed that there was a significant relationship between self-regulation and self-adjustment of Assa'adah students with a significance of  $0.000 < 0.05$ . In the peer attachment variable with self-adjustment, a significance value of  $0.000 < 0.05$  is obtained, meaning that there is a significant relationship between peer attachment and the self-adjustment of Assa'adah students. While the significance value of self-regulation and peer attachment with self-adjustment is  $0.000 < 0.05$  indicating that there is a significant relationship between self-regulation and peer attachment with the self-adjustment of Assa'adah students with an R value of 0.760 So, it can be concluded that all hypotheses in this study can be accepted. Students who have a good level of self-regulation and peer attachment, they will be able to regulate themselves, have a plan to be able to achieve their goals and be able to choose positive relationships with their friends. With this, students tend to adjust more easily to the pesantren environment and the challenges they face.*

*Keywords: self-regulation, peer attachment, and self-adjustment*

## أبستراك

التكيف الذاتي هو عملية تغيير في الشخص وبيئته تحدث بشكل مستمر. تهدف هذه الدراسة إلى الفحص التجريبي للعلاقة بين التنظيم الذاتي والتعلق بالأقران والتكيف الذاتي لدى طلاب مدرسة السعادة الإسلامية الداخلية في بابكان سيوارينجين سيريبون. بلغت العينة في هذه الدراسة 120 طالباً من طلاب مدرسة السعادة الإسلامية الداخلية. تستخدم هذه الدراسة الأساليب الكمية مع تقنيات أخذ العينات غير القابلة للانتشار باستخدام نوع من تقنية العينة المشبعة. هناك ثلاثة مقاييس أصبحت أدوات قياس في هذه الدراسة، وهي مقياس التنظيم الذاتي، ومقياس التعلق بالأقران، ومقياس التكيف الذاتي. يستخدم أسلوب تحليل البحث هذا اختبارات الافتراضات الكلاسيكية واختبار الفرضيات. أظهرت النتائج وجود علاقة معنوية بين متغير التنظيم الذاتي والتكيف الذاتي لدى طالبات أسعاده بدلالة  $0.05 > 0.000$ . وفي متغير التعلق بالأقران مع التكيف الذاتي، تم الحصول على قيمة دلالة  $0.05 > 0.000$ ، أي أن هناك علاقة معنوية بين التعلق بالأقران والتكيف الذاتي لدى طلبة أسعده. في حين أن قيمة الدلالة للتنظيم الذاتي والتعلق بالأقران مع التكيف الذاتي هي  $0.05 > 0.000$  مما يشير إلى وجود علاقة معنوية بين لدا، يمكن استنتاج أن جميع الفرضيات  $R 0.760$  التنظيم الذاتي والتعلق بالأقران مع التكيف الذاتي لدى طلبة أسعاده بقيمة في هذه الدراسة يمكن قبولها. فالطلاب الذين يتمتعون بمستوى جيد من التنظيم الذاتي والتعلق بالأقران، سيكونون قادرين على تنظيم أنفسهم، ولديهم خطة تمكنهم من تحقيق أهدافهم ويكونون قادرين على اختيار علاقات إيجابية مع أصدقائهم. وبهذا، يميل الطلاب إلى التكيف بسهولة أكبر مع بيئة البيزانتين والتحديات التي يواجهونها.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي، والارتباط بالأقران، والتكيف الذاتي

## ABSTRAK

Penyesuaian diri adalah proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya yang terjadi secara berkesinambungan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 120 santri Pondok Pesantren Assa'adah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *non probability sampling* dengan menggunakan jenis teknik sampel jenuh. Terdapat tiga skala yang menjadi alat ukur pada penelitian ini yakni skala regulasi diri, skala *peer attachment*, dan skala penyesuaian diri. Metode analisis penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Assa'adah dengan signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$ . Pada variabel *peer attachment* dengan penyesuaian diri diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$  artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Assa'adah. Sedangkan nilai signifikansi regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri yaitu  $0.000 < 0.05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Assa'adah dengan nilai R 0.760. Maka, dapat disimpulkan bahwa semua hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Santri yang memiliki tingkat regulasi diri dan *peer attachment* yang baik, mereka akan mampu mengatur dirinya sendiri, memiliki perencanaan untuk dapat mencapai tujuannya dan mampu memilih hubungan yang positif dengan teman – temannya. Dengan hal ini, santri cenderung akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan tantangan yang mereka hadapi.

Kata Kunci : regulasi diri, *peer attachment*, dan penyesuaian diri

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
A. Penyesuaian Diri .....	14
B. Regulasi Diri .....	26
C. <i>Peer Attachment</i> (Kelekatan Teman Sebaya) .....	31
D. Korelasi Regulasi Diri dan <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri .....	37
E. Kerangka Berpikir.....	40
F. Hipotesis .....	40
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
A. Jenis Penelitian.....	42
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	42
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	44
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	44
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45
F. Validitas dan Reabilitas .....	50

G. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....	51
H. Teknik Analisis Data.....	59
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>62</b>
A. Hasil Penelitian .....	62
B. Hasil Analisis Data .....	66
C. Pembahasan.....	71
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>83</b>
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran .....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>85</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>92</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>136</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penilaian Skala Likert .....	46
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Penyesuaian Diri .....	46
Tabel 3. 3 Blue print Skala Regulasi Diri .....	48
Tabel 3. 4 Blue print Skala <i>Peer Attachment</i> .....	49
Tabel 3. 5 Blue Print Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba.....	52
Tabel 3. 6 Blue Print Skala Penyesuaian Diri Setelah Gugur.....	53
Tabel 3. 7 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Uji Coba .....	54
Tabel 3. 8 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Gugur .....	55
Tabel 3. 9 Blue Print Skala <i>Peer Attachment</i> Setelah Uji Coba .....	56
Tabel 3. 10 Blue Print Skala <i>Peer Attachment</i> Setelah Gugur .....	57
Tabel 3. 11 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Setelah Gugur .....	58
Tabel 3. 12 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Setelah Valid .....	58
Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Regulasi Diri Setelah Gugur.....	58
Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Regulasi Diri Setelah Valid.....	58
Tabel 3. 15 Reliabilitas Skala <i>Peer Attachment</i> Setelah Gugur.....	59
Tabel 3. 16 Reliabilitas Skala <i>Peer Attachment</i> Setelah Valid.....	59
Tabel 3. 17 Kriteria Koefisien Korelasi .....	61
Tabel 4. 1 Hasil Uji Deskriptif.....	63
Tabel 4. 2 Rumus Kategorisasi Variabel Regulasi Diri.....	64
Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel Regulasi Diri .....	64
Tabel 4. 4 Rumus Kategorisasi Variabel <i>Peer Attachment</i> .....	65
Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel <i>Peer Attachment</i> .....	65
Tabel 4. 6 Rumus Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri .....	65
Tabel 4. 7 Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri.....	66
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas.....	67
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri .....	68
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linieritas Variabel <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri .....	68
Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis Variabel Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri .....	69
Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis Variabel <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri .....	70
Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis Regulasi Diri dan <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri....	71

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1 Skema Hubungan Antara Regulasi Diri dan <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.....</b>	<b>40</b>
<b>Gambar 4. 1 Presentase Berdasarkan Usia .....</b>	<b>62</b>
<b>Gambar 4. 2 Presentase Berdasarkan Tingkatan Kelas.....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Aitem Skala Penelitian.....	92
Lampiran 1. 1 Blue Print Aitem Skala Penyesuaian Diri Sebelum <i>Try Out</i> .....	92
Lampiran 1. 2 Blue Print Aitem Skala Penyesuaian Diri Setelah <i>Try Out</i> .....	95
Lampiran 1. 3 Blue Print Aitem Skala Regulasi Diri Sebelum <i>Try Out</i> .....	99
Lampiran 1. 4 Blue Print Aitem Skala Regulasi Diri Setelah <i>Try Out</i> .....	102
Lampiran 1. 5 Blue Print Aitem Skala <i>Peer Attachment</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	105
Lampiran 1. 6 Blue Print Aitem Skala <i>Peer Attachment</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	108
Lampiran 2 Skala Penelitian Sebelum <i>Try Out</i> .....	111
Lampiran 2. 1 Skala Penyesuaian Diri Sebelum <i>Try Out</i> .....	111
Lampiran 2. 2 Skala Regulasi Diri Sebelum <i>Try Out</i> .....	113
Lampiran 2. 3 Skala <i>Peer Attachment</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	114
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	116
Lampiran 3. 1 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Saat Aitem Gugur .....	116
Lampiran 3. 2 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Sesudah Aitem Valid .....	117
Lampiran 3. 3 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri Saat Aitem Gugur	118
Lampiran 3. 4 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri Sesudah Aitem Valid .....	120
Lampiran 3. 5 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala <i>Peer Attachment</i> Saat Aitem Gugur .....	121
Lampiran 3. 6 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala <i>Peer Attachment</i> Sesudah Aitem Valid .....	122
Lampiran 4 Skala Penelitian.....	124
Lampiran 5 Uji Deskriptif.....	130
Lampiran 5. 1 Kategorisasi Variabel Regulasi Diri.....	130
Lampiran 5. 2 Kategorisasi Variabel <i>Peer Attachment</i> .....	130
Lampiran 5. 3 Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri .....	130
Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi & Uji Hipotesis .....	131
Lampiran 6. 1 Uji Normalitas.....	131
Lampiran 6. 2 Uji Linieritas Variabel Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri .....	131
Lampiran 6. 3 Uji Linieritas Variabel <i>Peer Attachment</i> dengan Penyesuaian Diri .....	131
Lampiran 6. 4 Hasil Uji Hipotesis Pertama.....	132
Lampiran 6. 5 Hasil Uji Hipotesis Kedua .....	132
Lampiran 6. 6 Hasil Uji Hipotesis Ketiga .....	132
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian .....	133

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pondok pesantren ialah suatu tempat dimana para santri belajar untuk memperdalam ilmu agama seperti belajar tata cara dalam membaca Al – Qur'an, memahami bacaan dalam Al – Qur'an, menghafal Al – Qur'an, mengaji dan memaknai kitab kuning seperti ilmu fiqih, tasawuf, nahwu shorof, aqidah, akhlak dan lain sebagainya. Disamping itu santri juga diajarkan bagaimana cara mengamalkan ilmu dan memiliki rasa tanggung jawab dengan ilmu yang sudah dipelajarinya. Pondok pesantren juga mengajarkan tentang kesederhanaan, kemandirian, kejujuran, kebersamaan, keikhlasan, kasih sayang, kepedulian, ketangguhan, kecintaan kepada sang pencipta dan mengajarkan adab atau tatakrama kepada semua orang. Ini bertujuan untuk menjadikan para santriwan dan santriwati menjadi anak sholeh dan sholehah serta paham tentang ilmu agama dan bisa mengaplikasikan ketika sudah terjun dalam masyarakat. Menurut Widodo dkk., (2005:23) dalam bukunya tentang “pemberdayaan pesantren” mengatakan bahwa pondok pesantren ialah suatu lembaga pendidikan yang didasarkan dengan nilai – nilai yang berbasis keagamaan yang berasal dari ajaran dasar agama Islam yang memiliki tujuan untuk memadukan ajaran Islam dengan struktur konsektual atau realitas sosial yang di praktikan dalam keseharian dalam menjalani hidupnya.

Secara garis besarnya, kategori pesantren paling tidak terbagi menjadi dua macam yakni: pesantren salafiyah atau yang sering disebut masyarakat ialah pesantren yang masih berbasis tradisional dan pesantren khalafiyah yang sering disebut masyarakat dengan pesantren yang memakai kurikulum modern (Zuhriy, 2011:291). Menurut Pendis Kemenag (2023) ditinjau dari data statistik pondok pesantren yang berada seluruh Indonesia terdapat 23.345 pondok pesantren yang masih berbasis tradisional atau biasa disebut pondok pesantren salaf (tradisional) dan 15.926 pondok pesantren khalafiyah (modern) dengan jumlah keseluruhan santrinya adalah 4.892.286. Sedangkan data pondok pesantren di wilayah Cirebon sendiri berdasarkan Data Pendis Kemenag berjumlah 831 dengan 336 pondok pesantren salaf dan 434 pondok pesantren khalafiyah (modern) dengan jumlah santri keseluruhan dari pondok salaf dan modern adalah 91.887 santri. Santri yang bermukim berjumlah 82.817 dan santri yang tidak mukim berjumlah 9.070 santri (Kemenag, 2023).

Dalam lingkungan pesantren mempunyai empat aspek yang saling berhubungan diantaranya terdapat pimpinan pesantren atau sering disebut dengan pak kyai/bu nyai, ustadz/ustadzah, para pengurus pondok, dan para santri. Pondok pesantren mempunyai peran penting dalam membantu meningkatkan potensi akal manusia dan menjadi tempat dalam proses membentuk perilaku seorang santri dalam menuntut ilmu yang berbasis agama agar kelak menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa. Dalam hal ini tentunya terdapat perbedaan kebiasaan bagi santri yang baru memasuki lingkungan pesantren, santri pada awalnya pastinya akan mengalami “*culture shock*” karena terdapat perbedaan dalam suasana, kebiasaan dan aktivitas yang sebelumnya tidak mereka temui ketika masih berada dirumah seperti: jadwal kegiatan dipesantren lebih padat, menemukan model pembelajaran yang berbeda, dilatih lebih sabar ketika menginginkan sesuatu karena harus mengantri terlebih dahulu, belajar untuk hidup mandiri dan bertanggung jawab, tidak bisa bermain handphone dengan bebas, menemui banyak teman baru yang memiliki latar belakang yang berbeda, jauh dari orang tua. Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Irfani, 2004:6) bahwa santri yang baru masuk dalam lingkungan pesantren merupakan masa transisi yang rentan terhadap kerinduan, karena kebiasaan santri akan berubah dari tinggal bersama keluarganya, kemudian harus berpisah dan tinggal berjauhan dari rumah. Santri yang memilih tinggal di lingkungan pesantren wajib mentaati seluruh aturan yang sudah diberlakukan oleh pihak pesantren dan ketika melanggar maka akan terkena hukuman. Hal ini yang membuat santri harus dapat menyesuaikan dirinya agar dapat bertahan di pondok pesantren.

Penyesuaian diri dapat disebut sebagai proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya. Dimana seseorang ini mampu untuk mengamati suatu perilaku atau tindakan yang harus diterapkan di lingkungan baru dan mampu menerima keadaan tersebut, sehingga akan memunculkan kepuasan dalam diri kita dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar (Atiyah dkk., 2020:44). Menurut Schneiders (1964:429) bahwasannya penyesuaian diri ialah suatu proses yang berkaitan dengan adanya respon mental dan tingkah laku, dimana individu akan mengusahakan agar mampu memenuhi kebutuhan yang ada dalam dirinya, mengatasi perihalan ketegangan – ketegangan, perasaan frustrasi dan konflik permasalahan yang berasal dari dalam dirinya, pada akhirnya akan mampu mewujudkan keharmonian atau tingkat keselarasan antara tuntutan – tuntutan yang ada didalam dirinya dengan lingkungan yang ia singgahi.

Terdapat beberapa aspek dalam penyesuaian diri yang dapat dilakukan oleh para santri diantaranya: mampu mengendalikan emosi yang berlebih, mampu meminimalisir mekanisme psikologis, mampu meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya, memiliki kemampuan dalam mengarahkan diri dan berpikir secara rasional, memiliki kemampuan mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu, memiliki sikap yang realistis dan obyektif (Schneiders, 1964). Kemampuan individu tentunya tidak akan selalu sama, dikarenakan terdapat individu yang mampu dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya dan ada juga yang belum mampu atau kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Penyesuaian diri bisa saja tidak berjalan dengan baik akibat seseorang tersebut tidak mampu menghadapi kendala yang dialaminya akhirnya memunculkan penyesuaian diri yang negatif dan menimbulkan permasalahan dalam kehidupannya (Prawira, 2016).

Berdasarkan pra riset yang telah dilakukan oleh peneliti kepada pengasuh Pondok Pesantren Assa'adah, 3 pengurus dan 16 santri Pondok Pesantren Assa'adah pada tanggal 10 Desember 2023. Adapun hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 16 santri Assa'adah bahwa terdapat 12 santri Assa'adah yang memiliki permasalahan terkait penyesuaian diri dan 4 santri lainnya masih merasa kebingungan terkadang mampu menyesuaikan dirinya dan terkadang merasa kesulitan dalam menyesuaikan dirinya. Hal ini dikarenakan masih banyak santri yang merasa kesulitan dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren, di buktikan dengan kurang optimalnya enam aspek penyesuaian diri seperti para santri masih banyak yang belum bisa mengendalikan emosinya dengan baik, melanggar aturan pesantren, tidak mau berbaur dengan teman lainnya, ketika dibully santri tersebut hanya diam saja, tidak ada penyesalan ketika mendapat hukuman di pesantren, masih banyak santri yang merasa tertekan berada di lingkungan pesantren seperti santri tertekan dengan aturan dan kegiatan pesantren, banyak barang yang hilang, tidak bisa memegang *handphone* dengan bebas, perbedaan kurikulum dan aturan antara sekolah dan pesantren, ketika dihadapkan dengan kesulitan langsung menyerah dan tidak mau berusaha terlebih dahulu, langsung mengadu kepada orang tua ketika ada permasalahan dengan teman kamarnya, pura – pura sakit untuk menghindari setoran hafalan dan sholat berjamaah, kurang mampu dalam mengatur waktu untuk sekolah umum dan kegiatan pesantren), banyak santri yang masih terus – terusan melanggar aturan pesantren dan tidak jera – jera dengan hukuman yang telah diberikan, beberapa santri ada yang sering memaksakan kehendaknya sendiri tanpa melihat situasi dan kondisi disekelilingnya, ketika

mendapatkan permasalahan yang menurutnya berat mereka langsung mengambil keputusan dengan gegabah tanpa mempertimbangkan baik buruknya terlebih dahulu, sering merasa kecewa dengan hal yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Diperkuat dengan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti kepada pengasuh dan tiga pengurus Pondok pesantren Assa'adah bahwa bahwa setiap tahunnya terdapat 5 – 10 orang santri yang merasa tidak betah di pondok dan memilih untuk keluar dari lingkungan pesantren (boyong). Penyebab dari santri yang merasa tidak betah dilingkungan pesantren itu dikarenakan para santri belum bisa menyesuaikan dirinya dengan baik diantaranya: santri sering menyendiri dan tidak mau berbaur dengan teman lainnya akhirnya santri tersebut sering menyendiri dikamar dan terus – terusan menangis menelpon kepada orang tuanya agar bisa izin pulang kerumah karena merasa tidak betah di pesantren. Bahkan ada beberapa santri yang kabur dari pesantren untuk bisa pulang kerumah. Hal ini sempat membuat pengasuh merasa heran karena ada saja santri yang merasa tidak betah di pondok dan meminta kepada orang tuanya untuk kembali pulang kerumah, banyak alasan yang dilontarkan para santri yang merasa dirinya tidak betah di lingkungan pesantren seperti tidak bebas untuk jajan diluar, ketika menjemur pakaian sering hilang, kegiatan yang full dan banyak hafalan, dan lain sebagainya. Para pengurus pun menjelaskan bahwa ada beberapa santri yang mengadu kepada pengurus bahwa ada santri yang dijauhi oleh teman – temannya dan tidak memiliki teman dekat, beberapa santri juga mengeluh tentang tuntutan harus hafalan nadzom, sering mengeluhkan tentang peraturan yang ada dipesantren, sering dibully oleh teman kamar dan seniornya karena memiliki perbedaan bahasa yang khas akhirnya menjadi candaan teman kamarnya, banyak santri yang berpura – pura sakit dan mengumpat di tumpukan kasur agar tidak mengikuti sholat berjamaah, dan tidak mengikuti kajian kitab dan menghindari setoran hafalan.

Dampak dari santri yang belum mampu menyesuaikan dirinya dengan baik, maka akan melakukan tindakan yang negatif seperti melanggar aturan pesantren dan berusaha menghindari kegiatan yang membuat dirinya tidak nyaman. Menurut Hasan (2017:1) Santri harus memiliki kemampuan adaptasi yang kuat namun nyatanya masih banyak santri yang melakukan pelanggaran khususnya santri putri diantaranya : santri sering bolos mengaji, sering melakukan perundungan terhadap teman lainnya, tidak ikut sholat berjamaah, memakai pakaian yang menggantung dan terlihat auratnya, berpacaran, memakai kerudung asal – asalan dan terlihat rambutnya (jipon), memakai make up yang mencolok(menor), diam – diam membawa alat elektronik seperti gadget, laptop dan lain sebagainya. Bagi

sebagian santri yang melakukan pelanggaran aturan pesantren ini salah satu penyebabnya adalah masih belum bisa menyesuaikan dirinya dengan baik, mereka mengalami kesulitan dalam mempertahankan dirinya karena mereka merasa sangat terbebani dengan kegiatan pesantren yang sangat padat sehingga mereka melakukan pelampiasan dengan melanggar aturan pesantren karena mereka sudah merasa stress berada di lingkungan pesantren, kurangnya regulasi diri yang baik dan kebanyakan mereka yang melanggar tidak memiliki teman untuk mencurahkan segala keluh kesahnya (Hasan, 2017:1). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuniar dkk., (2005) memperlihatkan bahwa tiap tahunnya terdapat 5 – 10% santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PMII) Assalam Surakarta yang memiliki permasalahan dalam penyesuaian diri di lingkungan pesantren. hal ini dikarenakan para santri kesulitan dalam mengikuti kegiatan pembelajaran yang ada di pesantren, merasa belum betah untuk tinggal di pondok dikarenakan masih belum bisa hidup berjauhan dengan orang tua, sering kena hukuman di pondok dan lain sebagainya.

Penelitian lain yang telah dilaksanakan oleh Pritaningrum & Wiwin (2016:136) mengenai penyesuaian diri di lingkungan pondok pesantren Ma'had Al – Ittihad Al – Islami Camplong Sampang Madura menunjukkan bahwa sebagian santri belum bisa menyesuaikan dirinya dengan baik, biasanya pada santri tersebut menonjolkan sikap seperti : sering mengurung diri dikamar, tidak memiliki teman dekat dan kurang bersosialisasi dengan teman lainnya, lebih suka menangis dan melamun, tidak banyak berbicara dan kurang adanya respon terhadap orang lain, rendahnya motivasi, sering meninggalkan kegiatan yang ada di pondok pesantren dan tidak melaksanakan tanggung jawabnya.

Dalam hal ini tidak semua santri mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren, ada yang merasa langsung betah ketika masuk lingkungan pesantren karena belajar dipesantren merupakan cita – citanya sejak awal, memiliki banyak teman membuat santri merasa semangat dalam menuntut ilmu, banyak pengetahuan baru yang dapat di temui dan di terapkan untuk kedepannya, merasakan hidupnya jauh lebih terarah karena selalu banyak nasihat – nasihat baik tentang perjalanan hidup, menemukan figur orang tua yang baru, dapat melakukan aktivitas yang lebih produktif, serta menjadi tempat untuk saling berlomba – lomba dalam kebaikan.

Oleh karena itu penyesuaian diri ini memiliki peran yang penting bagi para santri karena salah satu jalan agar mereka mampu bertahan, merasa nyaman berada dalam lingkungan tersebut, bisa menerima segala hal dengan lapang dada, mampu menyelesaikan

permasalahan yang ada (Udzma 2020:3). Keberhasilan santri untuk mampu menyesuaikan dirinya dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya kondisi fisik, kepribadian (*modifiability, self regulation, self realization, integensi*), faktor psikologis (proses belajar, pengalaman, latihan, determinasi diri), faktor lingkungan (lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan kelekatan teman sebaya, lingkungan masyarakat), faktor agaman dan budaya. Dalam penelitian ini akan berfokus kepada dua faktor kepribadian yang menyangkut terkait regulasi diri dan faktor lingkungan yang menyangkut terkait kelekatan teman sebaya (*Peer Attachment*). Adapun salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah regulasi diri. Hal ini dikarenakan penyesuaian diri erat kaitannya dengan upaya seseorang dalam mengatur dirinya dalam kehidupan sosialnya.

Menurut Zimmerman dkk., (1990:4) bahwa regulasi diri ini mengacu terhadap pemikiran, rasa, dan perilaku seseorang yang telah di rencanakan oleh dirinya dan bisa saja terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya tujuan yang ingin dicapainya. Regulasi ini berkaitan dengan metakognitif, motivasi dan perilaku yang berkontribusi aktif untuk dapat menggapai tujuannya. Menurut Bandura (1986) regulasi diri merupakan kemampuan seseorang agar dapat mengontrol dirinya sendiri dan regulasi diri ini merupakan salah satu dari sekian banyaknya penggerak utama kepribadian manusia yang terdiri dari proses observasi, penilaian, dan respon diri. Ketika seseorang tidak memiliki regulasi diri yang baik maka akan menjadi permasalahan karena tidak dapat mengontrol situasi atau keadaan yang ada dalam dirinya. Hal ini merupakan proses psikologis yang terjadi pada seseorang agar mampu menentukan dirinya dalam melakukan tindakan dan memiliki cara untuk dapat mengontrol dirinya agar menghasilkan perilaku yang positif serta bisa mencapai tujuan yang di inginkan (Atiyah et al., 2020:46).

Regulasi diri ini penting dimiliki oleh para santri dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya, dikarenakan ketika para santri memiliki regulasi diri yang baik maka mereka mampu mengelolah dan memposisikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya, sehingga perilaku mereka lebih terarah dan dapat beradaptasi dengan baik sesuai dengan keinginannya. Kemudian regulasi juga berperan penting dalam membentuk perilaku agar santri mampu mendisiplinkan dirinya. Santri yang memiliki regulasi diri yang baik maka akan mampu bertahan di lingkungan pesantren (Hapidoh dkk., 2019:167). Pada dasarnya santri yang mampu menghadapi suatu kondisi atau permasalahannya menggunakan sebuah tindakan, maka bisa disimpulkan santri tersebut mampu menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitarnya (Nabila & Laksmiwati, 2019:3).

Ketika para santri mempunyai regulasi diri yang baik maka dirinya akan mampu mengatur tujuan yang akan dicapai, mampu mengevaluasi apa saja target yang telah dicapai dan mampu menata strategi yang harus dilakukan untuk meminimalisir segala hal yang membuat dirinya terhambat dalam mencapai target tersebut. Sebaliknya ketika para santri mempunyai regulasi diri yang rendah ini akan membuat para santri merasa kesulitan dalam mengontrol dirinya terutama dalam mencapai target yang ingin dicapai. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nabila & Laksmiwati (2019:5) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Oleh karena itu regulasi diri menjadi hal yang penting dalam penyesuaian diri bagi para santri yang tinggal dipesantren.

Selain harus memiliki regulasi diri yang baik untuk dapat menyesuaikan diri para santri dengan lingkungannya, tentunya ada faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri santri yakni *peer attachment* (kelekatan teman sebaya). Menurut Armsden & Greenberg (1987:428) *peer attachment* atau kelekatan teman sebaya merupakan suatu hubungan erat yang sudah terbentuk antara seseorang dengan temannya yang dilatarbelakangi oleh adanya hubungan komunikasi yang baik, saling percaya dan memahami satu sama lain, mendapatkan rasa nyaman dan aman ketika bersama dengan temannya. Sependapat dengan Barrocas (2009:50) bahwa *peer attachment* merupakan hubungan antara individu dengan teman lainnya yang dapat memunculkan perasaan yang aman baik secara psikologis maupun fisik bagi individu tersebut. Lingkungan teman sebaya ini merupakan salah satu faktor yang penting dalam mempengaruhi penyesuaian diri seseorang, apalagi bagi kaum remaja karena teman sebaya mempunyai cerita baik suka maupun duka yang sama terkait perjalanan hidupnya dan akan selalu mensupport satu sama lain dalam prosesnya. Sependapat dengan Mudzkiyyah dkk.,(2022:32) bahwa *peer attachment* dapat menjadi prediktor penting dalam membantu penyesuaian diri seseorang. Hal ini sejalan juga dengan pendapat Santrock (2003) bahwa masa remaja yang banyak memainkan peran penting dalam *figure attachment* adalah teman sebaya (*peer*). Karena pada masa remaja seseorang akan mulai mencari teman yang satu frekuensi dan membuat dia merasa aman dan nyaman sehingga pada masa remaja adalah masa untuk membentuk suatu jalinan pertemanan yang lebih erat dengan teman sebayanya sehingga akan memunculkan ikatan persahabatan. Dari munculnya ikatan tersebut, individu akan mengamati dan menirukan segala perilaku, pandangan, gaya dan akan lebih mengetahui tingkah laku yang dilakukan oleh teman sebayanya (Neufeld & Maté, 2013).

Para remaja yang memiliki ikatan persahabatan yang kuat, mereka akan lebih terbuka dalam mengutarakan segala hal baik itu perasaan, pikiran maupun emosinya. Ketika memasuki masa remaja teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar dalam mempengaruhi perilaku, minat dan performa seseorang dibandingkan keluarganya sendiri (Lestari & Satwika, 2018:1). Remaja yang mempunyai ikatan persahabatan yang positif dapat membantu seseorang dalam menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan sekitarnya (Hairston dkk., 2010:89). Hubungan dengan teman sebaya memiliki pengaruh penting dalam kehidupan para santri. Sistem pembelajaran di pesantren memerlukan pengawasan 24 jam terhadap para santri. Hal ini membuat para santri harus mampu beradaptasi baik di lingkungan pesantren maupun sekolah, terutama dengan teman sebayanya. Faktanya, interaksi dengan teman sebaya jauh lebih intensif dibandingkan keluarga (Hapidoh dkk., 2019:170). Pengaruh teman sebaya terlihat dalam berbagai aspek kehidupan seperti penyesuaian diri dan keterampilan sosial. Selain itu, teman sebaya juga berkontribusi dalam pemilihan hobby bahkan cara berpakaian seseorang. Santri yang memutuskan untuk menuntut ilmu dan tinggal di pondok pesantren tentunya setiap hari akan bertemu dengan teman lainnya yang berasal dari berbagai daerah dan harus memiliki *peer attachment* yang baik agar mampu menyesuaikan diri di pondok pesantren. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Wardani (2017:82) menunjukkan bahwa *peer attachment* memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja putri disekolah homogen dan tinggal di asrama dengan kontribusi efektivitas sebesar 43,8%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2019) *peer attachment* memiliki hubungan dengan penyesuaian diri siswa yang berada di lembaga sekolah yang berbasis pesantren di Kota Tasikmalaya dengan nilai kontribusi sebesar 0,396. Hal ini menjadikan bahwa *peer attachment* bisa mempengaruhi penyesuaian diri seseorang. Oleh karena itu ketika santri memiliki hubungan kelekatan teman sebaya (*peer attachment*) yang baik maka para santri akan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang regulasi diri dan *peer attachment* yang berkaitan dengan penyesuaian diri para santri di pondok pesantren assa'adah, karena mengingat pentingnya penyesuaian diri untuk para santri agar dapat beradaptasi dengan baik, membuat para santri merasa betah di pondok pesantren, dan berharap dengan adanya penelitian ini mampu mengurangi jumlah santri yang keluar (boyong) . Oleh karena itu, dalam penelitian ini mengambil judul “ Hubungan

Regulasi Diri dan *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon?
2. Apakah terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon?
3. Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Babakan Ciwaringin Cirebon?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Menguji secara empiris hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.
2. Menguji secara empiris hubungan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.
3. Menguji secara empiris hubungan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berikut manfaat dari penelitian ini diantaranya :

### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu khususnya terkait ilmu psikologi dan dapat menjadi tambahan rujukan atau referensi untuk penelitian selanjutnya serta dapat digunakan sebagai tambahan pemahaman, data dan pengetahuan terkait hubungan regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri.

### 2. Manfaat praktis

- a) Bagi para santri, diharapkan dapat menjadi gambaran dan wawasan mengenai proses penyesuaian diri yang baik di lingkungan pesantren, serta bagi para santri yang memiliki regulasi diri dan *peer attachment* yang baik, maka akan dapat mempermudah penyesuaian diri di lingkungan pesantren.
- b) Bagi orang tua, diharapkan dapat membantu anak dan dirinya agar mampu menyesuaikan diri yang baik dengan memiliki regulasi diri dan kelekatan yang baik

pula agar dapat menerapkan kepada anak - anaknya, sehingga akan mampu mengendalikan dirinya dan merasa nyaman ketika beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

- c) Bagi pengasuh dan pembimbing, diharapkan mampu membantu para santri dalam meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan pondok pesantren dengan membantu santri untuk memiliki regulasi diri dan *peer attachment* yang baik dalam dirinya, agar santri merasa tidak tertekan dan betah tinggal dipesantren serta selalu semangat dalam menuntut ilmu.
- d) Para ahli di bidang psikologi, diharapkan dapat membantu menambah pemahaman kepada para pengasuh atau pendidik dan santri di pondok pesantren manapun mengenai pentingnya proses penyesuaian diri dengan melibatkan regulasi diri dan *peer attachment* untuk santri yang tinggal di lingkungan pesantren.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti telah melakukan studi literatur terlebih dahulu untuk memeriksa penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu, guna mencegah adanya kesamaan topik atau hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya dan menghindari adanya plagiarisme terkait penelitian ini sehingga peneliti mencantumkan beberapa penelitian terdahulu.

Pertama, penelitian dari Nabila & Laksmiwati (2019) yang membahas tentang “Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo”. Pada penelitian ini menggunakan rancangan penelitian korelasional dengan metode kuantitatif dengan populasi 151 santri kelas VII Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo. Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa hipotesis diterima hal ini berarti “terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo”. karena dilihat dari hasil analisis antara regulasi diri dengan penyesuaian diri menunjukkan koefisien sebesar 0,626( $r=0,626$ ) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p=0,000$ ) yang berarti koefisien korelasi pada penelitian ini mempunyai arah hubungan positif. Artinya semakin tinggi regulasi diri santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo maka akan semakin tinggi dalam proses penyesuaian diri santrinya. Dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka akan semakin rendah juga penyesuaian diri santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo.

Kedua, penelitian dari Widarti (2016) yang membahas tentang “Pengaruh Regulasi Diri terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa Pondok Pesantren MA Husnul Khotimah”. Pada penelitian ini menggunakan metode survey atau penelitian korelasional. Adapun Hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terkait regulasi diri terhadap penyesuaian diri siswa kelas 1 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah. Dalam hal ini pengaruh yang dihasilkan antara regulasi diri dan penyesuaian diri ini sifatnya adalah positif dikarenakan regulasi diri ini memiliki peranan yang penting bagi siswa. Pada saat penyesuaian diri meningkat dalam besaran satuan maka regulasi diripun akan meningkat juga sebesar 0,82. Yang artinya regulasi diri dapat memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 10% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Ketiga, penelitian dari Atiya dkk., (2020) yang membahas tentang “Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja”. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan 87 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri dilihat dari hasil pearson correlation sebesar ( $r=0,424$  dengan sig sebesar  $0.000$  ( $p<0.05$ )). yang berarti semakin tinggi tingkat regulasi diri maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya. Tingginya tingkat regulasi diri pada santri baru ini menunjukkan bahwa santri baru ini mampu dalam mengelola dan mengatur sikap dan perilakunya dengan baik serta peka dengan sikap dan perilakunya di pondok pesantren. Santri remaja dengan regulasi yang tinggi juga maka dirinya mempunyai tujuan yang telah ditetapkan di pesantren dan akan berusaha menggapai apa yang telah diusahakannya, sehingga setiap santri mempunyai arah dan tujuan yang jelas dalam menuntut ilmu di pondok. Sebaliknya tingkat regulasi diri yang berada dalam golongan yang sedang menunjukkan bahwa santri baru mempunyai regulasi diri yang sedang atau cukup baik, namun kurang memperhatikan ketekunan dan peningkatan usaha dalam menggapai tujuannya.

Keempat, penelitian dari Firdausil Ma’rifah (2019) yang membahas tentang “Hubungan Antara Konsep Diri dan *Peer Attachment* dengan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Bidikmisi UIN Walisongo”. Dalam penelitian ini memakai metode pendekatan kuantitatif dan menggunakan skala psikologi dalam teknik pengumpulan data dengan jumlah responden 152 mahasiswa Bidikmisi UIN Walisongo angkatan 2018. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 63% mahasiswa bidikmisi dengan kategori tinggi memiliki kelekatan dengan teman sebaya dan 37% mahasiswa bidikmisi dengan kategori sedang dalam memiliki kelekatan dengan teman sebayanya. Hal ini memiliki arti terdapat hubungan korelasi positif antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri

memiliki nilai  $r=0,493$  dengan sig  $p=0,000$  ( $p\leq 0,05$ ), semakin tinggi hubungan *peer attachment* mahasiswa bidikmisi maka penyesuaian dirinya pun akan tinggi, kebalikannya semakin rendah hubungan *peer attachment* mahasiswa bidikmisi maka penyesuaian diri pun akan semakin rendah juga.

Kelima, penelitian dari Intan Muthia (2020) yang membahas tentang “*Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi Pada Santri”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, subjek dalam penelitian adalah santri Dar El Hikmah Pekanbaru kelas VIII dan IX yang berjumlah 220. Penelitian ini menggunakan skala psikologi yakni skala regulasi emosi dan *peer attachment*, dilihat dari hasil analisis pearson product moment menghasilkan koefisien korelasi  $r = 0,553$ ,  $p=0,000$  ( $p\leq 0,05$ ) yang bermakna bahwa terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi cognitive reappraisal. Kemudian hasil analisis kedua dengan nilai  $r=0,251$ ,  $p=0,000$  ( $p\leq 0,05$ ) yang bermakna terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi expressive supression. Pada penelitian ini para santri Dar El Hikmah yang tinggal di lingkungan pesantren kesehariannya lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya maupun pengurusnya sehingga terbentuk hubungan yang erat dengan teman sebayanya hal ini menunjukkan bahwa *peer attachment* mulai terbentuk karena sering adanya pertemuan satu sama lain sehingga ketika santri sering bertemu satu sama lain maka komunikasi para santri akan semakin kuat dan bisa membantu santri untuk mengelola emosinya saat mengalami permasalahan, khususnya permasalahan yang menimpa santri saat tinggal dilingkungan pesantren.

Keenam, penelitian dari Lestari & Satwika (2018) yang membahas tentang “Hubungan Antara *Peer Attachment* dengan Regulasi Emosi pada Siswa Kelas VIII di SMPN 28 Surabaya”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan korelasional, penelitian ini ditujukan kepada Siswa Kelas VIII SMPN 28 Surabaya. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan regulasi emosi karena dilihat dari hasil koefisien korelasi sebenar 0,604. Sebelumnya juga dapat dilihat dari hasil wawancara diawal bahwa terdapat beberapa remaja yang mengatakan bahwa salah satu tempat utama untuk mencurahkan segala isi pikiran dan perasaan adalah kepada sahabat, yakni teman sebayanya. Hal ini disebabkan karena mereka yakin ketika menceritakan kepada sahabatnya akan langsung direspon dan pasti akan mampu memahami kondisi yang dialaminya, serta mampu memberikan solusi terbaik dalam memecahkan permasalahannya. Sehingga akan merasa tenang dan nyaman serta hal ini akan mampu meminimalisir emosi negatif yang sedang dirasakan. Dengan begitu, *peer*

*attachment* ini mampu untuk membantu seseorang dalam mengelolah emosi atau regulasi emosi.

Berdasarkan dari beberapa penelitian sebelumnya, peneliti menemukan persamaan dan perbedaan yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dengan penelitian ini. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah metode penelitian yang digunakan oleh peneliti sebelumnya yakni menggunakan metode korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni dalam keterkaitan variabelnya, dalam penelitian sebelumnya belum ada yang membahas terkait regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri. Yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya hanya mengambil dua variabel misalkan regulasi diri dengan penyesuaian diri, atau *peer attachment* dengan penyesuaikan diri. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menjadikan ketiga variabel itu untuk dijadikan tema penelitian, dikarenakan adanya permasalahan yang ditemukan oleh peneliti terkait penyesuaian diri santri. Perbedaan lainnya adalah subjek dan lokasi penelitiannya, subjek dalam penelitian ini adalah kepada para santri Ass'adah. Alasan peneliti mengambil subjek santri Assa'adah, dikarenakan banyak permasalahan dikalangan santri yang belum bisa teratasi. Adapun lokasi dalam penelitian ini yakni di Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon alasan peneliti mengambil tempat penelitian di Pondok Pesantren Assa'adah dikarenakan hasil dari pra riset yang dilakukan oleh peneliti menemukan permasalahan terkait penyesuain diri yang dialami oleh beberapa santri Assa'adah dan sebelumnya belum ada yang meneliti terkait penyesuaian diri di Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penyesuaian Diri**

##### **1. Pengertian Penyesuaian Diri**

Menurut Schneiders (1964:429) bahwasannya penyesuaian diri ialah suatu proses yang berkaitan dengan adanya respon mental dan tingkah laku, dimana individu akan mengusahakan agar mampu memenuhi kebutuhan yang ada dalam dirinya, mengatasi perih ketegangan – ketegangan, perasaan frustrasi dan konflik permasalahan yang berasal dari dalam dirinya, pada akhirnya akan mampu mewujudkan keharmonisan atau tingkat keselarasan antara tuntutan – tuntutan yang ada didalam dirinya dengan lingkungan yang ia singgahi. Kemampuan individu tentunya tidak akan selalu sama, dikarenakan terdapat individu yang mampu dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya dan ada juga yang belum mampu atau kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Penyesuaian diri bisa saja tidak berjalan dengan baik akibat seseorang tersebut tidak mampu menghadapi kendala yang dialaminya akhirnya memunculkan penyesuaian diri yang negatif dan menimbulkan permasalahan dalam kehidupannya (Prawira, 2016).

Menurut Haber & Runyon (dalam Mariska, 2018:312) Penyesuaian diri ialah proses yang berkelanjutan bertujuan agar individu mampu untuk mengubah tingkah laku, yang pada akhirnya ketika individu sudah mampu merubah tingkah lakunya maka akan terjadi hubungan yang harmonis dan sesuai antara individu dengan lingkungannya.

Adapun pendapat dari Kartono (2008) yang menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan upaya yang dilakukan oleh individu agar dapat menggapai kesetaraan untuk dirinya dan lingkungan dimana ia tinggal, ketika individu mampu untuk menerima respon – respon dengan baik dan menjalankan respon – respon dengan matang maka dapat dikatakan mampu menyesuaikan diri dengan baik. Pada dasarnya proses penyesuaian diri adalah suatu proses yang bersifat seumur hidup, dimana seseorang akan selalu berusaha menemukan jati dirinya dan mampu melewati berbagai tantangan dan tekanan dalam hidupnya agar kelak dapat menjadi pribadi yang sehat dan bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya (Gunarsa, 2008).

Menurut Atiyah dkk., (2020:44) Penyesuaian diri juga disebut sebagai proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya. dimana seseorang ini mampu untuk

mengamati suatu perilaku atau tindakan yang harus diterapkan di lingkungan baru dan mampu menerima keadaannya, sehingga akan memunculkan kepuasan dalam diri kita dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar. Sejalan dengan pendapat Nishfi & Handayani (2021:25) penyesuaian diri disebut sebagai suatu proses dalam menghadapi lingkungan yang baru dan perilakunya bisa dapat diterima dalam lingkungan masyarakat.

Sedangkan menurut Ghufron dan Risnawati (2010) penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan adanya kemampuan seseorang dalam memenuhi tuntutan yang ada dalam dirinya maupun lingkungannya, sehingga akan tetap terjaga keseimbangannya antara pemuasan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan sekitarnya. Maka hasilnya akan adanya keselarasan antara individu dengan kenyataan yang ada.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya yang terjadi secara berkesinambungan dengan melibatkan respon mental dan tingkah laku agar individu dapat menghadapi ketegangan dalam dirinya, mampu memenuhi segala tuntutan yang ada, sehingga akan menghasilkan kesetaraan dan dapat diterima dengan baik oleh lingkungan sekitarnya.

## 2. Aspek – Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Schneider (1964) terdapat enam aspek penyesuaian diri agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, diantaranya:

- a) Mampu mengendalikan emosi yang berlebih. Artinya individu mampu mengendalikan emosinya ketika sedang menggebu – gebu dan tidak ada emosi yang sifatnya merusak serta mampu menghadapi permasalahan yang dialaminya. Disini bukan berarti seseorang tidak memiliki kondisi emosional, akan tetapi dilihat seberapa bisa seseorang dapat mengendalikan emosinya ketika mendapat situasi yang membuatnya sulit untuk menyelesaikan permasalahan yang ada. Ketika seseorang mampu mengendalikan emosi dengan baik maka tidak akan memunculkan kondisi emosional yang merusak dan berlebihan (Atiyah dkk., 2020:48).
- b) Mampu meminimalisir mekanisme psikologis. Artinya individu memiliki kemampuan untuk dapat mempertahankan dirinya dengan tuntutan yang ada seperti halnya tuntutan yang sering terjadi di lingkungan sekitarnya. Individu yang mampu meminimalisir mekanisme psikologisnya maka ia akan mampu untuk menerima segala tuntutan bahkan perubahan yang ada di lingkungan sekitarnya, hal ini agar dapat memudahkan individu dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

Ketika seseorang memiliki mekanisme psikologis yang baik maka jelas terlihat seseorang mempunyai taraf kepekaan yang lebih terhadap permasalahan dan langsung tanggap untuk mencari solusi agar dapat mengatasi segala tuntutan atau perubahan yang dirasakannya.

- c) Mampu meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya. Individu yang sedang frustrasi biasanya ditandai dengan perasaan yang cemas, mudah menyerah ketika dihadapkan dengan kesulitan, kurang percaya diri dan tidak berdaya. Sehingga ketika seseorang tidak mampu meminimalisir perasaan frustrasi pada dirinya maka akan mengalami kesulitan dalam berpikir dan mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang ada. Akan tetapi jika individu mampu untuk meminimalisir perasaan frustrasi pada dirinya dengan memiliki *self control* yang baik, maka akan sangat membantu dalam menyelesaikan permasalahan yang ada karena ia akan berpikir dengan tenang dan tidak cemas serta dapat memberikan solusi yang tepat. Individu yang mampu meminimalisir perasaan frustrasi yang dialaminya dikarenakan ia senantiasa memiliki keterbukaan dengan orang lain, sehingga permasalahan yang dialaminya tidak dipendam sendiri justru ia akan menceritakan kepada orang terdekatnya agar dapat membantunya menemukan solusi atau hanya sekedar mengutarakan permasalahan yang dialaminya agar sedikit melegakan dirinya.
- d) Memiliki kemampuan dalam mengarahkan diri dan berpikir secara rasional. Artinya individu dapat menentukan dirinya untuk senantiasa menjadi pribadi yang baik, individu akan mampu menentukan tujuan dan mengambil keputusan terbaik secara mandiri untuk dirinya. Individu yang memiliki kemampuan dalam mengarahkan dirinya dan mampu berpikir secara rasional, maka ini menunjukkan bahwa seseorang mampu untuk menggerakkan perasaan, pikiran dan mampu mengatur tingkah lakunya ketika sedang berada dalam sebuah kondisi yang menyulitkan dirinya.
- e) Memiliki kemampuan mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu. Artinya individu mampu untuk terus membenahi diri dan belajar dari pengalaman yang telah ia lewati kemudian menjadikan pengalaman masa lalu tersebut menjadi sebuah hikmah yang kemudian akan memunculkan motivasi agar menjadi lebih baik lagi untuk kedepannya. Mampu untuk belajar dari pengalaman masa lalu ini membuat individu untuk terus belajar dan mengambil hikmah dari pengalaman masa lalunya yang kelak individu akan lebih berhati – hati dan terus memperbaiki suatu hal yang kurang baik yang ia temui dalam pengalaman masa lalunya.

- f) Memiliki sikap yang realistis dan obyektif. Artinya individu mempunyai sikap yang berkaitan dengan orientasi terhadap kenyataan yang dihadapinya, memiliki kemampuan dalam memperhatikan permasalahan, situasi dan kondisi serta melihat keterbatasan individu yang sesuai dengan realita yang ada. Individu yang memiliki sikap yang realistis dan obyektif artinya individu mempunyai kapabilitas dalam menilai secara obyektif tentang dirinya sesuai dengan realita yang ada, menilai secara obyektif ini bisa dalam hal menilai permasalahan yang sedang dialaminya ataupun menilai tentang kekurangan dan kelebihan pada dirinya.

Menurut Haber & Runyon (1984) terdapat beberapa aspek dalam penyesuaian diri diantaranya :

- a) Persepsi yang berkaitan dengan realitas. Individu mampu untuk menafsirkan realitas dengan sedemikian rupa agar masyarakat dapat mengubah persepsinya terhadap realitas kehidupan, sehingga dapat menetapkan tujuan yang realistis sesuai dengan kemampuannya, mengenali dan bertindak berdasarkan konsekuensinya untuk memperoleh tindakan yang tepat untuk dilakukan.
- b) Memiliki kemampuan dalam mengatasi kecemasan dan stress. Artinya individu mampu untuk menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang terjadi didalam kehidupannya dan memiliki hati yang lapang dada ketika menerima kegagalan.
- c) Memiliki potret diri yang positif. Potret diri yang positif ini berhubungan dengan penilaian terhadap dirinya. Individu akan mempunyai bayangan tentang dirinya melalui penilaian baik dari diri sendiri maupun penilaian dari orang lain. Dalam penyesuaian diri ini perlu memiliki potret diri yang positif namun perlu diketahui juga bahwa individu jangan sampai menghilangkan tentang kenyataan yang ada dalam kehidupannya. Individu harus menerima kelemahan yang ada didalam dirinya tidak hanya menerima kekuatan yang ada dalam dirinya saja, artinya individu harus mengenal lebih dalam tentang kelebihan dan kekurangan pada dirinya.
- d) Mampu untuk memperlihatkan emosi dengan baik. Artinya individu harus memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dengan baik ketika sedang mempunyai permasalahan.
- e) Memiliki hubungan interpersonal yang baik. Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang saling bergantung satu sama lain maka individu sangat penting memiliki hubungan interpersonal yang baik dikarenakan ketika individu memiliki

hubungan interpersonal yang baik, maka individu akan dengan mudah untuk menyesuaikan dirinya.

Sedangkan menurut Kartono (2008) menjelaskan bahwa terdapat empat aspek dalam proses penyesuaian diri seseorang diantaranya :

- a) Mempunyai perasaan afeksi yang tinggi, kuat, baik dan selaras, sehingga seseorang akan merasa aman dan nyaman, memiliki sikap yang baik serta selalu berhati – hati dalam bersikap.
- b) Mempunyai kepribadian yang baik dan terarah. Artinya individu memiliki tanggung jawab yang baik terhadap dirinya maupun orang lain, ketika berpikir mampu untuk mempertimbangkan dan menganalisis terlebih dahulu tidak asal menyimpulkan, mampu mengenal dan memahami diri sendiri serta mampu mengontrol dirinya sendiri ketika sedang mendapati permasalahan.
- c) Mempunyai ikatan sosial yang terjalin dengan baik dan rukun, yang diketahui dengan adanya jalinan komunikasi yang baik satu sama lain untuk bersosialisasi dan ikut serta dalam kegiatan kelompok.
- d) Mempunyai struktur syaraf yang normal dan sehat serta memiliki elastisitas psikologis agar mampu beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggalnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek dalam penyesuaian diri yakni terdiri dari mengontrol emosi yang berlebih, mekanisme psikologis yang baik, meminimalisir perasaan frustrasi, kemampuan dalam mengarahkan diri dan berpikir secara rasional, mengambil pembelajaran dan pengalaman dari masa lalu, sikap realistik dan obyektif, persepsi yang berkaitan dengan realitas, memiliki potret diri yang positif, memperlihatkan emosi dengan baik, hubungan interpersonal yang baik, memiliki perasaan afeksi yang tinggi, kepribadian yang baik dan terarah, struktur syaraf yang normal dan sehat. Aspek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan aspek yang telah dijelaskan oleh Schneiders (1964) serta sebagai bahan acuan dalam pembuatan skala penelitian agar dapat mengukur penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

### 3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (dalam Ali, 2011) menjelaskan terdapat lima faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam proses penyesuaian diri, diantaranya :

- 1) Kondisi fisik

Kondisi fisik ialah suatu keadaan pada diri seseorang dalam menjalani aktivitas sehari – harinya. Kondisi fisik ini memiliki pengaruh dalam proses penyesuaian diri seseorang. Pada kondisi fisik ini mempunyai beberapa aspek yang mampu mempengaruhi proses penyesuaian diri seseorang, diantaranya :

a) Hereditas dan konstitusi fisik

Hereditas atau faktor keturunan ini mampu mempengaruhi terhadap penyesuaian diri seseorang. Hereditas ini sering digunakan dengan pendekatan fisik dikarenakan antara hereditas dan fisik ini adalah suatu hal yang berkaitan erat dan tidak dapat dipisahkan dari mekanisme fisik. Terdapat prinsip umum yang sudah berkembang bahwasannya jika sifat, kapasitas pribadi, atau kecenderungan yang berhubungan dengan konstitusi fisik semakin dekat, maka akan berpengaruh lebih besar terhadap penyesuaian diri seseorang.

b) Sistem utama dalam tubuh

Sistem utama dalam tubuh terdiri dari sistem saraf, limfatik yang meliputi kelenjar, pernapasan, otot dan lain sebagainya. Sistem utama dalam tubuh ini dapat mempengaruhi seseorang terhadap penyesuaian diri. Misalkan seseorang yang mempunyai sistem saraf yang dapat berjalan dengan baik, sehat dan normal ini menjadi sebuah syarat utama agar dapat berfungsi dengan baik kepada fungsi – fungsi psikologisnya, sehingga nantinya akan berpengaruh baik kepada penyesuaian diri seseorang.

c) Kesehatan fisik

Kesehatan fisik dapat berpengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang. seseorang yang memiliki kesehatan fisik yang baik maka akan lebih mudah dalam menyesuaikan dirinya berbeda halnya dengan seseorang yang memiliki kesehatan fisik yang lemah. Orang yang sehat fisiknya akan memunculkan sikap percaya diri, penerimaan diri, pengaturan diri, lebih memperhatikan dan mencintai diri. Kondisi seperti inilah yang dapat membantu seseorang dalam proses penyesuaian diri.

2) Kepribadian

a) Kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*)

Kemampuan dan kemauan untuk berubah ialah salah satu karakteristik yang sangat terlihat pengaruhnya dalam proses penyesuaian diri. Penyesuaian diri ini sebagai suatu proses yang berkelanjutan, untuk itu diperlukan adanya kecenderungan agar mampu merubah dalam bentuk perilaku, kemampuan,

karakter dan lain sebagainya. Ketika seseorang tidak mempunyai kemauan dan kemampuan untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan, maka akan berdampak semakin sulit dalam proses penyesuaian dirinya. Ketika seseorang mampu dalam menyesuaikan dirinya terhadap lingkungannya itu dikarenakan adanya kemampuan dan kemauan dari dalam dirinya. Kemampuan dan kemauan berasal dari proses belajar. Individu yang berhasil belajar dengan sungguh – sungguh untuk mampu merubah dirinya menjadi lebih baik, maka kemampuan penyesuaian dirinya akan ikut berkembang.

b) Regulasi diri (*self regulation*)

Regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang agar mampu mengatur dan mengarahkan dirinya dari kepribadian yang menyimpang, seseorang yang berhasil mengatur dirinya maka ia akan bisa mengarahkan kepribadiannya (Arum & Khoirunnisa, 2021:190). Regulasi diri ini dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri seseorang dikarenakan ketika seseorang memiliki regulasi diri yang baik, maka akan dengan mudah untuk melakukan proses penyesuaian diri.

c) Realisasi diri (*self realization*)

Individu yang dapat mengatur dan mengarahkan diri maka dapat mengaplikasikan potensinya dan kemampuannya ke arah realisasi diri. Proses pencapaian diri dan penyesuaian diri pada akhirnya akan secara bertahap erat kaitannya dengan perkembangan kepribadian. Proses perkembangan kepribadian yang normal akan bergerak dari mulai masa kecil hingga remaja, dalam perkembangan kepribadian ini terdapat kemampuan yang sudah tertanam dalam bentuk perilaku, karakteristik, tanggungjawab, penghargaan diri, penghayatan nilai – nilai dan lingkungan serta lain sebagainya yang dapat mencapai kepada pembentukan kepribadian yang dewasa. Inilah hal – hal yang mendasari terjadinya realisasi diri.

d) Intelegensi

Intelegensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang dapat bersifat umum dan potensial. Intelegensi ini sangat penting dalam proses penyesuaian diri dikarenakan seseorang mampu memperoleh gagasan, prinsip, dan tujuan yang mampu berkembang dan memainkan peranan penting.

3) Faktor Psikologis

a) Proses belajar

Proses belajar sangat diperlukan dan harus terus dilatih untuk dapat berproses dalam penyesuaian diri, karena dapat membentuk adanya sifat dan respon yang diperlakukan dalam proses penyesuaian diri. Seseorang ini yang memiliki kemauan dan kemampuan dalam proses belajar ini akan melewati proses percobaan dan kegagalan (*trial and error*), penggabungan suatu informasi (*asosiation*), dan pembiasaan (*conditioning*).

b) Pengalaman (*experience*)

Pengalaman ini mampu sebagai bekal bagi individu dalam beradaptasi dalam lingkungan baru dikarenakan ketika individu sudah memiliki pengalaman maka akan mampu belajar untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya. Terdapat dua jenis pengalaman yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri yakni pengalaman yang sehat dan pengalaman yang traumatik (Aurel dkk., 2021:5). Pengalaman yang sehat yakni pengalaman yang membuat individu merasa bahagia, senang, nyaman, asik dan individu memiliki keinginan untuk dapat mengulangnya kembali. Pengalaman yang sehat ini adalah sebagai suatu jalan dalam mempermudah penyesuaian diri seseorang. Sedangkan pengalaman traumatik adalah pengalaman yang membuat individu merasa sedih, ketakutan, terpuruk, menyakitkan bahkan individu tidak ingin mengulangi peristiwa itu kembali. Pengalaman traumatik ini akan menyulitkan individu dalam menyesuaikan diri dikarenakan individu akan memiliki perasaan kurang percaya diri, terus menghindar dan merasa takut untuk berada di lingkungan baru.

c) Latihan

Latihan ini difokuskan sebagai tujuan pembiasaan dalam proses penyesuaian diri agar mendapatkan penyesuaian diri yang baik. Individu yang merasa dari awal tidak bisa dan tidak terbiasa menjalankan tuntunan yang ada pada lingkungan barunya, maka dengan latihan ini individu akan melakukan pembiasaan sedikit demi sedikit agar nanti menjadi terbiasa dan mampu untuk menerima segala keadaan dan tuntutan yang ada pada lingkungan barunya.

d) Determinasi diri

Determinasi diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam memfasilitasi dirinya agar mampu mengendalikan dirinya dalam mencapai tujuan hidupnya dengan menerima kelebihan dan kekurangan dirinya yang didasarkan pada tiga komponen psikologis yakni kebutuhan terkait

kompetisi, keterikatan dan otonomi (Geon, 2016:28). Determinasi diri ini mampu mempengaruhi proses penyesuaian diri bahkan menjadi penentu dalam proses penyesuaian diri. Karena jika individu dapat mengendalikan dirinya maka akan mampu untuk menyesuaikan dirinya, sebaliknya jika individu tidak dapat mengendalikan dirinya maka akan mengalami sulit dalam melakukan proses penyesuaian diri.

#### 4) Faktor lingkungan

##### a) Lingkungan keluarga

Keluarga adalah lingkungan utama bagi anaknya. Ketika anak menjalani kehidupannya tentu saja keluarganya yang menjadi tempat terpentingnya karena didalam keluarga anak akan mendapatkan pengalaman pertamanya dalam setiap perjalanan hidupnya (Nasution, 2019:115). Dalam lingkungan keluarga individu akan belajar untuk berkomunikasi dengan orang tua dan anggota keluarganya, akan belajar memahami akan perbedaan cara pandang dalam satu keluarga, menemukan perbedaan karakter dan lain sebagainya. Dari lingkungan keluarganya individu dapat memperoleh pengalaman yang bisa digunakan sebagai bekal dalam beradaptasi dilingkungan baru baik di sekolah maupun masyarakat. Ketika individu memiliki hubungan keluarga yang baik ini akan menciptakan kebahagiaan dan kenyamanan serta kelekatan pada anak ini menjadi hal yang mempengaruhi proses penyesuaian diri individu.

##### b) Lingkungan sekolah

Menurut Wahib dkk.,(2020:557) lingkungan sekolah merupakan lingkungan pendidikan utama yang kedua bagi anak karena lingkungan pendidikan utama pertama adalah lingkungan keluarga. Lingkungan sekolah dapat mempengaruhi perkembangan karakter, intelektual, nilai moral, emosi dan sosial individu baik dalam menjalin komunikasi dengan teman sebaya maupun gurunya. Dalam lingkungan sekolah teman sebaya merupakan salah satu faktor penting dalam mempengaruhi proses penyesuaian diri individu, dikarenakan adanya teman sebaya ini dianggap mempunyai pengalaman dan cerita perjalanan yang sama. Oleh karena itu individu dan teman sebayanya satu sama lain akan saling mendukung (Iflah & Listyasari, 2013:35). Teman sebaya ini mampu menjadi figur yang melekat setelah keluarga karena individu akan lebih sering berkomunikasi dengan teman sebayanya (Muntamah & Ariati, 2017:707). Kelekatan dengan teman sebaya ini akan membuat individu

merasakan kenyamanan dan menjadi lebih terbuka untuk meluapkan segala emosi negatif yang dirasakannya sehingga individu akan lebih mudah dalam proses penyesuaian dirinya (Rasyid & Suminar, 2012:3).

c) Lingkungan masyarakat

Lingkungan masyarakat merupakan suatu wilayah tempat tinggal dimana sekelompok orang yang realtif mandiri hidup bersama, mempunyai budaya yang sama dan sebagian besarnya melakukan aktivitas sehari – hari secara bersama – sama (Rahayu & Wigna, 2016:8). Lingkungan masyarakat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri karena konsistensi terkait suatu aturan, norma, moral, dan perilaku yang ada pada masyarakat akan ditelaah lebih dalam oleh individu yang tinggal di lingkungan masyarakat yang nantinya akan berdampak terhadap tahap perkembangan dirinya. Pada realitanya melihat bahwa sekarang banyak perilaku yang menyimpang dan maraknya kenakalan remaja, ini menjadi salah satu ciri penyesuaian diri yang tidak baik dan itu berasal dari lingkungan masyarakat yang memberikan pengaruh buruk.

5) Agama dan budaya

Agama menjelaskan dan mempelajari tentang makna dan tujuan hidup serta mendukung terbentuknya pengaturan diri yang baik melalui keyakinan, nilai – nilai dan praktik keagamaan untuk menjaga keselarasan dan stabilitas dalam hidup. Terutama ketika menghadapi konflik dan hambatan yang akan timbul. Karakteristik suatu budaya tidak hanya dapat membentuk kepribadian dan perilaku individu tetapi juga ciri – ciri dalam menyikapi tantangan, perubahan, dan tuntutan yang dihadapinya. Baik mudah menyesuaikan diri atau malah menyimpang.

Menurut (Ulfa, 2016:22) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, diantaranya : motivasi, bantuan dan arahan, lingkungan tempat tinggal individu dibesarkan dan dukungan serta kelekatan dengan teman sebayanya.

Sementara itu, menurut Hariyadi (1998:112) terdapat dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yakni faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang meliputi : konsep diri, sikap, persepsi, intelegensi dan minat serta kepribadian. Sementara untuk faktor eksternalnya meliputi: faktor keluarga, lingkungan sekolah, kelekatan

dengan teman sebaya, prasangka sosial dan berkaitan dengan hukum dan norma sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri terbagi menjadi dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi: kondisi fisik (hereditas, kesehatan fisik, sistem tubuh), kepribadian (sikap, persepsi, *modifiability*, regulasi diri, realisasi diri, intelegensi dan minat, konsep diri), faktor psikologis (pengalaman, proses belajar, latihan, motivasi). Sementara untuk faktor eksternal nya meliputi: lingkungan keluarga, sekolah, kelekatan teman sebaya, masyarakat, agama dan budaya, serta norma dan hukum.

#### 4. Penyesuaian Diri Dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam, penyesuaian diri digambarkan sebagai kemampuan individu dalam memenuhi nilai – nilai dan norma – norma agama yang ada dalam kehidupannya. Individu dikatakan memiliki jiwa yang sehat secara psikologisnya apabila individu mampu berkembang sesuai dengan tuntunan orang – orang sekitarnya. Dalam hal ini, dengan adanya agama dapat menciptakan suasana psikologis tertentu yang mampu meminimalisir terjadinya konflik, rasa frustrasi, cemas, takut dan lain sebagainya. Sependapat dengan hal itu, nampaknya agama khususnya agama Islam memperoleh tantangan untuk dapat memberikan dedikasi dalam memecahkan berbagai permasalahan agar individu mampu untuk menyelesaikan permasalahan. Pada akhirnya seseorang akan menemukan arti tentang kehidupan karena dikaitkan dengan kehidupan bermasyarakatnya, kemampuan penyesuaian diri pada individu diharapkan mampu menciptakan kesenangan, keceriaan, ketentraman, kenyamanan dan keamanan dalam menjalani kehidupan agar dapat terhindar dari perasaan yang takut, sedih, cemas, frustrasi, insecure dan konflik batin (Bastaman, 2001:199).

Telaah tentang penyesuaian diri dalam sudut pandang Islam telah dijelaskan dalam firman Allah surat Al – Isra’ ayat 15 yang berbunyi:

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا

*“Barang siapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersebut bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seseorang yang*

*berdosa tidak dapat menilai dosa orang lain, dan kami tidak akan mengadzab sebelum kami mengutus seorang rasul.”*

Dalam Tafsir Al – Mishbah menjelaskan bahwa barangsiapa yang berada didalan yang benar, maka sesungguhnya segala manfaatnya akan berbalik kepada dirinya sendiri. Dan barangsiapa yang keluar dari jalan yang benar, maka akan tersesat dan dosanya akan kembali kepada dirinya sendiri. seorang pendosa tidak bisa menanggu dosa orang lain. Tidaklah benar bagi Kami untuk menghakimi seseorang karena perbuatan buruknya, padahal Kami belum mengutus seorang rasul yang mengarahkan kepada jalan kebenaran dan menghindari kebatilan (Shihab, 2002:431).

Surat Al – Isra’ ayat 15 menerangkan bahwa Allah SWT telah menjelaskan dan mengingatkan hamba-Nya terkait dua hal. Pertama, Allah SWT mengingatkan hamba-Nya untuk mampu menyelamatkan dirinya berdasarkan rahmat dan hidayah yang telah Allah SWT berikan. Kedua, Allah SWT mengingatkan hamba-Nya ketika seseorang salah memilih jalan dan tersesat di jalan yang salah maka akan membuat diri sendiri rugi. Ayat diatas menjelaskan bahwasannya Allah SWT sudah memberikan pilihan terhadap hamba-Nya agar dapat memilih menyesuaikan diri sesuai jalan yang kita inginkan. Dalam surat Al – Isra’ ayat 15 terkait proses penyesuaian diri yang dilakukan manusia, bahwa ketika manusia berada dilingkungan manapun dituntut untuk mampu menyesuaikan diri agar dapat menjalani kehidupan dengan baik, rukun dan harmonis.

Selain itu, adapun pendapat yang dikemukakan oleh Mu’ti dkk.,(2023:1735-1736) menjelaskan bahwa penyesuaian diri dalam islam terbagi kedalam empat macam, diantaranya : penyesuaian dengan diri sendiri (*hablum minnafsi*), penyesuaian diri dengan tuhan (*hablum minallah*), penyesuaian diri dengan orang lain (*hablum minannas*), dan penyesuaian diri dengan alam sekitar kita (*hablum minal ‘alam*). Pembahasan terkait *hablum minallah* dan *hablum minannas* dijelaskan dalam Al – Qur’an surat An – Nisa ayat 36 yang berbunyi:

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا

*“Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatu apapun. Dan dengan dua orang ibu bapak, karib – kerabat, anak – anak yatim, orang*

– orang miskin, tetangga yang dekat dan jauh, teman sejawat, ibnu sabil, dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang – orang yang sombong dan membangga – membangkakan diri.”

Dalam Tafsir Al – Mishbah dijelaskan bahwa beribadallah kalian hanya kepada Allah yang menciptakanmu dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sedikit persekutuanmu. Berbuat baiklah kepada kedua orangtuamu dan penuhi hak – hak keduanya dengan persembahan yang sempurna. Berbuat baiklah juga kepada kerabat dekat, anak yatim yang sudah ditinggal ayahnya sebelum ia dewasa, orang – orang miskin yang tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, tetangga yang dekat rumah atau kekerabatannya maupun tetangga jauh rumah atau kekerabatannya, teman sejawat yang sehari – hari kita temui atau yang berbarengan ketika dalam perjalanan, ibnu sabil (orang yang habis bekal ketika ia sedang dalam perjalanan dan anak – anak jalanan), dan hamba sahaya baik berjenis kelamin laki – laki maupun perempuan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang – orang yang suka membanggakan diri, orang – orang yang tidak mempunyai rasa empati kepada sesama dan selalu memuji dirinya sendiri (Shihab, 2002b:415).

Berdasarkan penjelasan dari tafsiran ayat diatas, maka kita perlu ketahui bahwa dalam agama Islam sendiri Allah sudah memerintahkan kepada hamba-Nya agar dapat menjalin hubungan yang baik dengan sesama, baik dengan keluarga ataupun dengan lingkungan sekitarnya. Agar individu mampu untuk menjalin hubungan baik antar sesama maka perlu adanya penyesuaian diri yang baik juga agar menciptakan ikatan persaudaraan yang erat, saling menyayangi dan mengasihi, serta saling memberikan rasa aman dan nyaman.

## **B. Regulasi Diri**

### **1. Pengertian Regulasi Diri**

Secara bahasa regulasi diri dalam bahasa inggris disebut juga dengan *self regulation*. *Self* sendiri berarti “diri” dan *Regulation* berarti “pengaturan”. Maka secara istilah *self regulation* (pengaturan diri atau regulasi diri) menurut Zimmerman dkk., (1990:4) bahwa regulasi diri ini mengacu terhadap pemikiran, rasa, dan perilaku seseorang yang telah di rencanakan oleh dirinya dan bisa saja terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya tujuan yang ingin dicapainya. Regulasi diri ini

berkaitan dengan metakognitif, motivasi dan perilaku yang berkontribusi aktif untuk dapat menggapai tujuannya.

Regulasi diri ini merupakan salah satu bagian terpenting dalam teori kognitif sosial (*social cognitive theory*). Orang yang pertama kali menyebarkan teori belajar sosial pada tahun 1960an yakni Albert Bandura, namun teori belajar sosial ini berganti nama menjadi teori kognitif sosial yang muncul pada tahun 1986 dan Albert Bandura menerbitkan bukunya yang berjudul "*Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*". Bandura (1986) bahwa regulasi diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengatur dirinya, mempengaruhi perilakunya menggunakan cara mengatur lingkungannya, memunculkan dukungan kognitif, dan mampu memberikan hukuman terhadap perilakunya sendiri.

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ghufron dan Risnawita (2010:59) bahwa regulasi diri ialah suatu kemampuan individu agar mampu mengatur dirinya dalam suatu kegiatan dengan melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku aktif. Regulasi diri bukan kemampuan akademik atau kemampuan mental, melainkan tentang kemampuan individu dalam mengubah dan mengelola suatu kegiatan.

Menurut Abdul Manab (2016:7) menjelaskan bahwa regulasi diri adalah suatu proses individu dalam memperbaiki dan mengatur dirinya serta memiliki tujuan yang diinginkan, ketika tujuan tersebut sudah tercapai nantinya ada proses pengevaluasian terhadap tujuan yang telah dicapai, setelah proses yang dilakukan sudah tercapai dengan maksimal maka individu akan dapat merasakan kepuasan tersendiri.

Menurut Dias & Castillo (2014:371) regulasi diri dikatakan sebagai suatu proses psikologis yang dapat mengarahkan individu dalam melakukan suatu tindakan, regulasi diri juga mampu mengatur mekanisme pada individu untuk menghasilkan tingkah laku yang positif dengan harapan bisa tercapai sebuah impian yang diinginkannya.

Berdasarkan beberapa pendapat yang sudah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur, mempengaruhi, mengarahkan dan mengevaluasi tindakan yang sudah direncanakan dengan harapan menghasilkan tingkah laku yang positif, sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

## 2. Aspek – Aspek Regulasi Diri

Regulasi diri ini merupakan salah satu aspek yang penting dalam menentukan seseorang dalam berperilaku. Individu yang mempunyai regulasi diri maka dirinya akan mampu berperilaku aktif dengan menggunakan pemikiran dan kondisi emosional yang

cukup matang (Setiawan, 2017:263). Individu akan mampu berpikir dengan rasional terkait perilaku yang sesuai dan kurang sesuai. Individu akan lebih waspada dalam berperilaku dan berusaha untuk menghindari perilaku yang dapat merugikan orang sekitarnya (Wibowo & Fuad Nashori, 2017:56). Maka disini terdapat beberapa aspek regulasi diri yang ada pada diri individu, diantaranya :

Menurut Zimmerman (Ghufron, M. N., & Risnawita, 2010:59-61) menjelaskan bahwa kemampuan regulasi diri pada individu terdiri dari tiga aspek :

a) Metakognitif

Metakognitif dapat dikatakan sebagai pemahaman atau kesadaran yang berhubungan dengan proses kognitif tentang berpikir. Proses ini termasuk penting, dikarenakan ketika individu mampu untuk memahami pengetahuan terhadap kognisinya. Hasilnya yang didapat adalah individu akan memiliki kemampuan dalam merencanakan sesuatu, mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya, dan mampu untuk mengevaluasi dirinya terhadap aktivitas yang dijalannya.

b) Motivasi

Motivasi merupakan salah satu fungsi dari kebutuhan dasar yang menjadi faktor pendorong dalam segala tindakan yang akan dilakukan. Tindakan ini dapat terjadi karena terdapat dorongan dari dalam diri individu (intrinsik) dan dorongan atau rangsangan dari luar (ekstrinsik). Motivasi juga dapat dikatakan sebagai usaha individu dalam mengendalikan terhadap kemampuan yang ada dalam dirinya.

c) Perilaku

Perilaku merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang, baik yang dapat diamati langsung maupun tidak, sebagai respon terhadap sesuatu yang kemudian dijadikan kebiasaan dalam melakukan tindakannya. Individu mampu melakukan perilaku yang baik dengan lingkungan sekitarnya. Individu juga mampu memanfaatkan kesempatan yang ada lingkungan sekitar seperti keluarga, guru, teman sebaya yang mampu mendukung segala aktivitas dan mampu mengembangkan keterampilan yang dimilikinya.

Menurut Bandura (1986:354-365) menjelaskan bahwa ada terdapat tiga aspek yang ada dalam regulasi diri, yakni :

a) Observasi diri (*Self observation*)

Observasi diri ialah kemampuan yang dimiliki individu dalam memahami perilakunya melalui adanya pengamatan terlebih dahulu terkait kualitas dan

kuantitas dalam segala perilaku yang telah dilakukannya, serta otentisitas perilakunya.

b) Prose Penilaian (*Judgement process*)

Penilaian diri ini merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menilai dirinya mengenai seberapa penting tindakan yang dilakukannya berdasarkan tujuan yang sudah di rancang sebelumnya dan mampu menyadari dirinya terkait segala hal yang sudah dilakukannya secara efektif. Proses penilaian dapat dilihat berdasarkan standar dalam dirinya, memberikan nilai terhadap kegiatan yang dilakukannya, pertimbangan perilaku dengan standar norma yang ada dilingkungan sekitar.

c) Reaksi diri (*Self response*)

Reaksi diri merupakan kemampuan individu dalam merespon tindakan yang bersifat positif atau negatif berdasarkan dengan apa yang mereka peroleh dari tindakan yang dilakukan.

Adapun menurut Cervone & Pervin (2012:254) kemampuan individu dalam proses regulasi diri dapat dilihat dari beberapa aspek, antara lain: mempunyai peran untuk memberikan motivasi terhadap dirinya sendiri, memiliki rancangan dalam mencapai tujuan pribadinya, menyusun strategi, memberikan evaluasi dan memodifikasi tingkah laku yang akan dilakukan.

Berdasarkan penjelasan terkait beberapa aspek diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek regulasi diri yang dimiliki oleh individu terdiri dari : observasi diri, proses penilaian, reaksi diri, metakognitif, motivasi, perilaku, mempunyai peran dalam memberikan motivasi pada dirinya, memiliki rancangan dan tujuan pribadinya, menyusun strategi, memberikan evaluasi dan memodifikasi perilaku. Adapun aspek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan aspek dari Zimmerman yang terdiri dari metakognitif, motivasi dan perilaku. Aspek ini sebagai bahan acuan dalam pembuatan skala penelitian agar dapat mengukur regulasi diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

### 3. Regulasi Diri Dalam Perspektif Islam

Dalam Islam, Allah SWT telah memberikan anugerah kepada hambaNya untuk dapat mengatur dan mengontrol dirinya serta dapat bertanggung jawab sepenuhnya terhadap perilaku yang dilakukannya agar dirinya selalu ada dalam jalan kebenaran.

Allah SWT berfirman dalam Al – Qur’an Surat Al Hasyr ayat 18 yang membahas terkait regulasi diri pada individu :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِإِعَادَةٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

*“Wahai orang – orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui terhadap apa yang kamu kerjakan”.*

Dalam Tafsir Al – Mishbah, ayat ini mengajak kaum muslimin untuk lebih berhati – hati dan jangan sampai mengalami nasib seperti orang – orang Yahudi dan munafik yang mendapatkan siksa didunia dan diakhirat. Allah berfirman : *“Hai orang – orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah”*, yakni hindarilah siksa yang dapat dijatuhkan Allah dalam kehidupan dunia dan akhirat dengan jalan melaksanakan perintah-Nya sekuat kemampuan kamu dan menjauhi larangan-Nya *“dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah dikedepankannya”*, yakni amal saleh yang telah diperbuatnya *“untuk hari esok yang dekat yakni akhirat”*. Setelah memerintahkan bertakwa didorong oleh rasa takut, atau dalam rangka melakukan amalan positif, perintah tersebut diulangi lagi supaya dapat didorong oleh rasa malu dan meninggalkan perbuatan yang buruk. Allah berfirman : dan sekali lagi Kami pesankan, *“bertakwalah kepada Allah”*, *“sesungguhnya Allah Maha mengetahui terhadap apa yang kamu kerjakan”*, Allah senantiasa mengetahui dari hal sekecil apapun dan senantiasa mengetahui dari waktu ke waktu (Shihab, 2006:129-130).

Ayat diatas menjelaskan bahwa manusia diberikan perintah untuk selalu membuat rancangan dalam menjalani kehidupannya agar kelak diakhirat mendapatkan keselamatan. Sebagai makhluk Allah di muka bumi, manusia dituntut harus mampu untuk *muhasabah diri* (intropeksi diri) dan menjadikan suatu pengalaman sebagai pembelajaran dan teman terbaik dalam menempuh proses perjalanan hidup, serta kita harus menjadikan prioritas bahwa tujuan kita hidup di dunia hanya semata – mata untuk beribadah kepada Allah SWT.

Dalam Surat Al – Hasyr ayat 18 ini terdapat beberapa hal yang penting dan harus dipahami. Pertama, yakni dengan adanya perencanaan atau rancangan maka dapat memudahkan individu dalam mempertimbangkan keadaan dimasa depan sesuai dengan apa yang dicita – citakan. Seseorang sudah mulai memikirkan dan mempertimbangkan

mau jadi seperti apa kedepannya, apa kebutuhannya, apa tujuannya, apa harapannya dan lain sebagainya. Kedua, yakni dengan menentukan tujuan yang dirinya inginkan, ia akan menentukan perilakunya dengan melihat kondisi sekitarnya dan ia menyiapkan bekal apa saja yang diperlukan untuk dapat menggapai masa depannya, serta memahami apa kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya. Ketiga, yakni dapat merancang terkait hal apa saja yang ia ingin lakukan agar mampu mewujudkan tujuannya, siapa saja yang ingin dilibatkan, apa keahlian yang ingin ia gapai. Keempat, yakni memberikan kesempatan dan pilihan lain apabila terdapat kendala dalam menggapai tujuan yang ia inginkan, ia harus memiliki rencana kedua dan rencana selanjutnya apabila rencana sebelumnya mengalami kegagalan, dan terakhir dalam memberikan pilihan lain untuk dijadikan bahan referensi agar dapat dipersiapkan dengan matang kembali, serta menjadikan referensi sebagai keputusan yang akan diambil untuk rencana selanjutnya (Utari, 2021:49). Dengan mengaplikasikan pada penjelasan diatas, maka individu akan mampu dalam mengatur dirinya dengan baik.

### **C. *Peer Attachment* (Kelekatan Teman Sebaya)**

#### **1. Pengertian *Peer Attachment***

*Peers* (teman sebaya) merupakan kelompok remaja dengan tingkat usia atau kematangan yang kurang lebih sama. Dengan adanya kelompok teman sebaya, remaja akan dapat menerima *feedback* dari orang lain terutama dari teman sebayanya, mampu memberikan nilai positif pada individu dengan menyalurkan informasi terkait hal yang perlu dipertimbangkan pada identitas dirinya. Remaja yang mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan teman sebayanya maka akan dapat mengarahkan dirinya kepada hal – hal yang positif (Santrock, 2007).

*Attachment* (keterikatan atau kelekatan) menurut Santrock (2012) merupakan sebuah ikatan emosional antar individu yang kuat. *Attachment* adalah hubungan psikis yang dilakukan secara terus menerus antar individu sepanjang hidupnya (Bowlby, 1970:111). Teori *attachment* menjelaskan kelekatan yang muncul pada masa remaja akan mampu membentuk ikatan persahabatan, munculnya rasa kepercayaan terhadap teman, adanya penerimaan, dan komunikasi yang lebih dekat sehingga akan memberikan rasa nyaman, aman dan ketergantungan (Lestari & Satwika, 2018:6). *Attachment* yang mampu memberikan rasa aman antara remaja dengan figur lekatnya dapat menolong remaja dalam membangun kemandirian baik secara kognitif maupun emosional, serta mempunyai keahlian sosial yang baik (Sakti & Noviana, 2015:115).

Tingkat *secure attachment* yang tinggi terhadap teman sebayanya adalah ketika seseorang merasa bahwa teman sebayanya selalu ada disaat ia butuhkan (Wibowo & Wimbari, 2019:55).

*Attachment* (keterikatan) disebut sebagai ikatan kasih sayang yang bertahan lama yang ditandai dengan perasaan aman, percaya, komunikasi yang baik, dan penerimaan. Tidak hanya dengan orang tua namun juga dengan teman sebaya dan orang dewasa dilingkungan sekitar individu ketika memasuki usia remaja. Menurut Armsden & Greenberg (1987:428) *peer attachment* atau kelekatan teman sebaya merupakan suatu hubungan erat yang sudah terbentuk antara seseorang dengan temannya yang dilatarbelakangi oleh adanya hubungan komunikasi yang baik dan sudah saling memahami satu sama lain, mendapatkan rasa nyaman dan aman ketika bersama dengan temannya.

Menurut Barrocas (Aulya dkk., 2022:310) *peer attachment* kelekatan dengan teman sebaya adalah suatu keterikatan individu dengan teman sebayanya yang terjadi pada usia remaja dan dapat dijadikan sebagai sumber keamanan kondisi psikologis bagi diri individu. Individu cenderung akan mencari kenyamanan dan kedekatan dengan teman sebayanya baik dalam bentuk nasihat atau saran ketika dirinya merasa sedang membutuhkan bantuan teman sebayanya. *Peer attachment* salah satu hal penting bagi individu yang baru memasuki usia remaja karena mereka cenderung memberikan lebih banyak timbal balik dalam hal rasa memberi dan menerima dalam hubungan dibandingkan dengan hubungan orang tua dan anak (Hazan & Zeifman, 1994:154). Lebih lanjut lagi, kelekatan dengan teman sebaya memberikan peluang sejak masa remaja hingga seterusnya karena dapat membuka keterbukaan diri individu yang luas (Markiewicz dkk., 2006:128).

Menurut Neufeld (2013:136) *peer attachment* (kelekatan teman sebaya) adalah suatu ikatan yang terjalin secara erat antara individu dengan teman sebayanya, baik secara kelompok atau perorangan. Sejalan dengan pendapat dari Santrock (2003) bahwa *peer attachment* adalah jalinan ikatan antara individu dengan teman sebayanya yang terjalin sangat erat. Menurut Piaget (Laible dkk., 2000:47) menyatakan bahwa kelekatan dengan teman sebaya merangsang perkembangan moral, karena teman sebaya menyediakan tempat berlindung dimana individu dapat bereksperimen dengan risikonya.

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *peer attachment* merupakan ikatan yang terjalin sangat erat antara individu dengan teman

sebayanya dikarenakan adanya jalinan komunikasi yang baik dan memiliki kemampuan untuk saling memahami satu sama lain, sehingga dapat menjadi sumber keamanan dan kenyamanan bagi dirinya.

## 2. Aspek – Aspek *Peer Attachment*

Menurut Armsden dan Greenberg (1987) *peer attachment* dibentuk oleh tiga aspek utama yaitu :

### a) Kepercayaan (*trust*)

Kepercayaan ialah sikap yang dilakukan individu dalam bertumpu kepada orang lain dimana individu memiliki keyakinan penuh kepadanya. Individu yang sudah memiliki kepercayaan kepada orang lain, seperti kepada teman sebayanya maka individu akan memiliki ikatan yang kuat dengan orang yang dipercayainya. Individu akan memunculkan rasa aman ketika berada dengan *figur attachment* nya. Kepercayaan pada *figur attachment* adalah sebuah proses pembelajaran kepada orang lain yang merasa selalu hadir dalam kehidupannya, oleh karena itu kepercayaan mampu terbentuk setelah adanya pembentukan rasa aman yang telah dilalui dari pengalaman positif yang terjadi secara terus – menerus.

### b) Komunikasi (*communication*)

Komunikasi ialah salah satu cara yang dapat dilakukan oleh seseorang guna membangun ikatan emosional yang dapat memunculkan sikap saling memberikan saran dan masukan, saling memecahkan suatu permasalahan, serta saling memahami dirinya satu sama lain. Individu yang memiliki ikatan komunikasi yang baik dengan teman sebayanya maka dapat membantu untuk saling memenuhi kebutuhan individu untuk melakukan perilaku yang baik. Aspek komunikasi ini mengacu pada kualitas dan kuantitas komunikasi verbal antar individu. Melalui komunikasi, seseorang bisa memahami perasaan orang lain. Komunikasi adalah sebuah aktivitas penting untuk menciptakan keterikatan antara individu dengan teman sebayanya.

### c) Keterasingan (*alienation*)

Keterasingan ialah perasaan terisolasi, marah, dan tidak terikat dalam hubungan keterikatan dengan teman sebayanya. Perasaan ini dapat muncul karena figur lekat ini tidak konsisten membersamai individu dan mengabaikan apa yang individu keluh kesahkan. Pada akhirnya akan mendapatkan ikatan emosional yang buruk dan lemah antar individu dengan *figur attachment*. Individu yang mengalami kejadian seperti ini merasa bahwa dirinya tidak dianggap dan ditolak oleh

lingkungan sekitarnya. Kebalikannya individu merasa diperhatikan dan diterima baik oleh teman sebayanya maka akan dijauhkan dari keterasingan. Karena keterasingan ini berhubungan dengan penghindaran dan penolakan.

Kemudian menurut Bartholome dan Griffin (Hofstra, 2009:18) memiliki aspek berbeda, tidak sama seperti yang dikemukakan oleh Armsden & Greenberg, adapun aspek *peer attachment* antara lain :

a) Kelekatan aman (*secure attachment*)

Individu meyakini bahwa figur lekatkan akan berperilaku sensitif dan responsif, individu akan merasa bahwa figur lekatnya akan mampu memberikan kasih sayang, perhatian, kenyamanan dan perlindungan disaat ia membutuhkan. Remaja yang *secure* akan cenderung merasa nyaman terhadap sebuah hubungan pertemanan yang mandiri dan mudah akrab, serta mempunyai kemampuan untuk saling menyayangi dan mengasahi, merasa lebih percaya diri dan percaya bahwa orang lain akan berperilaku responsif kepada dirinya.

b) Kelekatan yang cemas (*preoccupied attachment*)

*Preoccupied attachment* ini dapat terbentuk dikarenakan adanya persepsi negatif terhadap diri sendiri, akan tetapi mempunyai persepsi positif terhadap orang lain. Individu dengan *preoccupied* akan cenderung merasa bahwa tidak ada yang mencintai dirinya, namun memiliki keinginan agar dapat di terima orang lain, merasa kebingungan dan banyak diem, kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan, tidak bisa mengendalikan emosi, dan selalu bergantung kepada orang lain.

c) Kelekatan menghindar (*dismissing attachment*)

*Dismissing attachment* ini dapat terbentuk dikarenakan adanya persepsi positif terhadap dirinya, akan tetapi mempunyai persepsi negatif terhadap orang lain. Individu yang memiliki *dismissing attachment* ini akan selalu berpikiran negatif kepada orang lain, bergantung kepada orang lain, ketika mendapatkan kecewaan maka ia akan berusaha untuk melawannya dengan melindungi dirinya. Remaja dengan *dismissing attachment* ini akan menghindari figur lekatnya karena merasa tidak adanya kenyamanan yang ia rasakan.

d) Kelekatan menolak (*fearfully attachment*)

*Fearfully attachment* yakni kelekatan dimana individu mempunyai tingkat kepercayaan yang tinggi kepada dirinya, akan tetapi kepercayaan dengan orang lain sangat rendah. Individu akan merasa bahwa dirinya tidak

dapat mempercayai figur lekatnya dan tidak dapat memiliki hubungan erat dengan orang lain. Adanya keinginan individu untuk dapat memiliki hubungan erat dengan orang lain, akan tetapi dirinya mengalami kesulitan untuk dapat mempercayai dan bergantung terhadap orang lain, ia akan merasakan ketakutan akan tersakiti ketika memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain

Adapun menurut Sullivan (Hairston dkk., 2010:89) bahwa aspek penting dalam *peer attachment* adalah keintiman. Keintiman sendiri dapat digambarkan sebagai kedekatan emosional. Individu yang memiliki *peer attachment* yang baik akan cenderung lebih intim dibandingkan tidak memiliki hubungan *peer attachment*.

Berdasarkan penjelasan beberapa aspek diatas, maka aspek dari *peer attachment* diantara : kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), keterasingan (*alienation*), kelekatan aman (*secure attachment*), kelekatan yang cemas (*preoccupied attachment*), kelekatan menghindar (*dismissing attachment*), kelekatan menolak (*fearfully attachment*), dan keintiman. Adapun aspek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan aspek dari Armsden dan Greenberg (19870) yang terdiri dari : kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), keterasingan (*alienation*). Aspek ini sebagai bahan acuan dalam pembuatan skala penelitian agar dapat mengukur *peer attachment* santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

### 3. *Peer Attachment* Dalam Perspektif Islam

Adanya *peer attachment* ini sangat penting dan berpengaruh dalam kehidupan individu, karena ketika individu memiliki ikatan yang erat satu sama lain maka akan merasa hidupnya penuh rasa aman dan nyaman, dapat mencurahkan segala pikiran dan permasalahan hidupnya kepada orang lain, saling mengkritik dan memberikan saran agar kedepannya lebih baik. Manusia adalah makhluk sosial, sudah sepantasnya kita sebagai makhluk sosial membutuhkan orang lain dalam kehidupan kita, karena kita tidak bisa mengandalkan hidup kita sendiri tanpa ada bantuan dari orang lain. Dalam Islam pun diajarkan bahwa sebagai umat Islam harus saling tolong menolong satu sama lain dalam kebaikan agar dapat menjalani kehidupan dengan ringan dan bahagia. Dalam Al – Qur'an surat Al – Maidah ayat 2 Allah memerintahkan hambaNya untuk saling tolong menolong, ayat tersebut berbunyi :

.....وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

*“Dan tolong menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah. Sesungguhnya Allah amat berat siksaNya”.*

Dalam tafsir Al – Mishbah, ayat ini memerintahkan agar saling tolong menolong sesama manusia dalam hal kebajikan, seperti dalam FirmanNya : *Dan tolong menolonglah kamu dalam hal kebajikan dan ketakwaan, jangan tolong menolong dalam dosa dan pelanggaran*, ini merupakan prinsip dasar menjalin hubungan dengan siapapun, selama tujuannya adalah kebajikan dan ketakwaan. *Dan jangan tolong menolong dalam dosa dan pelanggaran, sesungguhnya Allah amat berat siksaNya*. Ini merupakan sebuah peringatan dan larangan untuk hambaNya agar jangan tolong menolong dalam perbuatan dosa dan melanggar syariat Islam (Shihab, 2002b:13).

Berdasarkan ayat diatas Allah memerintahkan hambaNya untuk saling tolong menolong dalam hal kebaikan, dan jangan tolong menolong dalam dosa dan pelanggaran. Perlu kita ketahui bahwa dengan adanya *peer attachment* ini dapat membantu individu untuk memiliki sikap tolong menolong terhadap teman sebaya kita, ketika individu memiliki *peer attachment* yang baik maka cenderung akan saling menyayangi dan mengasihi serta saling tolong menolong dan saling memenuhi kebutuhan satu sama lain. Nabi Muhammad Saw pun mengibaratkan ikatan pertemanan atau persahabatan bagaikan kedua belah tangan. Dapat kita lihat bahwa kedua belah tangan mempunyai ikatan yang kokoh dan kuat satu sama lain. Keduanya saling melengkapi, menguatkan dan tolong menolong. Misalnya saja suatu hal yang tidak bisa dilakukan oleh tangan kiri maka dapat dilakukan oleh tangan kanan, sebaliknya apabila suatu hal yang tidak bisa dilakukan oleh tangan kanan, maka dapat dilakukan oleh tangan kiri. Keduanya ini dapat menyatu untuk mampu mencapai tujuan yang sama (Jufri, 2017:26). Individu yang berhasil memiliki kelekatan dengan teman sebayanya maka akan merangsang perkembangan moral, karena teman sebaya menyediakan tempat berlindung dimana individu dapat bereksperimen dengan risikonya, dan kelekatan dengan teman sebaya memberikan peluang sejak masa remaja hingga seterusnya karena dapat membuka keterbukaan diri individu yang luas (Markiewicz dkk., 2006:128).

#### **D. Korelasi Regulasi Diri dan *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri disebut juga sebagai proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya. Dimana seseorang ini mampu untuk mengamati suatu perilaku atau tindakan yang harus diterapkan di lingkungan baru dan mampu menerima keadaannya, sehingga akan memunculkan kepuasan dalam dirinya dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar (Atiyah dkk., 2020:44).

Dalam dunia pesantren para santri dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik, dikarenakan dalam dunia pesantren santri akan bertemu dengan banyak orang baru yang tidak mengetahui latarbelakang sebelumnya seperti apa, harus meninggalkan rumah dan jauh dengan orang tua, makan seadanya, ketika ingin melakukan aktivitas apapun harus dibudayakan ngantri terlebih dahulu dan santri dituntut untuk dapat mentaati segala aturan yang ada di pondok pesantren serta mengikuti seluruh kegiatan yang ada di pondok pesantren. Bagi para santri penyesuaian diri bukanlah hal yang gampang, banyak sekali kasus terkait penyesuaian diri para santri. Sebagian santri banyak yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dikarenakan sulitnya bergaul dengan teman lainnya, banyak permasalahan yang dialaminya, tidak memiliki teman dan sering menyendiri, merasa tertekan berada di lingkungan pesantren, tidak bisa jauh dari orang tua dan lain sebagainya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nabila & Laksmiwati (2019:5) bahwa masih banyak santri yang merasa dirinya tidak betah berada di lingkungan pesantren sehingga para santri itu memilih untuk meninggalkan pesantren (*boyong*), terdapat 10 – 13% santri putri kelas VII yang memilih untuk meninggalkan pesantren setiap tahunnya disebabkan karena para santri tersebut tidak bisa menyesuaikan dirinya dengan jadwal kegiatan pesantren yang padat sehingga santri sering jatuh sakit dan tidak mau makan dikarenakan lauk dipesantren tidak seenak dirumah, serta sering menyendiri dan tidak memiliki teman di pesantren.

Santri yang dapat menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren dengan menerima segala tuntutan yang ada, maka santri tersebut akan mampu menjalankan segala aktivitas yang ada di lingkungan pesantren dengan penuh semangat dan bahagia, dapat mentaati segala aturan yang sudah diterapkan di dunia pesantren, serta ketika mengalami sebuah permasalahan santri tersebut akan mampu memecahkan permasalahannya. Sebaliknya santri yang belum mampu dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren maka cenderung akan menunjukkan perilaku negatif yang bersifat adanya penolakan misalnya: tidak taat aturan, sering kabur, tidak mengikuti segala kegiatan yang ada di pesantren,

beralasan pura – pura sakit, tidak mau bersosialisasi dengan teman lainnya dan lain sebagainya (Atiyah dkk., 2020:45).

Schneiders (dalam Ali, 2011) terdapat lima faktor yang dalam mempengaruhi penyesuaian diri yakni kondisi fisik, kepribadian, faktor psikologis, faktor lingkungan, dan faktor agama serta budaya. Salah satu faktor yang tercantum pada kepribadian yakni regulasi diri karena dapat memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang. Hal ini disebabkan karena regulasi diri (pengaturan diri) berkaitan dengan proses seseorang dalam mengelola dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Adapun menurut Zimmerman (1990:4) bahwa regulasi diri ini mengacu terhadap pemikiran, rasa, dan perilaku seseorang yang telah di rencanakan oleh dirinya dan bisa saja terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya tujuan yang ingin dicapainya. Regulasi diri ini berkaitan dengan metakognitif, motivasi dan perilaku yang berkontribusi aktif untuk dapat menggapai tujuannya. Regulasi diri ini penting dimiliki oleh para santri dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya, dikarenakan ketika para santri yang memiliki regulasi diri yang baik maka mereka mampu mengelolah dan memposisikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya, sehingga perilaku mereka lebih terarah dan dapat beradaptasi dengan baik sesuai dengan keinginannya. Sebaliknya jika santri memiliki regulasi diri yang rendah maka tidak akan mampu mengatur dirinya dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya, ia akan merasa hidupnya penuh tekanan dan cemas sehingga tidak memiliki tujuan yang sudah direncanakan.

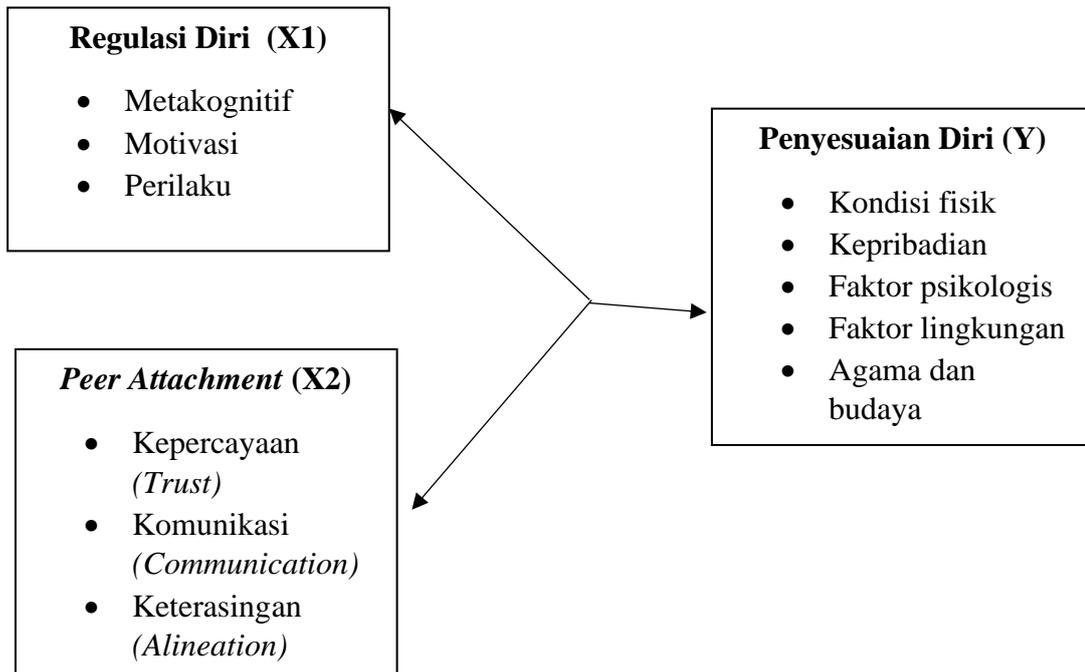
Selain harus memiliki regulasi diri yang baik untuk dapat menyesuaikan diri para santri dengan lingkungannya, tentunya ada faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri santri yakni *peer attachment* (kelekatan teman sebaya). Menurut Ulfa (2016:22) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, diantaranya : motivasi, bantuan dan arahan, lingkungan tempat tinggal individu dibesarkan dan dukungan serta kelekatan dengan teman sebayanya. Teman sebaya ini merupakan lingkungan yang sangat melekat pada remaja karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman sebayanya dibandingkan bersama dengan orang tua dirumah (Mudzkiyyah & Nuriyyatiningrum, 2021:8). *Peer attachment* (kelekatan teman sebaya) memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri santri dikarenakan bisa ditinjau dari seberapa dekat santri itu memiliki hubungan dengan teman yang berada disatu lingkungannya. Menurut Septiningwulan & Dewi (2021:47) bahwa *peer attachment* merupakan hubungan antara dua orang sebaya atau lebih yang dapat membentuk suatu ikatan yang erat, mempunyai kepercayaan dan komunikasi yang baik antara keduanya yang pada akhirnya akan

memunculkan rasa nyaman dan aman secara psikologis diantara keduanya. Teman sebaya disini berarti bukan hanya orang yang mempunyai usia yang sama saja melainkan juga orang yang satu ruang yang sama. Santri yang dapat menjalin hubungan erat dengan teman sebayanya akan mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dalam kehidupannya (Ringganis & Darmayanti, 2023:56). Santri cenderung akan mencari koneksi dan kenyamanan melalui saran atau nasihat dari teman sebayanya ketika dirinya merasa membutuhkannya (Laghi dkk., 2009:183). Teman sebaya ini bisa mempengaruhi seseorang dalam proses pengambilan keputusan. Keterikatan yang terjalin pada masa remaja ini akan melahirkan dan membentuk persahabatan. Santri yang mempunyai persahabatan yang erat dapat mengungkapkan pikiran, perasaan, dan emosinya serta jauh lebih terbuka (Luthfi & Husni, 2020:117).

Santri yang mempunyai *peer attachment* yang baik, maka dirinya akan mendapatkan rasa aman, nyaman, kepedulian, kasih sayang, serta support dari teman sebayanya sehingga seseorang akan merasa diterima dan memiliki jiwa yang kuat dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya dan hasilnya dirinya akan mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Sebaliknya, jika santri yang mempunyai *peer attachment* yang kurang baik maka akan merasa dirinya insecure dan tidak pantas untuk beradaptasi dengan orang sekitarnya, akhirnya akan mengalami proses penyesuaian diri yang sangat lama.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat diketahui bahwa regulasi diri dan *peer attachment* ini keduanya sama – sama saling berhubungan dengan penyesuaian diri seseorang. Khususnya bagi para santri Pondok Pesantren Assa’adah bahwa antara regulasi diri dan *peer attachment* dapat menjadi faktor pendukung untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik dalam lingkungan sekitarnya. Sehingga akan tercipta kesenangan, kenyamanan, keamanan dan kesejahteraan, serta dapat menjalani hari – hari dengan penuh kebahagiaan.

## E. Kerangka Berpikir



**Gambar 2. 1 Skema Hubungan Antara Regulasi Diri dan Peer Attachment dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon**

## F. Hipotesis

Hipotesis ialah sebuah jawaban yang bersifat sementara berdasarkan dengan rumusan permasalahan dalam penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya yang disajikan dalam sebuah kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2018:114). Sejalan dengan pendapat Abdullah (2015:206) bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara yang perlu di uji terlebih dahulu kebenarannya melauai penelitian. Jawaban sementara yang maksudkan disini adalah jawaban terkait permasalahan yang sudah dijelaskan dalam rumusan permasalahan, akan tetapi terkait kebenarannya akan melauai uji secara empiris terlebih dahulu berdasarkan dengan analisis data di lapangan. Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas, hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
2. Terdapat hubungan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
3. Terdapat hubungan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan jenis penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif sendiri diambil berdasarkan pandangan filsafat *positivisme*. Hal ini dikarenakan filsafat *positivisme* ini memiliki pandangan bahwa sebuah fenomena dalam penelitian ini dapat digolongkan, hasilnya kongkrit, dapat terukur, relatif akan hasil yang tetap, dan memiliki hubungan gejala bersifat sebab akibat (Pramita dkk., 2021:5). Sependapat dengan Sugiyono (2016:8) penelitian kuantitatif ini didasarkan oleh filsafat *positivisme*, penelitian kuantitatif ini dapat digunakan untuk meneliti terkait sampel atau populasi tertentu, dalam proses pengumpulan datanya menggunakan instrumen penelitian dan dapat dianalisis dengan menggunakan statistik. Adapun penelitian korelasional menurut Azwar (2018:7) memiliki tujuan untuk dapat mengetahui adanya hubungan antar variabel yang berdasarkan dengan hasil koefisien korelasi. Dalam penelitian korelasional ini memakai instrumen untuk dapat menentukan apakah, dan untuk tingkat apa, terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih yang dapat dikuantitatifkan (Pramita dkk., 2021:13).

#### B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

##### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ialah suatu sifat, atau objek, nilai dari orang, atau suatu kegiatan yang memiliki berbagai macam bentuk dari satu dengan yang lainnya yang sebelumnya sudah ditetapkan oleh peneliti yang dijadikan sebagai tujuan untuk dapat ditelaah dan ditarik kesimpulan (Rafika Ulfa, 2019:342). Variabel penelitian ini menjadi salah satu faktor yang ikut berperan terhadap suatu kejadian atau gejala yang akan diteliti (Suryabrata, 2011:25). Dalam penelitian ini terbagi menjadi dua macam variabel yakni variabel independen dan variabel dependen, sebagai berikut :

Variabel dependen (Y)	: Penyesuaian Diri
Variabel independen (X1)	: Regulasi Diri
Variabel independen (X2)	: <i>Peer Attachment</i>

## 2. Definisi Operasional

### a. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya yang terjadi secara berkesinambungan dengan melibatkan respon mental dan tingkah laku agar individu dapat menghadapi ketegangan dalam dirinya, mampu memenuhi segala tuntutan yang ada, sehingga akan menghasilkan kesetaraan dan dapat diterima dengan baik oleh lingkungan sekitarnya. Semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu, maka akan semakin baik dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya semakin rendah tingkat penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu, maka akan semakin sulit dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya.

### b. Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur, mempengaruhi, mengarahkan dan mengevaluasi tindakan yang sudah direncanakan dengan harapan menghasilkan tingkah laku yang positif, sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Semakin tinggi tingkat regulasi diri pada individu, maka akan semakin baik dalam mengelolah dan memposisikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya semakin rendah tingkat regulasi diri pada individu, maka akan semakin sulit dalam mengelola dan memposisikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya.

### c. *Peer Attachment*

*Peer attachment* merupakan ikatan yang terjalin sangat erat antara individu dengan teman sebayanya dikarenakan adanya jalinan komunikasi yang baik dan memiliki kemampuan untuk saling memahami satu sama lain, sehingga dapat menjadi sumber keamanan dan kenyamanan bagi dirinya. Semakin tinggi tingkat *peer attachment* pada individu, maka akan semakin baik pula dalam mendapatkan sumber keamanan dan kenyamanan dari teman sebayanya, sehingga individu akan merasa diterima dengan baik dan memiliki jiwa yang kuat dalam menghadapi permasalahan yang nantinya hasilnya akan dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Sebaliknya semakin rendah tingkat *peer attachment* pada individu, maka akan semakin sulit pula dalam mendapatkan sumber keamanan dan

kenyamanan dari teman sebayanya. Individu akan merasa dirinya *insecure* dan tidak pantas untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya sehingga individu memilih untuk menghindar dari teman sebayanya dan pada akhirnya akan mengalami proses penyesuaian diri yang lama.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat dalam penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Dalam penelitian ini untuk pengambilan datanya akan dilaksanakan secara langsung (*offline*). Waktu yang dilaksanakan dalam penelitian ini yakni pada tanggal 31 Agustus 2024 – 1 September 2024.

### **D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling**

#### **1. Populasi**

Populasi merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam penelitian, karena pada populasi ini adalah sebagai sumber informasi (Amin dkk., 2023:17). Menurut Sugiyono (2018:80) populasi dapat diartikan sebagai wilayah generalisasi yang meliputi objek atau subjek yang memiliki taraf kepribadian tertentu yang dapat dipakai oleh peneliti untuk mampu menelaah lebih lanjut dan memperoleh kesimpulan yang didapatkan. Dengan kita menentukan populasi dalam penelitian, maka kita akan mampu menetapkan subjek mana yang nantinya akan diteliti, atau dapat digeneralisasikan hasil penelitian itu untuk siapa saja (Eva Latipah, 2014:76). Populasi ini bukan hanya dijadikan sebagai jumlah yang ada untuk suatu subjek yang ditelaah, namun juga mencakup kepada semua bentuk kepribadian yang ada dalam subjek tersebut (Amin dkk., 2023:18). Adapun populasi dalam penelitian ini yakni seluruh santriwati di Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon yang berjumlah 120 santri.

#### **2. Sampel dan Teknik Sampling**

Sampel memiliki makna yakni sebagian dari populasi yang akan dijadikan sebagai sumber data yang valid dalam sebuah penelitian. Dapat dikatakan juga bahwa sampel ialah sebagian dari populasi yang mampu mewakili semua populasi yang ada (Amin dkk., 2023:20). Dikarenakan sampel ini adalah sebagian dari populasi, maka dalam sebuah sampel wajib mempunyai karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Eva Latipah, 2014:77).

Dalam menentukan sampel penelitian diperlukan adanya teknik sampling atau teknik pengambilan sampel, dikarenakan teknik sampling ini dapat dijadikan dalam memilih siapa saja anggota dari populasi yang nantinya akan digunakan sebagai sampel dalam melakukan penelitian (Amin dkk., 2023:21). Dalam menentukan sampel penelitian, terdapat beberapa jenis teknik pengambilan sampel yang digunakan. Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan ialah teknik *non probability sampling*. Teknik *non probability sampling* ini ialah salah satu teknik dalam pengambilan sampel yang tidak memberi kesempatan atau peluang yang seimbang untuk setiap anggota populasi yang ditentukan untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2018:80). Jenis teknik *non probability sampling* dalam penelitian ini menggunakan jenis *saturation sampling* atau sampel jenuh. Sugiyono (2018:80) menjelaskan bahwa sampel jenuh sebagai teknik pengambilan sampel yang mengambil keseluruhan anggota populasi sebagai sampel. Berdasarkan pada jumlah populasi yakni 120 orang santri Pondok Pesantren Assa'adah, maka peneliti akan mengambil seluruh jumlah populasi santri yang ada dalam Pondok Pesantren Assa'adah yang berjumlah 120 orang santri.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data menjadi salah satu proses yang penting dalam melakukan penelitian, dikarenakan dalam penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data (Sugiyono, 2018:224). Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan skala psikologi. Skala psikologi merupakan salah satu bentuk alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur atribut non kognitif, yang pada biasanya disediakan menggunakan format yang tertulis (Azwar, 2018). Adapun alat ukur yang digunakan adalah alat ukur skala likert. Skala likert merupakan salah satu jenis skala yang dapat dijadikan sebagai alat ukur untuk dapat mengukur persepsi, pendapat dan perilaku individu atau kelompok terkait fenomena sosial (Sugiyono, 2018). Dalam skala likert terbagi menjadi dua macam yakni favorable dan unfavorable. Favorable ini yang berkaitan dengan pernyataan positif atau mendukung, sedangkan unfavorable yang berkaitan dengan pernyataan negatif atau tidak sesuai dengan subjek (Azwar, 2018). Dalam skala likert ini peneliti menggunakan empat macam jawaban alternatif yakni menggunakan format sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Adapun nilai yang akan diberikan dalam skala likert ini sebagai berikut :

**Tabel 3. 1 Penilaian Skala Likert**

Pilihan Jawaban	Skoring	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Adapun hasil dari skalanya akan diproses lebih lanjut memakai perhitungan statistik. Dalam penelitian ini skala psikologi yang akan digunakan adalah skala penyesuaian diri, skala regulasi diri, dan skala *peer attachment* sebagai berikut:

1. Skala Penyesuaian Diri

Dalam pembuatan skala penyesuaian diri pada penelitian ini mengacu kepada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (1964) yaitu: mampu mengendalikan emosi yang berlebih, meminimalisir mekanisme psikologi, meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya, kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional, kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu, dan memiliki sikap realistis dan obyektif. Skala penyesuaian diri ini terdiri dari 48 aitem yang terbagi menjadi 24 aitem favorable (positif) dan 24 aitem unfavorable (negatif). Adapun *Blue print* skala penyesuaian diri ini berdasarkan tabel dibawah ini:

**Tabel 3. 2 Blue Print Skala Penyesuaian Diri**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengendalikan emosi yang berlebih	Mampu mengendalikan emosi dalam dirinya	4, 8	3, 7	8
	Mampu menghadapi permasalahan	14, 20	1, 5	
Meminimalisir mekanisme psikologis	Mampu bertahan dengan tuntutan sekitar	2, 10,	23, 31	8

	Mampu mengatasi adanya perubahan di lingkungan sekitar	16, 24	9,15	
Meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya	Mempunyai <i>self kontrol</i> yang baik	6, 18	11, 27	8
	Memiliki keterbukaan dengan orang lain	34, 38	21, 29	
Kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional	Mengarahkan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik	22, 42	13, 17	8
	Mampu berpikir secara rasional ketika dihadapkan dalam situasi yang sulit	36, 40	19, 33	
Kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu	Menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya	12, 30	25, 45	8
	Mampu menghadapi kegagalan dalam sifat positif	26, 44	35, 47	
Memiliki sikap realitis dan obyektif	Mampu bersikap secara obyektif berdasarkan realita yang ada	28, 46	37, 43	8
	Bersikap sesuai dengan lingkungan	32, 48	39, 41	
<b>Total</b>			<b>48</b>	

## 2. Skala Regulasi Diri

Dalam pembuatan skala regulasi diri ini mengacu kepada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman dkk., (1990:4) yaitu : metakognitif, motivasi, dan perilaku. Skala regulasi diri ini terdiri dari 36 aitem yang terbagi menjadi 18 aitem favorable (positif) dan 18 aitem unfavorable (negatif). Adapun *Blue print* skala regulasi diri ini berdasarkan tabel dibawah ini :

**Tabel 3. 3 Blue print Skala Regulasi Diri**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Mampu merencanakan untuk menggapai tujuan	1, 5	12, 16	12
	Mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya	3, 11	6, 14,	
	Mampu mengevaluasi dirinya	7, 17	2, 10	
Motivasi	Memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya	13, 25	26, 30	12
	Memiliki motivasi ekstrinsik	23, 27	8, 18	
	Mampu mengendalikan kemampuan dirinya	9, 15	4, 20	
Perilaku	Melakukan perilaku yang terbaik	31, 33	28, 36	12
	Memanfaatkan kesempatan yang ada	21, 29	24, 32	
	Upaya untuk mengembangkan keterampilan	19, 35	22, 34	
<b>Total</b>		<b>36</b>		

### 3. Skala *Peer Attachment*

Dalam pembuatan skala *peer attachment* ini mengacu kepada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Armsden dan Greenberg (1987) yang terbagi menjadi tiga aspek, diantaranya: kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*). Skala *peer attachment* ini terdiri dari 36 aitem yang terbagi menjadi 18 aitem favorable (positif) dan 18 aitem unfavorable (negatif). Adapun *Blue print* skala *peer attachment* ini berdasarkan tabel dibawah ini:

**Tabel 3. 4 Blue print Skala *Peer Attachment***

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kepercayaan ( <i>trust</i> )	Memiliki ikatan yang kuat antara individu dengan teman sebayanya	2, 14, 22	5, 11, 29	12
	Adanya rasa aman antara individu dengan teman sebayanya	4, 18, 32	1, 15, 25	
Komunikasi ( <i>communication</i> )	Memiliki ikatan komunikasi yang baik antara individu dengan teman sebayanya	6, 12, 20	7, 19, 23	12
	Teman sebayanya dapat membantu memenuhi kebutuhan individu	8, 16, 28	3, 23, 31	
Keterasingan ( <i>alienation</i> )	Individu merasa diperhatikan oleh teman sebayanya	24, 34, 36	9, 21, 33	12
	Memiliki perasaan saling menerima antara individu dengan teman sebayanya	10, 26, 30	17, 27, 35	
<b>Total</b>		<b>36</b>		

## F. Validitas dan Reabilitas

### 1. Validitas

Secara etimologi kata validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti keabsahan atau kebenaran. Validitas juga mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam melakukan pengukurannya. Agar dapat menemukan keabsahan atau kebenaran suatu alat ukur dan tingkat kevalidannya, maka perlu adanya validitas dikarenakan jika semakin tinggi validitasnya maka dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut akurat atau valid (Arikunto, 2006). Menurut Sugiyono (2018) suatu data dapat dinyatakan valid apabila alat ukur atau instrumen tersebut mampu mengukur fungsi yang harus diukurnya.

Dalam penelitian ini untuk menguji validitas, peneliti akan menggunakan validitas isi. Menurut Azwar (2018) menyampaikan bahwa validitas isi merupakan validitas yang melakukan pengujian kelayakan aitem skala yang sebelumnya diuji terlebih dahulu dengan kelayakan isi tes yang dianalisis secara layak melalui pertimbangan atau penilaian dari para ahli (*experts judgment*). Uji validitas isi pada skala regulasi diri, skala *peer attachment*, dan skala penyesuaian diri ini dengan menggunakan *experts judgment* yang dapat dilakukan oleh dosen ahli. Dosen ahli yang dimaksudkan yakni dosen pembimbing dari peneliti yang akan melakukan pertimbangan atau penilaian terhadap kelayakan suatu aitem.

Untuk menentukan uji daya beda aitem dihitung dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 26 *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 26 menggunakan teknik *corrected aitem total correlation*. Apabila koefisien korelasi  $\geq 0,30$  memiliki daya beda yang tinggi aitem dianggap valid dan dianggap baik (Azwar, 2018:86). Maka dapat disimpulkan dalam menentukan validitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan *experts judgment*, dan uji daya beda aitem menggunakan *corrected aitem total correlation*.

### 2. Reliabilitas

Secara etimologi kata reliabilitas berasal dari kata *rely* yang memiliki arti mengandalkan dan *ability* yang memiliki arti kemampuan. Sehingga reliabilitas dapat diartikan sebagai kemampuan suatu alat ukur atau instrumen yang mampu diandalkan dan mampu sebagai sandaran dalam mempertimbangkan pengambilan keputusan (Widodo, 2006:2). Reliabilitas ini mengacu kepada ketepatan dan keakuratan dari suatu alat ukur dalam suatu proses pengukuran. Menurut Sugiyono (2018) suatu alat

ukur dapat dikatakan reliabel ketika mampu melakukan pengukuran berkali – kali dan tetap menghasilkan data yang sama atau konsisten. Dapat dikatakan juga bahwa reliabilitas dapat mengetahui konsistensi terhadap suatu alat pengukur dalam mengukur suatu gejala yang sama. Oleh karena itu reliabilitas berkaitan dengan ketetapan alat ukur. Pengukuran yang mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi merupakan pengukuran yang mampu memperoleh data yang reliabel, dikarenakan ketika data tersebut sudah sesuai dengan faktanya, maka beberapa kalipun dilakukan pengukuran maka akan tetap mendapatkan hasil yang sama (Azwar, 2018).

Pada penelitian ini akan menggunakan alat bantu yang bisa diandalkan agar mendapatkan hasil yang reliabel. Peneliti akan menggunakan aplikasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 26 untuk dapat mengukur reliabilitas dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, dikarenakan instrumen pada penelitian ini menggunakan skala. Menurut Azwar (2018) menerangkan bahwasannya koefisien reliabilitas terletak pada angka 0,00 hingga 1,00. Ketika koefisien realibilitas nyaris mendekati angka 1,00 maka dapat diketahui akan mendapatkan nilai reliabel yang tinggi. Akan tetapi sebaliknya ketika koefisien reliabilitasnya nyaris mendekati 0,00 maka dapat diketahui bahwa nilai reliabilitas yang rendah. Pada penelitian ini akan menggunakan *Alpha Cronbach* untuk menguji reliabilitas dengan nilai koefisien sama dengan atau diatas 0,60. Apabila koefisien Alpha Cronbach  $\geq 0,60$  maka tingkat reliabilitas dalam skala pengukurannya akan memiliki nilai yang tinggi, sebaliknya apabila koefisien *Alpha Cronbach*  $< 0,60$  maka tingkat reliabilitas dalam skala pengukuran akan memiliki nilai yang rendah dan kurang reliabel. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2018) yang menjelaskan bahwa suatu instrumen mampu dikatakan reliabel apabila memiliki nilai koefisien reliabilitasnya minimal 0,60.

## **G. Hasil Uji Coba Alat Ukur**

1. Validitas Alat Ukur
  - a. Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 48 aitem. Responden uji coba dalam penelitian ini yakni santri di Pondok Pesantren Kebun Jambu Cirebon yang berjumlah 35 orang. Berdasarkan hasil dari *Corrected Item – Total Correlation*, terdapat 32 aitem yang dinyatakan valid dan 16 aitem yang gugur dalam skala penyesuaian diri. Aitem yang telah gugur ini dikarenakan nilai  $r < 0,30$ . Aitem yang dinyatakan gugur diantaranya aitem nomor 10, 12, 14, 17, 18, 21, 22, 23,

24, 27, 32, 38, 40, 41, 45, dan 46. Berikut adalah blue print skala penyesuaian diri setelah dilakukan uji coba kepada responden :

**Tabel 3. 5 Blue Print Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengendalikan emosi yang berlebih	Mampu mengendalikan emosi dalam dirinya	4, 8	3, 7	8
	Mampu menghadapi permasalahan	14*, 20	1, 5	
Meminimalisir mekanisme psikologis	Mampu bertahan dengan tuntutan sekitar	2, 10*	23*, 31	8
	Mampu mengatasi adanya perubahan di lingkungan sekitar	16, 24*	9, 15	
Meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya	Mempunyai <i>self kontrol</i> yang baik	6, 18*	11, 27*	8
	Memiliki keterbukaan dengan orang lain	34, 38*	21* , 29	
Kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional	Mengarahkan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik	22*, 42	13, 17*	8
	Mampu berpikir secara rasional ketika dihadapkan dalam situasi yang sulit	36, 40*	19, 33	
Kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu	Menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya	12*, 30	25, 45*	8
	Mampu menghadapi kegagalan dalam sifat positif	26, 44	35, 47	

Memiliki sikap realitis dan obyektif	Mampu bersikap secara obyektif berdasarkan realita yang ada	28, 46*	37, 43	8
	Bersikap sesuai dengan lingkungan	32*, 48	39, 41*	
<b>Total</b>		<b>48</b>		

Catatan : aitem yang memiliki tanda \* yang diberikan warna merah adalah aitem gugur

**Tabel 3. 6 Blue Print Skala Penyesuaian Diri Setelah Gugur**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengendalikan emosi yang berlebih	Mampu mengendalikan emosi dalam dirinya	4, 8	3, 7	7
	Mampu menghadapi permasalahan	20	1, 5	
Meminimalisir mekanisme psikologis	Mampu bertahan dengan tuntutan sekitar	2	31	5
	Mampu mengatasi adanya perubahan di lingkungan sekitar	16	9, 15	
Meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya	Mempunyai <i>self kontrol</i> yang baik	6	11	4
	Memiliki keterbukaan dengan orang lain	34	29	
Kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional	Mengarahkan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik	42	13	5
	Mampu berpikir secara rasional ketika dihadapkan dalam situasi yang sulit	36	19, 33	

Kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu	Menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya	30	25	6
	Mampu menghadapi kegagalan dalam sifat positif	26, 44	35, 47	
Memiliki sikap realitis dan obyektif	Mampu bersikap secara obyektif berdasarkan realita yang ada	28	37, 43	5
	Bersikap sesuai dengan lingkungan	48	39	
<b>Total</b>		<b>32</b>		

b. Regulasi Diri

Skala regulasi diri yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 36 aitem. Responden uji coba dalam penelitian ini yakni santri di Pondok Pesantren Kebun Jambu Cirebon yang berjumlah 35 orang. Berdasarkan hasil dari *Corrected Item – Total Correlation*, terdapat 27 aitem yang dinyatakan valid dan 9 aitem yang dinyatakan gugur dalam skala regulasi diri. Aitem yang telah gugur ini dikarenakan nilai  $r < 0,30$ . Aitem yang dinyatakan gugur diantaranya aitem nomor 2, 4, 6, 8, 11, 12, 24, 25, dan 29. Berikut adalah blue print skala regulasi diri setelah dilakukan uji coba kepada responden :

**Tabel 3. 7 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Mampu merencanakan untuk menggapai tujuan	1, 5	12*, 16	12
	Mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya	3, 11*	6*, 14,	
	Mampu mengevaluasi dirinya	7, 17	2*, 10	

Motivasi	Memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya	13, 25*	26,30	12
	Memiliki motivasi ekstrinsik	23, 27	8*, 18	
	Mampu mengendalikan kemampuan dirinya	9, 15	4*, 20	
Perilaku	Melakukan perilaku yang terbaik	31,33	28, 36	12
	Memanfaatkan kesempatan yang ada	21, 29*	24*, 32	
	Upaya untuk mengembangkan keterampilan	19, 35	22, 34	
<b>Total</b>		<b>36</b>		

*Catatan : aitem yang memiliki tanda \* yang diberikan warna merah adalah aitem gugur*

**Tabel 3. 8 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Gugur**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Mampu merencanakan untuk menggapai tujuan	1, 5	16	8
	Mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya	3	14	
	Mampu mengevaluasi dirinya	7, 17	10	
Motivasi	Memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya	13	26, 30	9
	Memiliki motivasi ekstrinsik	23, 27	18	

	Mampu mengendalikan kemampuan dirinya	9, 15	20	
Perilaku	Melakukan perilaku yang terbaik	31, 33	28, 36	10
	Memanfaatkan kesempatan yang ada	21	32	
	Upaya untuk mengembangkan keterampilan	19, 35	22, 34	
<b>Total</b>		<b>27</b>		

c. *Peer Attachment*

Skala *peer attachment* yang digunakan pada uji coba ini berjumlah 36 aitem. Responden uji coba dalam penelitian ini yakni santri di Pondok Pesantren Kebun Jambu Cirebon yang berjumlah 35 orang. Berdasarkan hasil dari *Corrected Item – Total Correlation*, terdapat 30 aitem yang dinyatakan valid dan 6 aitem yang dinyatakan gugur dalam skala *peer attachment*. Aitem yang telah gugur ini dikarenakan nilai  $r < 0,30$ . Aitem yang dinyatakan gugur diantaranya aitem nomor 10, 17, 19, 20, 31, dan 34. Berikut adalah blue print skala *peer attachment* setelah dilakukan uji coba kepada responden :

**Tabel 3. 9 Blue Print Skala Peer Attachment Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kepercayaan ( <i>trust</i> )	Memiliki ikatan yang kuat antara individu dengan teman sebayanya	2, 14, 22	5, 11, 29	12
	Adanya rasa aman antara individu dengan teman sebanya	4, 18, 32	1, 15, 25	
	Memiliki ikatan komunikasi yang baik	6, 12, 20*	7, 19*, 23	12

Komunikasi (communication)	antara individu dengan teman sebayanya			
	Teman sebaya dapat membantu memenuhi kebutuhan individu	8, 16, 28	3, 23, 31*	
Keterasingan (alienation)	Individu merasa diperhatikan oleh teman sebayanya	24, 34*, 36	9, 21, 33	12
	Memiliki perasaan saling menerima antara individu dengan teman sebayanya	10*, 26, 30	17*, 27, 35	
<b>Total</b>		<b>36</b>		

Catatan : aitem yang memiliki tanda \* yang diberikan warna merah adalah aitem gugur

**Tabel 3. 10 Blue Print Skala Peer Attachment Setelah Gugur**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kepercayaan (trust)	Memiliki ikatan yang kuat antara individu dengan teman sebayanya	2, 14, 22	5, 11, 29	12
	Adanya rasa aman antara individu dengan teman sebayanya	4, 18, 32	1, 15, 25	
Komunikasi (communication)	Memiliki ikatan komunikasi yang baik antara individu dengan teman sebayanya	6, 12	7, 23	9
	Teman sebaya dapat membantu memenuhi kebutuhan individu	8, 16, 28	3, 23	
Keterasingan (alienation)	Individu merasa diperhatikan oleh teman sebayanya	24, 36	9, 21, 33	9

	Memiliki perasaan saling menerima antara individu dengan teman sebayanya	26, 30	27, 35	
<b>Total</b>		<b>30</b>		

## 2. Reliabilitas Alat Ukur

### a. Tabel perolehan reliabilitas skala penyesuaian diri

***Tabel 3. 11 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Setelah Gugur***

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.870	48

***Tabel 3. 12 Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Setelah Valid***

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.879	32

### b. Tabel perolehan reliabilitas skala regulasi diri

***Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Regulasi Diri Setelah Gugur***

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.867	36

***Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Regulasi Diri Setelah Valid***

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.875	27

- c. Tabel perolehan reliabilitas skala *peer attachment*

**Tabel 3. 15 Reliabilitas Skala Peer Attachment Setelah Gugur**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.923	36

**Tabel 3. 16 Reliabilitas Skala Peer Attachment Setelah Valid**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.932	30

Berdasarkan hasil tryout uji reliabilitas yang telah dilakukan oleh peneliti, mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* 0,870 untuk skala penyesuaian diri setelah aitem gugur dan mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* sebesar 0,879 untuk skala penyesuaian diri setelah aitem valid. Pada skala regulasi diri mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* sebesar 0,867 setelah aitem gugur dan mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* sebesar 0,875 untuk skala regulasi diri setelah aitem valid. Pada skala *peer attachment* mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* sebesar 0,923 setelah aitem gugur dan mendapatkan hasil *Cronsbach's Alpha* sebesar 0,932 untuk skala *peer attachment* setelah aitem valid. Dengan hasil tersebut ketiga variabel yang telah diuji, dinyatakan reliabel karena nilai koefisien *Cronsbach's Alpha*  $\geq 0,60$ .

## H. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas ialah uji yang memiliki tujuan untuk dapat mengetahui data yang berdistribusikan itu normal atau tidak. Pada dasarnya uji normalitas merupakan pengujian yang dapat mempertimbangkan data yang sudah diperoleh peneliti dengan data yang berdistribusi normal yang memiliki nilai rata – rata atau standar deviasi yang sama dengan data yang sudah diteliti. Menurut Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa data yang dianggap normal ialah data yang mempunyai nilai signifikansi lebih besar atau sama dengan 0,05. Akan tetapi jika data tersebut mendapatkan nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data tersebut bisa dianggap

tidak normal. Uji normalitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 26 for windows*. Dapat dianggap normal jika data distribusi memiliki nilai signifikansi  $\geq 0,05$  dan ketika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data tersebut dianggap berdistribusi tidak normal. Apabila nilai probabilitasnya  $p \geq 0,05$  (lebih dari sama dengan 0,05) maka distribusi data tersebut dapat dinyatakan normal, akan tetapi apabila nilai probabilitasnya  $p < 0,05$  (kurang dari 0,05) maka distribusi data tersebut dapat dinyatakan tidak normal (Priyatno 2010:70).

b. Uji Linieritas

Menurut Priyatno (2010:73) uji linieritas digunakan untuk dapat mengetahui apakah terdapat persamaan garis regresi variabel terikat terhadap variabel bebas. Uji linieritas ini dapat dilakukan untuk dapat menunjukkan apakah terdapat hubungan linier atau tidak antara dua variabel tersebut, yakni variabel bebas dan terikat (Siregar 2015). Dalam melakukan uji linieritas ini peneliti memakai bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 26 for windows* menggunakan uji *Test For Linearity*. Jika baris dari *linearity* memiliki taraf signifikansi  $p \leq 0,05$  atau bisa dilihat dari *Deviation From Linierity* dengan taraf signifikansi  $p \geq 0,05$  maka dapat dinyatakan variabel bebas dan terikat tersebut memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* dan korelasi berganda (*Multiple Correlation*). Korelasi *product moment* digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua. Sementara untuk uji hipotesis ketiga menggunakan korelasi berganda (*Multiple Correlation*). Hipotesis akan divalidasi dan diterima jika nilai signifikansi  $< 0,05$ , sementara itu, hipotesis akan ditolak jika memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Panduan dalam melakukan interpretasi koefisien korelasi melalui tabel R pada rentang 0 sampai dengan 1 (Sugiyono, 2018:242).

*Tabel 3. 17 Kriteria Koefisien Korelasi*

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

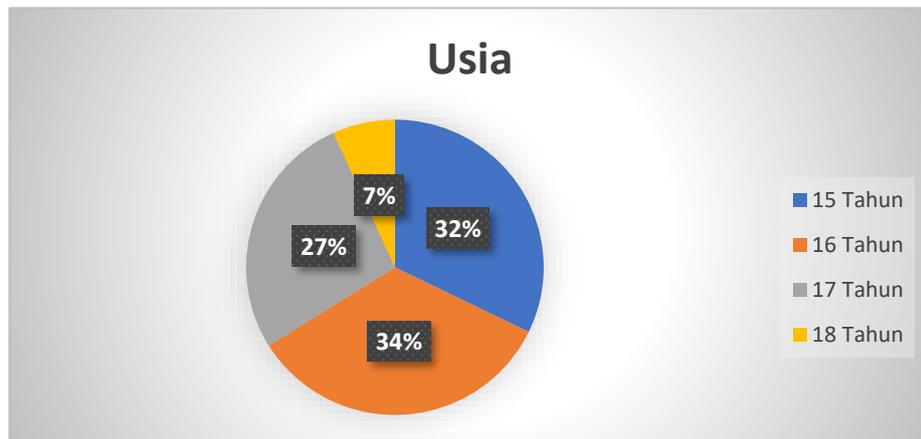
#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Berdasarkan pengumpulan data yang telah diperoleh, selanjutnya dilakukan analisis deksriptif agar dapat mengetahui karakteristik pada subjek, untuk dapat mengetahui hasil dari deskripsi data ini dapat diketahui dengan bantuan program SPSS versi 26 *for windows* sebagai berikut:

##### a. Berdasarkan Usia

Berdasarkan usia subjek penelitian, maka dapat diperoleh data sebagaimana gambar berikut :

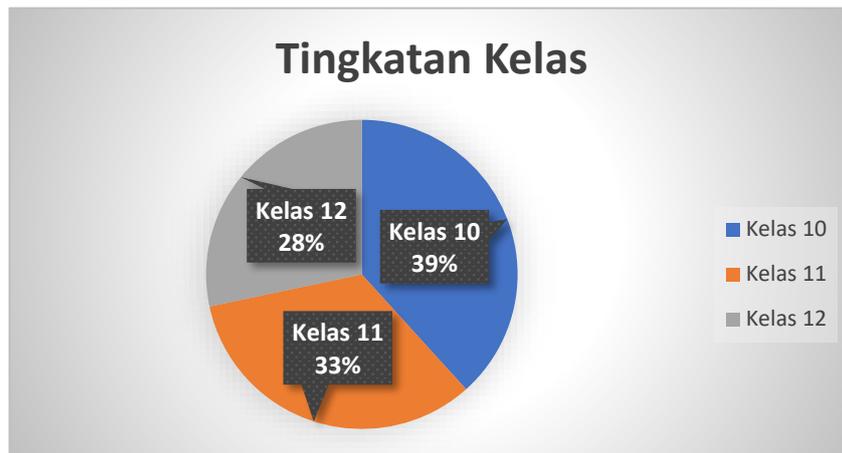


**Gambar 4. 1 Presentase Berdasarkan Usia**

Berdasarkan hasil dari presentase pada gambar 4.1 maka dapat diketahui bahwa terdapat 38 santri atau 32% subjek penelitian yang berusia 15 tahun, 40 santri atau 34% subjek penelitian yang berusia 16 tahun, 32 santri atau 27% subjek penelitian yang berusia 17 tahun, dan 8 santri atau 7% subjek penelitian yang berusia 18 tahun.

##### b. Berdasarkan Tingkatan Kelas

Berdasarkan tingkatan kelas, maka dapat diperoleh data sebagaimana gambar berikut :



**Gambar 4. 2 Presentase Berdasarkan Tingkatan Kelas**

Berdasarkan hasil dari presentase pada gambar 4.2 maka dapat diketahui bahwa terdapat 46 santri atau 39% subjek penelitian yang berada ditingkatan kelas 10, 40 santri atau 33% subjek penelitian yang berada ditingkatan kelas 11, dan 34 santri atau 28% subjek penelitian yang berada ditingkatan kelas 12.

## 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Untuk dapat mengetahui kategorisasi dari tiap – tiap variabel penelitian ini menggunakan nilai rata – rata dan nilai standar deviasi yang dikategorikan menjadi tiga kategori yakni rendah, sedang dan tinggi.

**Tabel 4. 1 Hasil Uji Deskriptif**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri	120	60	103	81.49	8.766
Peer Attachment	120	49	114	91.04	10.790
Penyesuaian Diri	120	71	123	99.06	8.718
Valid N (listwise)	120				

Berdasarkan tabel dari hasil uji deskriptif diatas menunjukkan bahwa jumlah subjek penelitian (N) yakni berjumlah 120. Dapat diketahui bawa masing – masing variabel memiliki nilai *minimum*, *maksimum*, rata – rata (*mean*) dan standar deviasi. Pada variabel penyesuaian diri memiliki nilai *minimum* sebesar 71, nilai *maksimum* sebesar 123, nilai *mean* 99,06 dan standar deviasi 8,718. Variabel regulasi diri memiliki nilai *minimum* sebesar 60, nilai *maksimum* sebesar 114, nilai *mean* sebesar 91,04 dan

standar deviasi sebesar 8,766. Sedangkan variabel *peer attachment* memiliki nilai *minimum* sebesar 49, nilai *maksimum* sebesar 114, nilai *mean* sebesar 91,04 dan standar deviasi sebesar 10,790.

Untuk dapat menentukan kategori dilakukan melalui proses perhitungan nilai rata – rata (*mean*) dan standar deviasi disetiap variabel yang dibagi menjadi tiga kategorisasi yakni rendah, sedang dan tinggi. Berikut hasil kategorisasi pada masing – masing variabel :

a. Kategorisasi Variabel Regulasi Diri

**Tabel 4. 2 Rumus Kategorisasi Variabel Regulasi Diri**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 72,724$	Rendah
$(M - 1 SD) \leq X < (M + 1SD)$	$72,724 \leq X < 90,256$	Sedang
$X \geq (M + 1 SD)$	$X \geq 90,256$	Tinggi

Dari rumus kategorisasi variabel regulasi diri diatas maka dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi variabel regulasi diri pada responden yakni sebagai berikut :

**Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel Regulasi Diri**

Regulasi Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	22	18.3	18.3	18.3
	Sedang	77	64.2	64.2	82.5
	Tinggi	21	17.5	17.5	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil dari kategorisasi variabel regulasi diri dalam tabel 4.3 dapat diketahui bahwa terdapat 22 santri yang memiliki tingkat regulasi diri yang rendah sebesar 18,3%, 77 santri yang memiliki tingkat regulasi diri yang sedang sebesar 64,2%, dan 21 santri yang memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi sebesar 17,5%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pada santri Assa'adah ini rata – rata memiliki tingkat regulasi diri dalam kategori sedang.

b. Kategorisasi Variabel *Peer Attachment*

**Tabel 4. 4 Rumus Kategorisasi Variabel *Peer Attachment***

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	$X < 80,25$	Rendah
$(M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$	$80,25 \leq X < 101,83$	Sedang
$X \geq (M + 1 \text{ SD})$	$X \geq 101,83$	Tinggi

Dari rumus kategorisasi variabel *peer attachment* diatas maka dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi variabel *peer attachment* pada responden yakni sebagai berikut :

**Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel *Peer Attachment***

Peer Attachment					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	12.5	12.5	12.5
	Sedang	89	74.2	74.2	86.7
	Tinggi	16	13.3	13.3	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil dari kategorisasi variabel *peer attachment* dalam tabel 4.5 dapat diketahui bahwa terdapat 15 santri yang memiliki tingkat *peer attachment* yang rendah sebesar 12,5%, 89 santri yang memiliki tingkat *peer attachment* yang sedang sebesar 74,2%, dan 16 santri yang memiliki tingkat *peer attachment* yang tinggi sebesar 13,3%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pada santri Assa'adah ini rata – rata memiliki tingkat *peer attachment* dalam kategori sedang.

c. Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri

**Tabel 4. 6 Rumus Kategorisasi Variabel *Penyesuaian Diri***

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	$X < 90,342$	Rendah
$(M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$	$90,342 \leq X < 107,778$	Sedang
$X \geq (M + 1 \text{ SD})$	$X \geq 107,778$	Tinggi

Dari rumus kategorisasi variabel penyesuaian diri diatas maka dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi variabel penyesuaian diri pada responden yakni sebagai berikut :

**Tabel 4. 7 Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri**

Penyesuaian Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	16	13.3	13.3	13.3
	Sedang	86	71.7	71.7	85.0
	Tinggi	18	15.0	15.0	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil dari kategorisasi variabel penyesuaian diri dalam tabel 4.7 dapat diketahui bahwa terdapat 16 santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah sebesar 13,3%, 86 santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang sebesar 71,7%, dan 18 santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi sebesar 15%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pada santri Assa'adah ini rata – rata memiliki tingkat penyesuaian diri dalam kategori sedang.

## **B. Hasil Analisis Data**

### **1. Uji Asumsi**

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas bertujuan untuk dapat mengetahui apakah data yang diambil dari sampel penelitian tersebut berdistribudi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov – Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows*. Menurut Santoso (2016:172) mengatakan bahwa data yang dapat berdistribusi normal yakni apabila nilai residualnya memiliki nilai  $p \geq 0,05$ , dan sebaliknya apabila nilai  $p < 0,05$  maka dapat dikatakan data tersebut tidak berdistribusi normal.

**Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		120
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.66210842
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.038
	Negative	-.052
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

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 memakai teknik *kolmogorov smirnov* pada tabel 4.8 menunjukkan hasil *Asym.Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 pada skala regulasi diri, *peer attachment*, dan penyesuaian diri. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari 0,05 atau  $0,200 \geq 0,05$  yang berarti data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal.

**b. Uji Linieritas**

Uji linieritas digunakan untuk dapat mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel dependen dan variabel independen. Dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila memiliki baris dari *linearity* memiliki taraf signifikansi  $p \leq 0,05$  atau bisa dilihat dari *Deviation From Linierity* dengan taraf signifikansi  $p \geq 0,05$ . Berikut hasil uji linieritas pada masing – masing variabel yang diuji menggunakan bantuan program SPSS 26 *for windows* :

**Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Regulasi Diri	Between Groups	(Combined)	6063.962	30	202.132	6.036	.000
		Linearity	5027.505	1	5027.505	150.19	.000
		Deviation from Linearity	1036.458	29	35.740	1.067	.395
		Within Groups	2980.629	89	33.490		
Total			9044.592	119			

Berdasarkan hasil dari tabel 4.9 dapat dilihat bahwa pada variabel regulasi diri dengan variabel penyesuaian diri memiliki nilai signifikansi *deviation from linearity*  $0,395 \geq 0,05$ . Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel regulasi diri dan variabel penyesuaian diri.

**Tabel 4. 10 Hasil Uji Linieritas Variabel Peer Attachment dengan Penyesuaian Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Peer Attachment	Between Groups	(Combined)	4076.617	41	99.430	1.561	.046
		Linearity	1572.561	1	1572.561	24.690	.000
		Deviation from Linearity	2504.056	40	62.601	.983	.513
		Within Groups	4967.975	78	63.692		
Total			9044.592	119			

Berdasarkan hasil dari tabel 4.10 dapat dilihat bahwa pada variabel peer attachment dengan variabel penyesuaian diri memiliki nilai signifikansi *deviation from linearity*  $0,513 \geq 0,05$ . Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *peer attachment* dengan variabel penyesuaian diri.

## 2. Uji Hipotesis

Tahap selanjutnya adalah uji hipotesis yang bertujuan untuk dapat menguji hipotesis yang telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment* untuk menguji hipotesis pertama dan kedua, kemudian untuk menguji hipotesis ketiga menggunakan teknik *multiple correlation* (korelasi berganda). Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dari satu variabel dengan variabel lainnya. Uji hipotesis dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 26 for windows dengan menggunakan tiga variabel yakni regulasi diri (X1), *peer attachment* (X2), dan penyesuaian diri (Y), oleh karena itu uji hipotesis melewati 3 tahap, sebagaimana berikut :

### a. Uji Hipotesis Pertama

Hipotes yang diajukan oleh peneliti yakni terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Adapun hasilnya sebagaimana berikut :

**Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis Variabel Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri**

		<b>Correlations</b>	
		Regulasi Diri	Penyesuaian Diri
Regulasi Diri	Pearson Correlation	1	.746**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.746**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

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

Berdasarkan tabel di atas nilai *Sig. (2-tailed)* antara regulasi diri dengan penyesuaian diri memiliki nilai 0,000 yang artinya nilai tersebut kurang dari 0,05 atau  $0,000 < 0,05$  sehingga korelasi kedua variabel tersebut dapat dikatakan signifikan. Adapun nilai koefisien korelasi pada uji hipotesis antara variabel regulasi diri dengan penyesuaian diri yakni 0,746 artinya nilai tersebut masuk dalam kategori yang kuat. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat (positif) antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah.

b. Uji Hipotesis Kedua

Hipotes yang diajukan oleh peneliti yakni terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri. Adapun hasilnya sebagaimana berikut :

**Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis Variabel Peer Attachment dengan Penyesuaian Diri**

		Peer Attachment	Penyesuaian Diri
Peer Attachment	Pearson Correlation	1	.417**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.417**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

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

Berdasarkan tabel di atas nilai *Sig. (2-tailed)* antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri memiliki nilai 0,000 yang artinya nilai tersebut kurang dari 0,05 atau  $0,000 < 0,05$  sehingga korelasi kedua variabel tersebut dapat dikatakan signifikan. Adapun nilai koefisien korelasi pada uji hipotesis antara variabel *peer attachment* dengan penyesuaian diri yakni sebesar 0.417 artinya nilai tersebut masuk dalam kategori yang sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sedang (positif) antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah.

c. Uji Hipotesis Ketiga

Uji hipotesis ketiga ini memakai teknik *multiple correlation* atau korelasi berganda. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti yakni terdapat hubungan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Adapun hasilnya sebagaimana berikut :

**Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis Regulasi Diri dan Peer Attachment dengan Penyesuaian Diri**

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F	df1	df2	
1	.760 <sup>a</sup>	.578	.571	5.710	.578	80.189	2	117	.000

a. Predictors: (Constant), Peer Attachment, Regulasi Diri

b. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

Berdasarkan tabel pada *model summary* diatas, menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0.760 dimana nilai tersebut masuk dalam katerogi kuat. Artinya variabel regulasi diri, *peer attachment* dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang kuat satu sama lain. Adapun nilai Sig. 0.000 kurang dari 0.05 ( $0.000 < 0.05$ ) sehingga korelasi ketiga variabel tersebut dapat dikatakan signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat (positif) antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

Berdasarkan hasil uji hipotesis diatas, dilihat dari nilai koefisien korelasi dan signifikansi dapat disimpulkan *pertama*, bahwa terdapat hubungan yang kuat antara regulasi diri dengan penyesuaian diri diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. *Kedua*, terdapat hubungan yang sedang antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. *Ketiga*, terdapat hubungan yang kuat antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

### C. Pembahasan

Subjek dalam penelitian ini yaitu seluruh santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Responden dalam penelitian ini sebanyak 120 santri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara regulasi diri dan peer attachment dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Disini terdapat tiga pokok pembahasan yang utama yakni tentang hubungan regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon, hubungan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri

santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon, dan hubungan antara regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon.

### **1. Hubungan Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon**

Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,822 dalam kategori korelasi yang kuat. Sedangkan nilai Sig. (2.tailed) antara regulasi diri dengan penyesuaian diri adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan dan hipotesis dapat diterima. Adapun bentuk hubungan kedua variabel tersebut adalah positif dikarenakan semakin tinggi regulasi diri santri Pondok Pesantren Assa'adah maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat regulasi diri santri Pondok Pesantren Assa'adah maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian dirinya. Berdasarkan hasil pengujian regulasi diri dan penyesuaian diri dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Berdasarkan hasil uji deskriptif juga diketahui bahwa regulasi diri pada santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon dalam taraf sedang dengan nilai presentase 64,2% atau terdapat 77 santri yang memiliki regulasi diri dalam kategori sedang. Tingkat regulasi diri yang berada dalam golongan yang sedang menunjukkan bahwa santri Pondok Pesantren Assa'adah mempunyai regulasi diri yang sedang atau cukup baik, namun kurang memperhatikan ketekunan dan peningkatan usaha dalam menggapai tujuannya. Maka dari itu para santri perlu untuk terus meningkatkan regulasi dirinya yang tinggi agar dapat memiliki tujuan yang telah ditetapkan di pesantren, akan berusaha menggapai apa yang telah diusahakannya, sehingga setiap santri mempunyai arah dan tujuan yang jelas dalam menuntut ilmu di pondok. Dan hasilnya santri tersebut akan mampu menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren.

Hasil penelitian regulasi diri ini diperkuat juga dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh Atiyah dkk., (2020) tentang hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Selain itu, diperkuat juga oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Nabila dkk.,(2019) tentang hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo

yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri. Hasil penelitian lain yang telah dilakukan oleh Laila dkk., (2021) tentang hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMK bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMK. Berdasarkan penjelasan diatas, maka regulasi diri banyak memberikan hubungan yang positif bagi penyesuaian diri seseorang.

Menurut Schneiders (dalam Ali, 2011) bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah regulasi diri. Menurut Zimmerman dkk., (1990:4) bahwa regulasi diri ini mengacu terhadap pemikiran, rasa, dan perilaku seseorang yang telah di rencanakan oleh dirinya dan bisa saja terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya tujuan yang ingin dicapainya. Regulasi diri ini merupakan salah satu aspek yang penting dalam menentukan individu dalam berperilaku. Adapun aspek regulasi diri terdiri dari metakognitif, motivasi, dan perilaku. Pada aspek metakognitif ini berkaitan dengan berpikir, dalam aspek ini santri mampu dalam menyusun perencanaan, mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya, dan mampu mengevaluasi dirinya terhadap aktivitas yang dijalannya. Santri mampu memiliki tingkat metakognitif yang kuat maka akan memudahkan dirinya dalam menyesuaikan diri di lingkungan pesantren. Kemudian aspek motivasi sebagai pendorong dalam segala tindakan yang akan dilakukan. Dalam aspek ini santri memiliki tingkat motivasi yang tinggi karena santri memiliki semangat yang tinggi untuk menuntut ilmu dengan begitu ketika santri memiliki motivasi yang tinggi maka akan menjadi menjadi pendorong untuk dapat menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren. Selanjutnya aspek perilaku ini sebagai tindakan yang dilakukan oleh seseorang baik yang diamati ataupun tidak, dalam aspek perilaku ini santri mampu memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan sekitar seperti memaksimalkan waktu di pesantrennya dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sumayya & Desiningrum (2016:146) menjelaskan bahwa regulasi diri ini sangat diperlukan bagi para siswa atau santri agar mampu menentukan perilakunya agar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapainya. Siswa atau santri yang dapat memahami terkait tujuan yang akan dicapainya ini yakni mereka yang memiliki regulasi diri yang tinggi. Sebaliknya siswa atau santri yang memiliki regulasi diri yang rendah maka mereka akan merasa kebingungan dalam menentukan tujuannya karena sebelumnya tidak memiliki perencanaan terlebih dahulu. Selain itu, individu yang mempunyai regulasi diri yang baik maka dirinya akan mampu berperilaku aktif dengan menggunakan pemikiran dan

kondisi emosional yang cukup matang (Setiawan, 2017:263). Individu akan mampu berpikir dengan rasional terkait perilaku yang sesuai dan kurang sesuai. Individu akan lebih waspada dalam berperilaku dan berusaha untuk menghindari perilaku yang dapat merugikan orang sekitarnya (Wibowo & Fuad Nashori, 2017:56). Sebaliknya, Ketika seseorang tidak memiliki regulasi diri yang baik maka akan menjadi permasalahan karena tidak dapat mengontrol situasi atau keadaan yang ada dalam dirinya. Hal ini merupakan proses psikologis yang terjadi pada seseorang agar mampu menentukan dirinya melakukan tindakan dan memiliki cara untuk dapat mengontrol dirinya agar menghasilkan perilaku yang positif serta bisa mencapai tujuan yang di inginkan (Atiyah et al., 2020:46).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Zariah (2013) di Pondok Pesantren Modern Surakarta yang menjelaskan bahwa santri yang mampu menata dirinya dengan baik maka akan cenderung memiliki kemampuan yang dapat memudahkan dirinya untuk menyesuaikan dengan lingkungan pondok pesantren, santri tersebut mampu untuk mengikuti rangkaian kegiatan dengan perasaan yang bahagia, tidak merasa ada tekanan, menerima dengan ikhlas, semangat dalam belajarnya dan mampu memanfaatkan waktu dengan sebaik – baiknya. Menurut Widarti (2018) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa regulasi diri dapat memberikan pengaruh positif terhadap penyesuaian diri santri. Diperkuat juga dengan hasil penelitian dari Zulfa (2015) bahwa regulasi diri mampu mempengaruhi secara positif bagi penyesuaian diri santri di pondok pesantren. Ketika santri memiliki regulasi diri yang baik diharapkan dapat menjadikan dirinya mampu untuk dapat mengatur dirinya sendiri dengan begitu akan memudahkan penyesuaian dirinya dengan lingkungan di pondok pesantren. Semakin tinggi regulasi diri seseorang maka akan semakin tinggi dalam proses penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri seseorang maka akan semakin rendah juga penyesuaian dirinya.

## **2. Hubungan *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon**

Uji hipotesis kedua didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,822 dalam kategori korelasi yang kuat. Sedangkan nilai Sig. (2.tailed) antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan dan hipotesis dapat diterima. Adapun bentuk hubungan kedua variabel tersebut adalah positif dikarenakan semakin tinggi *peer attachment* santri Pondok Pesantren Assa'adah maka akan semakin tinggi pula

tingkat penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *peer attachment* santri Pondok Pesantren Assa'adah maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian dirinya. Berdasarkan hasil pengujian *peer attachment* dan penyesuaian diri dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Berdasarkan hasil uji deskriptif juga diketahui bahwa *peer attachment* pada santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon dalam taraf sedang dengan nilai presentase 74,2% atau terdapat 89 santri yang memiliki *peer attachment* dalam kategori sedang. Tingkat regulasi diri yang berada dalam golongan yang sedang menunjukkan bahwa santri Pondok Pesantren Assa'adah mempunyai regulasi diri yang sedang atau cukup baik. Terdapat tiga aspek dalam *peer attachment* yakni kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan. Pada aspek kepercayaan, santri memiliki tingkat kepercayaan yang cukup baik dengan teman sebayanya, santri merasa bahwa dirinya mampu mendapatkan rasa aman dan nyaman ketika berada dekat dengan teman sebayanya, santri lebih terbuka untuk menceritakan permasalahan yang sedang dialaminya. Kemudian pada aspek komunikasi, santri memiliki ikatan emosional yang cukup baik dengan teman sebayanya. Santri merasa memiliki tempat untuk berdiskusi atau meminta masukan dan saran terkait permasalahan yang dialaminya. Kemudian pada aspek keterasingan ini masih ada beberapa santri yang merasa kalau dirinya belum diterima baik oleh teman sebayanya, dengan begitu dalam aspek keterasingan ini masih perlu ditingkatkan lagi bagi para santri. Maka dari itu santri Pondok Pesantren Assa'adah perlu memiliki *peer attachment* yang baik, maka dirinya akan mendapatkan rasa aman, nyaman, kepedulian, kasih sayang, serta support dari teman sebayanya sehingga seseorang akan merasa diterima dan memiliki jiwa yang kuat dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya dan hasilnya dirinya akan mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Sebaliknya, jika santri yang mempunyai *peer attachment* yang kurang baik maka akan merasa dirinya insecure dan tidak pantas untuk beradaptasi dengan orang sekitarnya, akhirnya akan mengalami proses penyesuaian diri yang sangat lama.

Hasil penelitian *peer attachment* ini diperkuat juga dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh Firdausil Ma'rifah (2019) tentang hubungan konsep diri dan *peer attachment* dengan kemampuan penyesuaian diri pada Mahasiswa Bidikmisi UIN Walisongo yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri. Diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2017) menunjukkan bahwa *peer attachment* memiliki pengaruh terhadap

penyesuaian sosial remaja putri disekolah homogen dan tinggal di asrama dengan kontribusi efektivitas sebesar 43,8%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2019) *peer attachment* memiliki hubungan dengan penyesuaian diri siswa yang berada di lembaga sekolah yang berbasis pesantren di Kota Tasikmalaya dengan nilai kontribusi sebesar 0,396. Menurut Mahdiyatul (2020) dalam hasil penelitiannya pun menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri seseorang. Hal ini menjadikan bahwa *peer attachment* bisa mempengaruhi penyesuaian diri seseorang dikarenakan semakin tinggi tingkat *peer attachment* maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya.

Menurut Armsden & Greenberg (1987:428) *peer attachment* atau kelekatan teman sebaya merupakan suatu hubungan erat yang sudah terbentuk antara seseorang dengan temannya yang dilatarbelakangi oleh adanya hubungan komunikasi yang baik dan sudah saling memahami satu sama lain, mendapatkan rasa nyaman dan aman ketika bersama dengan temannya. *Peer attachment* juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri seseorang dikarenakan pada masa remaja, individu akan memainkan peran penting dalam figure attachment yakni terhadap teman sebayanya. Hal ini disebabkan karena masa remaja seseorang akan mulai mencari teman yang satu frekuensi dan membuat dia merasa aman dan nyaman sehingga pada masa remaja adalah masa untuk membentuk suatu jalinan pertemanan yang lebih erat dengan teman sebayanya sehingga akan memunculkan ikatan persahabatan. Jalinan erat didapatkan karena adanya faktor individu tersebut tinggal di lingkungan yang sama, sekolah yang sama, satau berpartisipasi dalam kegiatan yang sama sehingga menimbulkan kedekatan (Desmita,2009:63). Dari munculnya ikatan tersebut, individu akan mengamati dan menirukan segala perilaku, pandangan, gaya dan akan lebih mengetahui tingkah laku yang dilakukan oleh teman sebayanya (Neufeld & Maté, 2013). Hubungan dengan teman sebaya memiliki pengaruh penting dalam kehidupan para santri. Sistem pembelajaran di pesantren memerlukan pengawasan terhadap para santri. Hal ini membuat para santri harus mampu beradaptasi baik di lingkungan pesantren maupun sekolah, terutama dengan teman sebayanya. Faktanya, interaksi dengan teman sebaya jauh lebih intensif dibandingkan keluarga (Hapidoh dkk., 2019:170). Maka dari itu *peer attachment* ini memiliki peranan yang penting dalam proses penyesuaian diri seseorang, ketika seseorang memiliki hubungan *peer attachment* yang baik maka akan mampu memudahkan proses penyesuaian

dirinya. Sebaliknya, jika seseorang kurang atau tidak memiliki *peer attachment* yang baik maka bisa saja menghambat dalam proses penyesuaian dirinya.

### **3. Hubungan Antara Regulasi Diri dan *Peer Attachment* dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon**

Hipotesis ketiga, nilai koefisien korelasi regulasi diri dan *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon yakni 0,760 dimana menunjukkan hubungan yang kuat. Berdasarkan pada aspek perilaku pada regulasi diri bahwa para santri mampu untuk melakukan perilaku terbaiknya dalam menjalin hubungan dengan teman sebayanya dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, santri mampu memanfaatkan waktunya dengan memaksimalkan kesempatan yang ada untuk dapat menjalin hubungan yang positif dengan teman sebayanya, mengembangkan keterampilan dengan mengikuti berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang ada. Santri yang memiliki perilaku yang positif seperti mencari kelekatan dengan teman sebayanya atau mengambil inisiatif dalam situasi baru ini sangat mendukung proses penyesuaian dirinya. Santri dapat mengelola perilakunya dengan baik cenderung lebih sukses dalam menjalin hubungan dengan teman sebayanya dan beradaptasi dengan lingkungannya. dengan perilaku baik yang sudah mereka terapkan itu dapat mengatasi stress dan kesulitan, sehingga memperkuat kemampuan penyesuaian diri mereka. Pada aspek kepercayaan *peer attachment* juga diperoleh hasil yang kuat dikarenakan para santri memiliki keterbukaan dengan teman sebayanya, mereka sering menceritakan permasalahan yang sedang dialaminya karena percaya bahwa temannya dapat membantunya untuk memberikan solusi terhadap permasalahannya, dapat mengevaluasi kesalahan pada dirinya, mampu menyeleksi suatu hal yang ada dalam dirinya, mampu mengarahkan dirinya dan berpikir secara rasional dalam pengambilan keputusan. Dengan kepercayaan yang mereka dapatkan dari teman sebayanya akan menciptakan kondisi yang nyaman untuk mengungkapkan emosinya dan mampu membantu santri menghadapi tuntutan, tantangan dan mengurangi rasa cemas mereka. Santri yang memiliki kepercayaan yang tinggi dalam hubungan dengan teman sebayanya cenderung akan lebih mudah beradaptasi di lingkungan yang baru dan merasa dirinya lebih percaya diri. Hal inilah yang membuat santri memiliki regulasi diri dan *peer attachment* yang kuat dengan penyesuaian dirinya. Kemudian, untuk mengetahui tingkat signifikansi koefisien korelasi berganda dapat dilihat dari nilai probabilitasnya ( $\text{sig. F Change}$ ) = 0,000. Karena nilai  $\text{sig. F Change}$   $0,000 < 0,05$ , maka korelasi antara variabel regulasi diri dan *peer attachment* dan penyesuaian diri dinyatakan signifikan dan memiliki hubungan yang positif.

Dengan begitu semakin tinggi tingkat regulasi diri dan *peer attachment* pada santri Pondok Pesantren Assa'adah maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah. Sebaliknya, semakin rendah tingkat regulasi diri dan *peer attachment* pada santri Pondok Pesantren Assa'adah maka akan semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah.

Penyesuaian diri disebut juga sebagai proses perubahan pada diri seseorang dan lingkungannya. dimana seseorang ini mampu untuk mengamati suatu perilaku atau tindakan yang harus diterapkan di lingkungan baru dan mampu menerima keadaannya, sehingga akan memunculkan kepuasan dalam dirinya dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar (Atiyah dkk., 2020:44). Dalam dunia pesantren para santri dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik, dikarenakan dalam dunia pesantren santri akan bertemu dengan banyak orang baru yang tidak mengetahui latarbelakangnya sebelumnya seperti apa, harus meninggalkan rumah dan jauh dengan orang tua, ketika ingin melakukan aktivitas apapun harus dibudayakan ngantri terlebih dahulu dan santri dituntut untuk dapat mentaati segala aturan yang ada di pondok pesantren serta mengikuti seluruh kegiatan yang ada di pondok pesantren. Bagi para santri penyesuaian diri bukanlah hal yang gampang, banyak sekali kasus terkait penyesuaian diri para santri.

Berdasarkan karakteristik subyek penelitian yang berusia mulai dari 15 tahun hingga 18 tahun akan melalui proses penyesuaian diri yang berbeda – beda. Tidak semua santri memiliki tingkat penyesuaian diri yang baik, ada pula santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah. Di lihat dari kategorisasi penyesuaian diri pada tabel 4.7 dijelaskan bahwa terdapat 16 santri yang memiliki tingkat regulasi diri yang rendah sebesar 13,3%. Santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah dapat mengalami berbagai tantangan yang mempengaruhi kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Kemudian terdapat 86 santri yang memiliki tingkatan kategori sedang sebesar 71.7%. Santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang ini menunjukkan bahwa santri mampu menyesuaikan dirinya dengan baik atau cukup baik dikarenakan mereka dapat menghadapi beberapa tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren dan mereka cukup baik dalam mengelola situasinya. Selanjutnya, terdapat 18 santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi sebesar 15%. Santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi ini artinya santri tersebut dapat menghadapi berbagai tantangan dan rintangan serta tuntunan yang ada di lingkungan pesantren. Santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi maka mereka akan

memiliki keseimbangan emosional yang baik, mampu membangun dan memelihara hubungan yang baik dengan teman sebayanya, mampu mentaati aturan dan norma pesantren dengan baik sehingga membuat dirinya merasa bahagia ketika berada di lingkungan pesantren.

Menurut Erik Erikson (1989) dalam teori perkembangan psikososial menjelaskan pada usia 12 – 18 tahun ini memasuki tahap puberty & adolenscene dengan konflik psikosialnya yakni identitas vs kebingungan identitas. Dalam tahap ini merupakan masa dalam pencarian identitas (jati diri). Mereka akan menemukan berbagai macam gangguan yang harus diatasinya agar dapat mencapai identitasnya. Apabila individu dalam mencari identitasnya dirinya bergaul dengan lingkungan yang baik, maka akan tercipta identitas yang baik pula. Sebaliknya, jika mereka salah dalam bergaul, maka akan terjadi krisis identitas. Pada tahap ini santri di pesantren sedang membentuk identitas diri mereka. Bagi santri yang memiliki penyesuaian diri yang baik artinya santri tersebut berhasil mengeksplorasi berbagai aspek dari diri mereka, seperti: nilai – nilai, minat, tujuan hidup yang akhirnya akan membentuk identitas yang konsisten. Para santri akan merasa percaya diri dalam peran mereka dan dapat menghadapi tantangan sosial dan akademik dengan baik, akan memiliki regulasi diri yang baik, dan hubungan interpersonal yang baik pula. Sebaliknya jika santri berada dalam konflik kebingungan identitas, maka mereka akan merasa kebingungan tentang dirinya dan akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya.

Santri yang dapat menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren dengan menerima segala tuntutan yang ada, maka santri tersebut akan mampu menjalankan segala aktivitas yang ada di lingkungan pesantren dengan penuh semangat dan bahagia, dapat mentaati segala aturan yang sudah diterapkan di dunia pesantren, serta ketika mengalami sebuah permasalahan santri tersebut akan mampu memecahkan permasalahannya. Sebaliknya santri yang belum mampu dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan pesantren maka cenderung akan menunjukkan perilaku negatif yang bersifat adanya penolakan misalnya: tidak taat aturan, sering kabur, tidak mengikuti segala kegiatan yang ada di pesantren, beralasan pura – pura sakit, tidak mau bersosialisasi dengan teman lainnya dan lain sebagainya (Atiyah dkk., 2020:45).

Schneiders (dalam Ali, 2011) terdapat lima faktor yang dalam mempengaruhi penyesuaian diri yakni kondisi fisik, kepribadian, faktor psikologis, faktor lingkungan, dan faktor agama serta budaya. Salah satu faktor yang tercantum pada kepribadian yakni

regulasi diri karena dapat memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang. Hal ini disebabkan karena regulasi diri (pengaturan diri) berkaitan dengan proses seseorang dalam mengelola dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Adapun menurut Zimmerman (1990:4) bahwa regulasi diri ini mengacu terhadap pemikiran, rasa, dan perilaku seseorang yang telah direncanakan oleh dirinya dan bisa saja terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya tujuan yang ingin dicapainya. Regulasi diri ini berkaitan dengan metakognitif, motivasi dan perilaku yang berkontribusi aktif untuk dapat menggapai tujuannya. Regulasi diri ini penting dimiliki oleh para santri dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya, dikarenakan ketika para santri yang memiliki regulasi diri yang baik maka mereka mampu mengelola dan memposisikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya, sehingga perilaku mereka lebih terarah dan dapat beradaptasi dengan baik sesuai dengan keinginannya. Sebaliknya jika santri memiliki regulasi diri yang rendah maka tidak akan mampu mengatur dirinya dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya, ia akan merasa hidupnya penuh tekanan dan cemas sehingga tidak memiliki tujuan yang sudah direncanakan.

Selain harus memiliki regulasi diri yang baik untuk dapat menyesuaikan diri para santri dengan lingkungannya, tentunya ada faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri santri yakni *peer attachment* (kelekatan teman sebaya). Menurut Ulfa (2016:22) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, diantaranya : motivasi, bantuan dan arahan, lingkungan tempat tinggal individu dibesarkan dan dukungan serta kelekatan dengan teman sebayanya. Teman sebaya ini merupakan lingkungan yang sangat melekat pada remaja karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman sebayanya dibandingkan bersama dengan orang tua dirumah (Mudzkiyyah & Nuriyyatiningrum, 2021:8). *Peer attachment* (kelekatan teman sebaya) memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri santri dikarenakan bisa ditinjau dari seberapa dekat santri itu memiliki hubungan dengan teman yang berada disatu lingkungannya. Santri yang dapat menjalin hubungan erat dengan teman sebayanya akan mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dalam kehidupannya (Ringganis & Darmayanti, 2023:56). Santri cenderung akan mencari koneksi dan kenyamanan melalui saran atau nasihat dari teman sebayanya ketika dirinya merasa membutuhkannya (Laghi dkk., 2009:183). Teman sebaya ini bisa mempengaruhi seseorang dalam proses pengambilan keputusan. Keterikatan yang terjalin pada masa remaja ini akan melahirkan dan membentuk persahabatan. Santri yang mempunyai persahabatan yang erat dapat mengungkapkan pikiran, perasaan, dan emosinya

serta jauh lebih terbuka (Luthfi & Husni, 2020:117). Santri yang mempunyai *peer attachment* yang baik, maka dirinya akan mendapatkan rasa aman, nyaman, kepedulian, kasih sayang, serta support dari teman sebayanya sehingga seseorang akan merasa diterima dan memiliki jiwa yang kuat dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya dan hasilnya dirinya akan mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungannya. Sebaliknya, jika santri yang mempunyai *peer attachment* yang kurang baik maka akan merasa dirinya insecure dan tidak pantas untuk beradaptasi dengan orang sekitarnya, akhirnya akan mengalami proses penyesuaian diri yang sangat lama.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat diketahui bahwa regulasi diri dan *peer attachment* ini keduanya sama – sama saling berhubungan dengan penyesuaian diri seseorang. Khususnya bagi para santri Pondok Pesantren Assa’adah bahwa antara regulasi diri dan *peer attachment* dapat menjadi faktor pendukung untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik dalam lingkungan sekitarnya. Sehingga akan tercipta kesenangan, kenyamanan, keamanan dan kesejahteraan, serta dapat menjalani hari – hari dengan penuh kebahagiaan.

Penelitian ini juga sudah mencapai tujuannya yaitu untuk membuktikan bahwa memang terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa’adah Babakan Ciwaringin Cirebon, terdapat hubungan antara *peer attachment* dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa’adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Sehingga semakin tinggi tingkat regulasi diri pada santri maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya. Selain itu, semakin tinggi tingkat *peer attachment* pada santri maka akan semakin tinggi juga tingkat penyesuaian dirinya. Dalam penelitian ini belum ada peneliti yang mengambil tiga variabel sekaligus tentang regulasi diri, *peer attachment* dan penyesuaian diri. Penelitian sebelumnya hanya meneliti kepada 2 variabel saja misalkan hubungan regulasi diri dengan penyesuaian diri ataupun hubungan *peer attachment* dengan penyesuaian diri. Selain itu belum ada penelitian sebelumnya yang membahas variabel tersebut dan mengambil tempat di Pondok Pesantren Assa’adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Jadi dengan adanya hal tersebut maka peneliti mengambil variabel dan tempat yang berbeda sebagai pembaharuan penelitian.

Secara keseluruhan penelitian ini tidak terlepas dari kelemahan. Kelemahan dalam penelitian ini akan menjadi perhatian bagi peneliti. Sehingga diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk dapat lebih menyempurnakan penelitian dimasa yang akan datang. Keterbatasan – keterbatasan tersebut diantaranya yaitu mengenai jumlah

populasi pada penelitian ini yang hanya berjumlah 120 santri yang mana dikarenakan lingkungan pondok pesantren yang menjadi lokasi penelitian tidak terlalu besar. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh sehingga keseluruhan populasi dijadikan sampel. Diharapkan pada penelitian mendatang dapat menggunakan jumlah sampel dengan cakupan yang lebih besar agar dapat meningkatkan generalisasi. Kemudian, keterbatasan pada penelitian ini yang tidak dijelaskan secara lebih merinci mengenai hal – hal apa saja yang dapat meningkatkan penyesuaian diri santri di pondok pesantren. Maka, perlu adanya penelitian yang lebih mendalam menggunakan pendekatan secara kualitatif.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pertama, regulasi diri memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Kedua, *peer attachment* memiliki hubungan yang positif dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Ketiga, regulasi diri dan *peer attachment* memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Dengan demikian, dapat disimpulkan ketiga hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima, dengan pemahaman semakin tinggi regulasi diri dan *peer attachment* maka akan semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat regulasi diri dan *peer attachment* maka akan semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon. Santri yang memiliki tingkat regulasi diri dan *peer attachment* yang baik, mereka akan mampu mengatur dirinya sendiri, memiliki perencanaan untuk dapat mencapai tujuannya dan mampu memilih hubungan yang positif dengan teman – temannya. Dengan hal ini, santri cenderung akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan pesantren dan tantangan yang mereka hadapi.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Para Santri
  - a. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa regulasi diri pada santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon dalam taraf sedang, maka dari itu perlu untuk terus meningkatkan regulasi diri bagi para santri. Bagi para santri diharapkan memiliki regulasi diri yang tinggi dikarenakan berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri dapat meningkatkan penyesuaian diri.
  - b. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa *peer attachment* pada santri Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon dalam taraf sedang, maka dari itu perlu untuk terus meningkatkan *peer attachment* bagi para santri. Bagi

para santri diharapkan memiliki hubungan baik dengan teman sebayanya agar dapat saling support dan bertukar cerita agar dapat memberikan rasa aman dan nyaman dalam menyesuaikan dirinya di lingkungan sekitar. Karena semakin tinggi tingkat *peer attachment* pada santri maka akan semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya.

## 2. Bagi Orang tua

Bagi orang tua diharapkan untuk dapat memberikan dukungan terbaik untuk anaknya yang sedang menimba ilmu di pondok pesantren dan membantunya sedikit demi sedikit untuk mengarahkan anaknya agar memiliki regulasi diri dan *peer attachment* yang baik, dikarenakan keduanya memiliki hubungan yang positif untuk memudahkan anaknya agar dapat menyesuaikan diri dengan baik.

## 3. Bagi Pengasuh dan Pembimbing

Regulasi diri dan *peer attachment* memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri. Sehingga bagi pihak pondok pesantren diharapkan untuk selalu mengawasi santrinya dan terus membimbing santrinya sedikit demi sedikit untuk dapat memiliki regulasi diri dan *peer attachment* yang baik, sehingga nantinya santri akan lebih mudah dalam proses penyesuaian dirinya baik dalam lingkungan pesantren atau pun lingkungan sekolah. Kemudian ketika para santri memiliki tingkat regulasi diri dan *peer attachment* yang tinggi maka diharapkan bisa mengurangi jumlah santri yang keluar (*boyong*).

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengangkat topik yang sama diharapkan lebih memperluas lagi terkait sampel yang akan diteliti agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu melakukan penelitian longitudinal untuk memantau perubahan dalam regulasi diri, *peer attachment* dan penyesuaian diri seiring berjalannya waktu. Dengan hal ini dapat membantu memahami bagaimana faktor – faktor ini berkembang dan saling mempengaruhi dari masa ke masa. Gunakan metode campuran (kualitatif dan kuantitatif) untuk mendapatkan gambaran lebih komprehensif. Misalnya, survei untuk data kuantitatif dan wawancara mendalam untuk data kualitatif. Pertimbangkan untuk menggunakan berbagai alat ukur dan indikator untuk menilai regulasi diri, *peer attachment*, dan penyesuaian diri dari berbagai perspektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, P. M. (2015). *Metode penelitian kuantitatif*. Aswaja Pressindo.
- Ali, M. (2011). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. PT Bumi Askara.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 103–116.
- Arikunto, S. (2006). *Metode penelitian kualitatif*. PT Bumi Aksara.
- 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>
- Arum, A. R., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa baru psikologi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi Bukanlah*, 8(8), 187–196. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i8.41717>
- Atiyah, K., Mughni, A., & Ainiyah, N. (2020). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja. *Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 2(2), 42–51. <https://doi.org/10.35316/maddah.v2i2.844>
- Aulya, A., Lubis, H., & Rasyid, M. (2022). Pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 307–319. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i2.7558>
- Aurel, M. I., Annisa, A., Agiel Facriandi, D., Aiyuda, N., & Syaf, A. (2021). Learning experience of adjustment luration in online learning ( descriptive studies in students ): Pengalaman belajar terhadap durasi penyesuaian diri dalam pembelajaran daring. *Umsida*, 1(1), 1–6. <https://press.umsida.ac.id/index.php/iiucp/article/view/620>
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs.
- Barrocas, A. L. (2009). *Adolescent attachment to parents and peers*. The Emory Center for Myth and Ritual in American Life Working Paper.
- Bastaman, H. D. (2001). *Integrasi psikologi dengan islam: menuju psikologi islami*. Pustaka Pelajar & Yayasan Insan Kamil.

- Bowlby, J. (1970). The origins of attachment theory. *Developmental Psychology*, 28 (2), 759–775. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=9daf1c13f86720000e9ddcde238ab3756cc0847b>
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2012). *Kepribadian : teori dan penelitian*. Salemba Humanika.
- 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(2), 370–374. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.390>
- Eva Latipah. (2014). *Metode penelitian psikologi*. Deepublish.
- Geon, S. A. B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dan determinasi diri siswa kelas X SMA Charitas. *Psiko-Edukasi*, 14(1), 23–28. <https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/psikoedukasi/article/view/323>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori - teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Gunung Mulia.
- Hairston, A. J., Bamaca-Colbert, & M. Y., Espinosa-Hernandez, G. (2010). The role of peers and friends on mexican-origin female adolescents' psychological adjustment. *The Penn State McNair Journal*, 86–101. [http://forms.gradsch.psu.edu/diversity/mcnair/mcnair\\_jrnl2010/files/Hairston.pdf](http://forms.gradsch.psu.edu/diversity/mcnair/mcnair_jrnl2010/files/Hairston.pdf)
- Hapidoh, S., Bukhori, B., & Sessiani, L. A. (2019). The effect of self-regulation and peer attachment on adversity quotient in quran reciter students. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian*, 24(2), 167–180. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art7>
- Hariyadi, S. (1998). *Perkembangan Peserta Didik*. Semarang Press.
- Hasan, L. H. (2017). *Hubungan antara dukungan sosial pengurus pondok pesantren dan penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Mangkang Kota Semarang*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). *Sex and the psychological tether*. Jessica Kingsley Publishers
- Hofstra, J. (2009). *Development of the attachment styles questionnaire*. University of Groningen.
- Iflah, I., & Listyasari, W. D. (2013). Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru. *JPPP -Jurnal*

- Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 2 (1), 33–36. <https://doi.org/10.21009/jppp.021.05>
- Irfani, R. (2004). *Penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren terhadap kegiatan pesantren: studi kasus di Pondok Pesantren Darunnajah*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Jufri, N. I. (2017). *Pertemanan perspektif al-qur'an (suatu tinjauan metode maudu'i)*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Kartono, K. (2008). *Bimbingan anak dan remaja yang bermasalah*. Rajawali Pers.
- Kemenag, P. (2023). *Pondok Pesantren*. Kementerian Agama Republik Indonesia. <https://pendis.kemenag.go.id/>
- Laghi, F., Alessio, Æ. M. D., Pallini, Æ. S., & Baiocco, Æ. R. (2009). Attachment representations and time perspective in adolescence. *Social Indicators Research*, 90(2), 181–194. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9249-0>
- Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(1), 45–59. <https://doi.org/10.1023/A:1005169004882>
- Lestari, D. A., & Satwika, Y. W. (2018). Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi pada Siswa Kelas VIII di SMPN 28 Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1–6. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v5i2.24586>
- Luthfi, I. M., & Husni, D. (2020). Peer attachment dengan regulasi emosi pada santri. *Psikobuletin : Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(2), 110–118. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i2.9374>
- Ma'rifah, F. (2019). *Hubungan antara konsep diri dan peer attachment dengan kemampuan penyesuaian diri pada mahasiswa bidikmisi Uin Walisongo*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Manab, A. (2016). Memahami regulasi diri: Sebuah tinjauan konseptual. *Psychology & Humanity, Seminar ASEAN Psychology & Humanity* 7–11.
- Mariska, A. (2018). Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap homesickness. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6 (3), 310–316. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4642>

- Markiewicz, D., Lawford, H., Doyle, A. B., & Haggart, N. (2006). Developmental differences in adolescents' and young adults' use of mothers, fathers, best friends, and romantic partners to fulfill attachment needs. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 127–140. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9014-5>
- Mu'ti, A., Latief Ramadhan, Y., Robbany, T. M., & Muslim, M. (2023). Psikologi santri (analisis) proses adaptasi dan penyesuaian diri santri di Indonesia. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 1731–1746. <https://doi.org/10.30868/ei.v12i02.4067>
- Mudzkiyyah, L., & Nuriyyatiningrum, N. (2021). Parental and peer attachment to moral intelligence among adolescents in Semarang City. <https://doi.org/10.4108/eai.14-10-2020.2303837>
- 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>
- Muntamah, M., & Ariati, J. (2017). Hubungan antara kelekatan terhadap teman sebaya dengan kematangan karir pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Trucuk Klaten. *Jurnal EMPATI*, 5(4), 705–710. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15446>
- Nabila, N., & Laksmiwati, H. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3), 1–7. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v6i3.29499>
- Nasution, S. (2019). Pendidikan lingkungan keluarga. *Tazkiya*, 8(1), 115–124. <http://jurnal.tarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/457>
- Neufeld, G., & Maté, G. (2013). *Hold on to your kids: Why parents need to matter more than peers*. Vintage Canada.
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 23–26. <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Nugraha, A. (2019). *Hubungan kelekatan teman sebaya dan penilaian pemecahan masalah dengan penyesuaian diri pada Siswa Sekolah Berbasis Pondok Pesantren di Kota Tasikmalaya*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Widya

Gama Press.

- Prawira, P. A. (2016). *Psikologi pendidikan dalam perspektif baru*. Ar - ruzz Media.
- Pritaningrum, M., & Wiwin, H. (2016). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada tahun pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 2(3), 134–142. <https://core.ac.uk/download/pdf/230629190.pdf>
- Rafika Ulfa. (2019). Variabel dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Rahayu, R. D., & Wigna, W. (2016). Pengaruh lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat terhadap persepsi gender mahasiswa laki-laki dan perempuan (Kasus mahasiswa Sekolah Tinggi Ekonomi Islam TAZKIA Tahun Masuk 2009). *Jurnal Penyuluhan*, 6(2), 1–23. <https://doi.org/10.25015/penyuluhan.v6i2.11451>
- Rasyid, M., (2012). *Hubungan antara peer attachment dengan regulasi emosi remaja yang menjadi Siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda*. Universitas Airlangga Surabaya
- Ringganis, K., & Darmayanti, K. K. H. (2023). I am closer to friends, I feel worthy: Santri's peer-attachment and self-esteem. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 6(1), 55–66. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i1.23553>
- Runyon, R. P., & Haber, A. (1984). *Psychology of adjustment*. The Dorsey Press.
- Sakti, H., & Noviana, S. (2015). Hubungan antara peer attachment dengan penerimaan diri pada Siswa-Siswi Akselerasi. *Jurnal Empati*, 4 (2), 114–120. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14901>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Masa Remaja edisi keenam*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Remaja edisi sebelas*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa-Hidup*. Erlangga.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Rinehart.
- Septiningwulan, A. E., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara peer attachment dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru psikologi unesa selama masa pandemi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 44–56. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i8.41673>

- Setiawan, S. (2017). Pengaruh bentuk pola asuh orang tua dan regulasi diri terhadap disiplin Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 259–265. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4372>
- Shihab, M. Q. (2002a). *Tafsir Al-Misbah Kesan dan Keserasian Al - Qur'an Jilid 7*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2002b). *Tafsir Al-Mishbah Kesan dan Keserasian Al - Qur'an Jilid 3*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2002c). *Tafsir Al - Mishbah Kesan dan Keserasian Al - Qur'an Jilid 2*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2006d). *Tafsir Al-Misbah Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Jilid 14*. Lentera Hati.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sumayyah & Desiningrum, D.R. (2016). Persepsi terhadap full day school dan regulasi diri pada siswa SMP Islam Hidayatullah Semarang. *Jurnal Empati*, 5 (1), 144-147. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15086>
- Suryabrata, S. (2011). *Metodologi penelitian*. Rajawali Pers.
- Udzma, I. M. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru Pondok Pesantren Hasyim Asy'ari Tarub Tegal. *Eprints.Walisongo.Ac.Id*. [https://eprints.walisongo.ac.id/15273/1/1507016070\\_Indy\\_Maziyatun\\_Udzma\\_Full\\_Skripsi - Sabit Akdami.pdf](https://eprints.walisongo.ac.id/15273/1/1507016070_Indy_Maziyatun_Udzma_Full_Skripsi_-_Sabit_Akdami.pdf)
- Ulfa, M. (2016). Pengaruh dukungan teman sebaya dan motivasi belajar terhadap penyesuaian diri santri. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 4(2), 17–32. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10837>
- Utari, R. (2021). Self regulation pada remaja dalam perspektif Islam (cara pandang dalam perspektif psikologi dan agama Islam menghadapi usia remaja dan problematikanya). *Bayani*, 1(1), 43–51. <https://doi.org/10.52496/bayaniv.1i.1pp43-51>
- Wahid, F. S., Setiyoko, D. T., Riono, S. B., & Saputra, A. A. (2020). Pengaruh lingkungan keluarga dan sekolah. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 555–564.

<https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i8.1526>

- Wardhani, E. P. (2017). *Hubungan antara peer attachment dengan penyesuaian sosial pada remaja putri di Sekolah Homogen dan tinggal di Asrama*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Wibowo, N. E., & Fuad Nashori, H. (2017). Self regulation and aggressive behavior on male adolescence. *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 48–59. <https://doi.org/10.24036/rapun.v8i1.7951>
- Wibowo, N. R., & Wimbari, 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>
- Widarti, R. N. (2016). *Pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada Siswa Kelas I' Dad ( Kelas Persiapan )*. Universitas Negeri Jakarta
- Widodo, ARBR, & Rofiq, A. (2005). *Pemberdayaan pesantren: menuju kemandirian dan profesionalisme santri dengan metode daurah kebudayaan*. Pustaka Pesantren (Kelompok Penerbit LKIS).
- Widodo, P. B. (2006). Reliabilitas dan validitas konstruk skala konsep diri untuk Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.14710/jpu.3.1.1-9>
- Yuniar, M., Abidin, Z., & Astuti, T. P. (2005). Penyesuaian diri santri putri terhadap kehidupan pesantren: Studi kualitatif pada Madrasah Takhasusiah Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Surakarta. *Jurnal Psikologi Undip*, 2, 10-17. <https://doi.org/10.14710/empati.2013.7389>
- Zariah, A. (2013). *Pembelajaran regulasi diri pada santri di pondok pesantren modern*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501\\_2](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2)
- Zuhriy, M. S. (2011). Budaya pesantren dan pendidikan karakter pada Pondok Pesantren Salaf. *Walisono: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 19(2), 287–310. <https://doi.org/10.21580/ws.2011.19.2.159>

## LAMPIRAN

### *Lampiran 1 Blue Print Aitem Skala Penelitian*

#### *Lampiran 1. 1 Blue Print Aitem Skala Penyesuaian Diri Sebelum Try Out*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengendalikan emosi yang berlebih	Mampu mengendalikan emosi dalam dirinya	4) Saya mampu menenangkan diri saya ketika kehilangan barang di pesantren 8) Ketika marah saya lebih baik diam	3) Apabila teman saya mengambil barang tanpa izin, saya akan memarahinya habis – habisan 7) Ketika marah saya akan melampiaskan ke semua orang yang berada di dekat saya	8
	Mampu menghadapi permasalahan	14) Saya mampu menyelesaikan permasalahan dengan teman saya 20) Ketika saya menemukan kegagalan dalam diri saya, maka saya akan tetap bersemangat	1) Saya akan mengadu kepada orang tua apabila ada masalah dengan teman saya 5) Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam diri saya	
Meminimalisir mekanisme psikologis	Mampu bertahan dengan tuntutan sekitar	2) Selama di pesantren, saya mengikuti semua rangkaian kegiatan pembelajaran dengan baik 10) Saya berusaha untuk segera	23) Saya memilih berpura – pura sakit untuk menghindari kegiatan pembelajaran 31) Saya malas mengerjakan tugas	8

		mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru	yang telah diberikan oleh guru	
	Mampu mengatasi adanya perubahan di lingkungan sekitar	16) Saya berusaha untuk membaur saat berada di lingkungan baru 24) Saya berusaha mentaati peraturan meskipun bertentangan dengan keinginan saya	9) Saya merasa tertekan ketika berada di lingkungan baru 15) Saya lebih memilih terkena hukuman dibandingkan harus mentaati aturan	
Meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya	Mempunyai <i>self kontrol</i> yang baik	6) Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam kehidupan saya 18) Saya berusaha tetap tenang ketika banyak setoran hafalan	11) Saya hanya bisa menangis tanpa memikirkan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi 27) Saya merasa cemas ketika dihadapkan dengan banyaknya hafalan	8
	Memiliki keterbukaan dengan orang lain	34) Saya senang bertukar cerita dengan orang lain 38) Saya bersikap apa adanya kepada siapapun	21) Saya tipe orang yang enggan bercerita kepada orang lain 29) Saya kurang percaya diri ketika bertemu orang lain	
Kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional	Mengarahkan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik	22) Saya berusaha untuk memaksimalkan yang terbaik untuk diri saya, agar kelak	13) Saya lebih suka bermalas – malasan di pesantren karena jauh dari pantauan orang tua 17) Saya	8

		menjadi orang yang berhasil 42) Saya belajar untuk senantiasa menghormati orang yang lebih tua dari saya	mengabaikan orang yang ada disekitar saya	
	Mampu berpikir secara rasional ketika dihadapkan dalam situasi yang sulit	36) Ketika teman saya mengajak untuk kabur dari pesantren, saya langsung menolaknya 40) Saya akan menyelesaikan tugas sesulit apapun	19) Saya mengikuti apa yang teman saya lakukan 33) Ketika diberikan tugas yang sulit, saya akan melalaikan tugas tersebut	
Kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu	Menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya	12) Dulu saya suka melanggar aturan pesantren, kini saya sangat mentaati semua aturan pesantren 30) Semenjak masuk pesantren, saya berusaha menjadi pribadi yang lebih kuat	25) Saya merasa biasa saja ketika melanggar aturan pesantren, 45) Di rumah ataupun di pesantren saya tetap menjadi pribadi yang mudah menangis	8
	Mampu menghadapi kegagalan dalam sifat positif	26) Jika mengalami kegagalan, saya berusaha tetap optimis untuk bangkit	35) Jika mengalami kegagalan, saya berlarut – larut dalam kesedihan	

		44) Dari kegagalan saya belajar bahwa perlu mengevaluasi diri lebih baik lagi	47) Saya akan menyerah jika impian saya gagal	
Memiliki sikap realistik dan obyektif	Mampu bersikap secara obyektif berdasarkan realita yang ada	28) Saya menikmati semua menu yang ada di pesantren walaupun sederhana 46) Setiap melakukan sesuatu, saya pasti didasarkan dengan tujuan yang terarah	37) Menu makanan yang biasa saja membuat saya kurang nafsu makan 43) Saya akan melakukan apa saja tanpa ada tujuan yang jelas	8
	Bersikap sesuai dengan lingkungan	32) Saya mudah bergaul dengan teman – teman di pesantren 48) Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan	39) Saya kesulitan dalam bergaul dengan teman – teman di pesantren 41) Saya enggan membantu teman saya	
<b>Total</b>			<b>48</b>	

**Lampiran 1. 2 Blue Print Aitem Skala Penyesuaian Diri Setelah Try Out**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengendalikan emosi yang berlebih	Mampu mengendalikan emosi dalam dirinya	4) Saya mampu menenangkan diri saya ketika kehilangan barang di pesantren 8) Ketika marah saya lebih baik diam	3) Apabila teman saya mengambil barang tanpa izin, saya akan memarahinya habis – habisan	8

			7) Ketika marah saya akan melampiaskan ke semua orang yang berada di dekat saya	
	Mampu menghadapi permasalahan	*14) Saya mampu menyelesaikan permasalahan dengan teman saya 20) Ketika saya menemukan kegagalan dalam diri saya, maka saya akan tetap bersemangat	1) Saya akan mengadu kepada orang tua apabila ada masalah dengan teman saya 5) Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam diri saya	
Meminimalisir mekanisme psikologis	Mampu bertahan dengan tuntutan sekitar	2) Selama di pesantren, saya mengikuti semua rangkaian kegiatan pembelajaran dengan baik *10) Saya berusaha untuk segera mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru	*23) Saya memilih berpura – pura sakit untuk menghindari kegiatan pembelajaran 31) Saya malas mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru	8
	Mampu mengatasi adanya perubahan di lingkungan sekitar	16) Saya berusaha untuk membaaur saat berada di lingkungan baru *24) Saya berusaha mentaati peraturan meskipun	9) Saya merasa tertekan ketika berada di lingkungan baru 15) Saya lebih memilih terkena hukuman dibandingkan harus mentaati aturan	

		bertentangan dengan keinginan saya		
Meminimalisir perasaan frustrasi yang ada dalam dirinya	Mempunyai <i>self kontrol</i> yang baik	6) Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam kehidupan saya *18) Saya berusaha tetap tenang ketika banyak setoran hafalan	11) Saya hanya bisa menangis tanpa memikirkan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi *27) Saya merasa cemas ketika dihadapkan dengan banyaknya hafalan	8
	Memiliki keterbukaan dengan orang lain	34) Saya senang bertukar cerita dengan orang lain *38) Saya bersikap apa adanya kepada siapapun	*21) Saya tipe orang yang enggan bercerita kepada orang lain 29) Saya kurang percaya diri ketika bertemu orang lain	
Kemampuan mengarahkan diri dan berpikir secara rasional	Mengarahkan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik	*22) Saya berusaha untuk memaksimalkan yang terbaik untuk diri saya, agar kelak menjadi orang yang berhasil 42) Saya belajar untuk senantiasa menghormati orang yang lebih tua dari saya	13) Saya lebih suka bermalas – malasan di pesantren karena jauh dari pantauan orang tua *17) Saya mengabaikan orang yang ada disekitar saya	8
	Mampu berpikir secara rasional ketika	36) Ketika teman saya mengajak untuk kabur dari	19) Saya mengikuti apa yang teman saya lakukan	

	dihadapkan dalam situasi yang sulit	pesantren, saya langsung menolaknya *40) Saya akan menyelesaikan tugas sesulit apapun	33) Ketika diberikan tugas yang sulit, saya akan melalaikan tugas tersebut	
Kemampuan untuk mengambil pembelajaran dari pengalaman masa lalu	Menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya	*12) Dulu saya suka melanggar aturan pesantren, kini saya sangat mentaati semua aturan pesantren 30) Semenjak masuk pesantren, saya berusaha menjadi pribadi yang lebih kuat	25) Saya merasa biasa saja ketika melanggar aturan pesantren, *45) Di rumah ataupun di pesantren saya tetap menjadi pribadi yang mudah menangis	8
	Mampu menghadapi kegagalan dalam sifat positif	26) Jika mengalami kegagalan, saya berusaha tetap optimis untuk bangkit 44) Dari kegagalan saya belajar bahwa perlu mengevaluasi diri lebih baik lagi	35) Jika mengalami kegagalan, saya berlarut – larut dalam kesedihan 47) Saya akan menyerah jika impian saya gagal	
Memiliki sikap realitis dan obyektif	Mampu bersikap secara obyektif berdasarkan realita yang ada	28) Saya menikmati semua menu yang ada di pesantren walaupun sederhana *46) Setiap melakukan sesuatu, saya pasti	37) Menu makanan yang biasa saja membuat saya kurang nafsu makan 43) Saya akan melakukan apa saja	8

		didasarkan dengan tujuan yang terarah	tanpa ada tujuan yang jelas	
	Bersikap sesuai dengan lingkungan	*32) Saya mudah bergaul dengan teman – teman di pesantren 48) Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan	39) Saya kesulitan dalam bergaul dengan teman – teman di pesantren *41) Saya enggan membanru teman saya	
<b>Total</b>			<b>48</b>	

*Lampiran 1. 3 Blue Print Aitem Skala Regulasi Diri Sebelum Try Out*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Mampu merencanakan untuk menggapai tujuan	1) Saya mempunyai rancangan kegiatan – kegiatan yang akan saya ikuti di pesantren 5) Saya membuat jadwal khusus sendiri untuk menghafal	12) Saya kesulitan dalam merancang kegiatan yang saya ikuti di pesantren 16) Setiap ingin setoran hafalan, saya mendadak menghafalkan di hari itu juga	12
	Mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya	3) Ketika saya memiliki beberapa saran untuk menyelesaikan permasalahan, saya akan menyeleksi terlebih dahulu mana saran yang tepat	6) Saya akan memakai semua saran dalam menyelesaikan permasalahan 14) Saya merupakan orang yang mudah memberi keputusan tanpa berpikir panjang	

		11) Dalam memutuskan sesuatu, saya harus berpikir dua kali		
	Mampu mengevaluasi dirinya	7) Teman saya sering menegur ketika saya salah, sehingga saya dapat memperbaiki kesalahan saya 17) Saya harus mampu mengevaluasi diri saya terlebih dahulu, sebelum saya mengevaluasi orang lain	2) Ketika ada teman yang menegur saya, saya merasa tersinggung 10) Saya senang mengkritik orang lain, tapi saya kesal ketika di kritik orang lain	
Motivasi	Memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya	13) Saya mampu melawan rasa malas ketika belajar 25) Saya mampu mengendalikan diri saya dari perbuatan yang buruk	26) Sulit bagi saya untuk memulai belajar 30) Saya mudah terjerumus dalam melakukan perbuatan yang buruk	12
	Memiliki motivasi ekstrinsik	23) Saya merasa senang tinggal di pondok karena dukungan dari orang sekitar 27) Banyak teman di pesantren membuat saya semakin semangat dalam	8) Saya merasa ingin keluar pondok (boyong) karena sering dibully 18) Saya merasa kesepian karena mempunyai sedikit teman	

		menuntut ilmu di pesantren		
	Mampu mengendalikan kemampuan dirinya	9) Keberhasilan bagi saya dapat menjadi jalan untuk terus meningkatkan kemampuan diri 15) Saya mempunyai tekad yang kuat untuk belajar di pesantren	4) Bagi saya keberhasilan bukan jalan yang mampu meningkatkan kemampuan diri 20) Saya memiliki jiwa yang lemah dalam proses pembelajaran	
Perilaku	Melakukan perilaku yang terbaik	31) Saya mengikuti berbagai ekstrakurikuler di pesantren agar dapat mengembangkan keterampilan saya 33) Dalam lingkungan pesantren, saya terus dilatih untuk menjadi santri yang memiliki kreativitas yang tinggi	28) Saya lebih suka mengurung diri di kamar dari pada mengikuti ekstrakurikuler di pesantren 36) Saya menghindari kegiatan yang berkaitan dengan kreativitas	12
	Memanfaatkan kesempatan yang ada	21) Saya akan mengusahakan yang terbaik untuk dapat membahagiakan orang tua saya 29) Sebagai seorang santri, saya akan mengutamakan tata	24) Saya terlalu pesimis dalam mengusahakan suatu hal 32) Saya bersikap masa bodoh dengan siapapun	

		krama kepada siapapun		
	Upaya untuk mengembangkan keterampilan	19) Ketika di pesantren saya membagi waktu dengan baik 35) Di lingkungan pesantren banyak hal yang perlu kita coba untuk mempersiapkan diri ketika terjun di masyarakat	22) Saya senang bermalas – malasan sehingga lalai akan waktu 34) Saya kurang memiliki keberanian untuk mencoba hal – hal yang baru	
<b>Total</b>			<b>36</b>	

**Lampiran 1. 4 Blue Print Aitem Skala Regulasi Diri Setelah Try Out**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Mampu merencanakan untuk menggapai tujuan	1) Saya mempunyai rancangan kegiatan – kegiatan yang akan saya ikuti di pesantren 5) Saya membuat jadwal khusus sendiri untuk menghafal	*12) Saya kesulitan dalam merancang kegiatan yang saya ikuti di pesantren 16) Setiap ingin setoran hafalan, saya mendadak menghafalkan di hari itu juga	12
	Mampu menyeleksi suatu hal dalam dirinya	3) Ketika saya memiliki beberapa saran untuk menyelesaikan permasalahan, saya akan menyeleksi	*6) Saya akan memakai semua saran dalam menyelesaikan permasalahan 14) Saya merupakan orang yang mudah	

		<p>terlebih dahulu mana saran yang tepat</p> <p>*11) Dalam memutuskan sesuatu, saya harus berpikir dua kali</p>	<p>memberi keputusan tanpa berpikir panjang</p>	
	<p>Mampu mengevaluasi dirinya</p>	<p>7) Teman saya sering menegur ketika saya salah, sehingga saya dapat memperbaiki kesalahan saya</p> <p>17) Saya harus mampu mengevaluasi diri saya terlebih dahulu, sebelum saya mengevaluasi orang lain</p>	<p>*2) Ketika ada teman yang menegur saya, saya merasa tersinggung</p> <p>10) Saya senang mengkritik orang lain, tapi saya kesal ketika di kritik orang lain</p>	
<p>Motivasi</p>	<p>Memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya</p>	<p>13) Saya mampu melawan rasa malas ketika belajar</p> <p>*25) Saya mampu mengendalikan diri saya dari perbuatan yang buruk</p>	<p>26) Sulit bagi saya untuk memulai belajar</p> <p>30) Saya mudah terjerumus dalam melakukan perbuatan yang buruk</p>	<p>12</p>
	<p>Memiliki motivasi ekstrinsik</p>	<p>23) Saya merasa senang tinggal di pondok karena dukungan dari orang sekitar</p> <p>27) Banyak teman di pesantren membuat</p>	<p>*8) Saya merasa ingin keluar pondok (boyong) karena sering dibully</p> <p>18) Saya merasa kesepian karena</p>	

		saya semakin semangat dalam menuntut ilmu di pesantren	mempunyai sedikit teman	
	Mampu mengendalikan kemampuan dirinya	9) Keberhasilan bagi saya dapat menjadi jalan untuk terus meningkatkan kemampuan diri 15) Saya mempunyai tekad yang kuat untuk belajar di pesantren	*4) Bagi saya keberhasilan bukan jalan yang mampu meningkatkan kemampuan diri 20) Saya memiliki jiwa yang lemah dalam proses pembelajaran	
Perilaku	Melakukan perilaku yang terbaik	31) Saya mengikuti berbagai ekstrakurikuler di pesantren agar dapat mengembangkan keterampilan saya 33) Dalam lingkungan pesantren, saya terus dilatih untuk menjadi santri yang memiliki kreativitas yang tinggi	28) Saya lebih suka mengurung diri di kamar dari pada mengikuti ekstrakurikuler di pesantren 36) Saya menghindari kegiatan yang berkaitan dengan kreativitas	12
	Memanfaatkan kesempatan yang ada	21) Saya akan mengusahakan yang terbaik untuk dapat membahagiakan orang tua saya *29) Sebagai seorang santri, saya	*24) Saya terlalu pesimis dalam mengusahakan suatu hal 32) Saya bersikap masa bodoh dengan siapapun	

		akan mengutamakan tata krama kepada siapapun		
	Upaya untuk mengembangkan keterampilan	19) Ketika di pesantren saya membagi waktu dengan baik 35) Di lingkungan pesantren banyak hal yang perlu kita coba untuk mempersiapkan diri ketika terjun di masyarakat	22) Saya senang bermalas – malasan sehingga lalai akan waktu 34) Saya kurang memiliki keberanian untuk mencoba hal – hal yang baru	
<b>Total</b>			<b>36</b>	

**Lampiran 1. 5 Blue Print Aitem Skala Peer Attachment Sebelum Try Out**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kepercayaan ( <i>trust</i> )	Memiliki ikatan yang kuat antara individu dengan teman sebayanya	2) Saya sudah menganggap teman pondok saya seperti keluarga sendiri 14) Ketika saya mengalami kesulitan, teman saya langsung sigap membantu 22) Teman – teman senantiasa menghargai pendapat yang saya sampaikan	5) Saya menganggap teman pondok saya biasa saja 11) Jika saya sedang kesulitan, teman – teman meninggalkan saya 29) Saya diremehkan oleh teman saya	12

	Adanya rasa aman antara individu dengan teman sebaya	4) Saya senang jika teman saya memberikan nasehat terkait masalah yang saya hadapi 18) Saya memiliki teman – teman yang saling mensupport satu sama lain 32) Saya mempercayakan kepada teman saya bahwa ia mampu menjaga rahasia dengan baik	1) Seberapa banyak masalah yang saya hadapi, teman saya akan mengabaikannya 15) Saya berjuang sendirian tanpa support dari teman – teman 25) Menceritakan masalah kepada teman hanya akan memalukan diri saya	
Komunikasi ( <i>communication</i> )	Memiliki ikatan komunikasi yang baik antara individu dengan teman sebayanya	6) Saya merasa senang ketika teman saya setiap hari menanyakan kondisi saya 12) Setiap malam saya menyempatkan untuk saling bertukar cerita dengan teman saya 20) Saya dan teman saya saling menyapa ketika berpapasan di jalan	7) Teman saya cuek dengan kondisi saya 19) Ketika malam hari selesai kegiatan pondok saya dan teman saya langsung kembali ke kamar masing – masing dan bergegas tidur 23) Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya	12
	Teman sebaya dapat membantu memenuhi kebutuhan individu	8) Teman pondok saya mengingatkan saya untuk terus	3) Teman pondok saya abai akan diri saya	

		menjadi pribadi yang lebih baik 16) Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya langsung menegur saya 28) Teman pondok saya membantu saya untuk memahami kekurangan dan kelebihan saya	23) Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya 31) Saya dapat memahami diri saya tanpa bantuan dari teman saya	
Keterasingan ( <i>alienation</i> )	Individu merasa diperhatikan oleh teman sebayanya	24) Pada saat saya sakit di pondok, teman saya rela merawat saya sampai sembuh 34) Jika teman saya pergi ke suatu acara, saya diikut sertakan oleh teman saya 36) Ketika saya merasa kesulitan memahami pelajaran, teman saya langsung mengajari saya	9) Pada saat saya sakit dipondok, teman saya menjauhi saya karena takut sakitnya nular 21) Saya merasa ditinggalkan oleh teman saya 33) Teman saya pelit akan ilmu	12
	Memiliki perasaan saling menerima antara individu dengan teman sebayanya	10) Ketika saya berargumen, argumen saya dapat diterima dengan baik	17) Ketika saya berargumen, argumen saya ditolak mentah – mentah	

		26) Teman pondok saya merasa senang ketika bekerja sama dengan saya 30) Teman saya dapat menerima saya apa adanya	27) Teman pondok saya merasa risih ketika bekerja sama dengan saya 35) Saya dijauhkan oleh teman – teman saya	
<b>Total</b>		<b>36</b>		

**Lampiran 1. 6 Blue Print Aitem Skala Peer Attachment Setelah Try Out**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kepercayaan ( <i>trust</i> )	Memiliki ikatan yang kuat antara individu dengan teman sebayanya	2) Saya sudah menganggap teman pondok saya seperti keluarga sendiri 14) Ketika saya mengalami kesulitan, teman saya langsung sigap membantu 22) Teman – teman senantiasa menghargai pendapat yang saya sampaikan	5) Saya menganggap teman pondok saya biasa saja 11) Jika saya sedang kesulitan, teman – teman meninggalkan saya 29) Saya diremehkan oleh teman saya	12
	Adanya rasa aman antara individu dengan teman sebaya	4) Saya senang jika teman saya memberikan nasehat terkait masalah yang saya hadapi 18) Saya memiliki teman – teman yang	1) Seberapa banyak masalah yang saya hadapi, teman saya akan mengabaikannya 15) Saya berjuang sendirian tanpa	

		<p>saling mensupport satu sama lain</p> <p>32) Saya mempercayakan kepada teman saya bahwa ia mampu menjaga rahasia dengan baik</p>	<p>support dari teman – teman</p> <p>25) Menceritakan masalah kepada teman hanya akan memalukan diri saya</p>	
<p>Komunikasi (<i>communication</i>)</p>	<p>Memiliki ikatan komunikasi yang baik antara individu dengan teman sebayanya</p>	<p>6) Saya merasa senang ketika teman saya setiap hari menanyakan kondisi saya</p> <p>12) Setiap malam saya menyempatkan untuk saling bertukar cerita dengan teman saya</p> <p>*20) Saya dan teman saya saling menyapa ketika berpapasan di jalan</p>	<p>7) Teman saya cuek dengan kondisi saya</p> <p>*19) Ketika malam hari selesai kegiatan pondok saya dan teman saya langsung kembali ke kamar masing – masing dan bergegas tidur</p> <p>23) Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya</p>	<p>12</p>
	<p>Teman sebaya dapat membantu memenuhi kebutuhan individu</p>	<p>8) Teman pondok saya mengingatkan saya untuk terus menjadi pribadi yang lebih baik</p> <p>16) Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya langsung menegur saya</p>	<p>3) Teman pondok saya abai akan diri saya</p> <p>23) Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya</p> <p>*31) Saya dapat memahami diri saya tanpa bantuan dari teman saya</p>	

		28) Teman pondok saya membantu saya untuk memahami kekurangan dan kelebihan saya		
Keterasingan ( <i>alienation</i> )	Individu merasa diperhatikan oleh teman sebayanya	24) Pada saat saya sakit di pondok, teman saya rela merawat saya sampai sembuh *34) Jika teman saya pergi ke suatu acara, saya diikuti sertakan oleh teman saya 36) Ketika saya merasa kesulitan memahami pelajaran, teman saya langsung mengajari saya	9) Pada saat saya sakit dipondok, teman saya menjauhi saya karena takut sakitnya nular 21) Saya merasa ditinggalkan oleh teman saya 33) Teman saya pelit akan ilmu	12
	Memiliki perasaan saling menerima antara individu dengan teman sebayanya	*10) Ketika saya berargumen, argumen saya dapat diterima dengan baik 26) Teman pondok saya merasa senang ketika bekerja sama dengan saya 30) Teman saya dapat menerima saya apa adanya	*17) Ketika saya berargumen, argumen saya ditolak mentah – mentah 27) Teman pondok saya merasa risih ketika bekerja sama dengan saya 35) Saya dijauhkan oleh teman – teman saya	
<b>Total</b>			<b>36</b>	

**Lampiran 2 Skala Penelitian Sebelum Try Out**

**Lampiran 2. 1 Skala Penyesuaian Diri Sebelum Try Out**

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan mengadu kepada orang tua apabila ada masalah dengan teman saya				
2.	Selama di pesantren, saya mengikuti semua rangkaian kegiatan pembelajaran dengan baik				
3.	Apabila teman saya mengambil barang tanpa izin, saya akan memarahinya habis – habisan				
4.	Saya mampu menenangkan diri saya ketika kehilangan barang di pesantren				
5.	Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam diri saya				
6.	Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam kehidupan saya				
7.	Ketika marah saya akan melampiaskan ke semua orang yang berada di dekat saya				
8.	Ketika marah saya lebih baik diam				
9.	Saya merasa tertekan ketika berada di lingkungan baru				
10.	Saya berusaha untuk segera mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru				
11.	Saya hanya bisa menangis tanpa memikirkan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi				
12.	Dulu saya suka melanggar aturan pesantren, kini saya sangat mentaati semua aturan pesantren				
13.	Saya lebih suka bermalasan – malasan di pesantren karena jauh dari pantauan orang tua				
14.	Saya mampu menyelesaikan permasalahan dengan teman saya				
15.	Saya lebih memilih terkena hukuman dibandingkan harus mentaati aturan				
16.	Saya berusaha untuk membaur saat berada di lingkungan baru				
17.	Saya mengabaikan orang yang ada disekitar saya				
18.	Saya berusaha tetap tenang ketika banyak setoran hafalan				
19.	Saya mengikuti apa yang teman saya lakukan				
20.	Ketika saya menemukan kegagalan dalam diri saya, maka saya akan tetap bersemangat				
21.	Saya tipe orang yang enggan bercerita kepada orang lain				
22.	Saya berusaha untuk memaksimalkan yang terbaik untuk diri saya, agar kelak menjadi orang yang berhasil				
23.	Saya memilih berpura – pura sakit untuk menghindari kegiatan pembelajaran				

24.	Saya berusaha mentaati peraturan meskipun bertentangan dengan keinginan saya				
25.	Saya merasa biasa saja ketika melanggar aturan pesantren				
26.	Jika mengalami kegagalan, saya berusaha tetap optimis untuk bangkit				
27.	Saya merasa cemas ketika dihadapkan dengan banyaknya hafalan				
28.	Saya menikmati semua menu yang ada di pesantren walaupun sederhana				
29.	Saya kurang percaya diri ketika bertemu orang lain				
30.	Semenjak masuk pesantren, saya berusaha menjadi pribadi yang lebih kuat				
31.	Saya malas mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru				
32.	Saya mudah bergaul dengan teman – teman di pesantren				
33.	Ketika diberikan tugas yang sulit, saya akan melalaikan tugas tersebut				
34.	Saya senang bertukar cerita dengan orang lain				
35.	Jika mengalami kegagalan, saya berlarut – larut dalam kesedihan				
36.	Ketika teman saya mengajak untuk kabur dari pesantren, saya langsung menolaknya				
37.	Menu makanan yang biasa saja membuat saya kurang nafsu makan				
38.	Saya bersikap apa adanya kepada siapapun				
39.	Saya kesulitan dalam bergaul dengan teman – teman di pesantren				
40.	Saya akan menyelesaikan tugas sesulit apapun				
41.	Saya enggan membanru teman saya				
42.	Saya belajar untuk senantiasa menghormati orang yang lebih tua dari saya				
43.	Saya akan melakukan apa saja tanpa ada tujuan yang jelas				
44.	Dari kegagalan saya belajar bahwa perlu mengevaluasi diri lebih baik lagi				
45.	Di rumah ataupun di pesantren saya tetap menjadi pribadi yang mudah menangis				
46.	Setiap melakukan sesuatu, saya pasti didasarkan dengan tujuan yang terarah				
47.	Saya akan menyerah jika impian saya gagal				
48.	Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan				

**Lampiran 2. 2 Skala Regulasi Diri Sebelum Try Out**

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya mempunyai rancangan kegiatan – kegiatan yang akan saya ikuti di pesantren				
2.	Ketika ada teman yang menegur saya, saya merasa tersinggung				
3.	Ketika saya memiliki beberapa saran untuk menyelesaikan permasalahan, saya akan menyeleksi terlebih dahulu mana saran yang tepat				
4.	Bagi saya keberhasilan bukan jalan yang mampu meningkatkan kemampuan diri				
5.	Saya membuat jadwal khusus sendiri untuk menghafal				
6.	Saya akan memakai semua saran dalam menyelesaikan permasalahan				
7.	Teman saya sering menegur ketika saya salah, sehingga saya dapat memperbaiki kesalahan saya				
8.	Saya merasa ingin keluar pondok (boyong) karena sering dibully				
9.	Keberhasilan bagi saya dapat menjadi jalan untuk terus meningkatkan kemampuan diri				
10.	Saya senang mengkritik orang lain, tapi saya kesal ketika di kritik orang lain				
11.	Dalam memutuskan sesuatu, saya harus berpikir dua kali				
12.	Saya kesulitan dalam merancang kegiatan yang saya ikuti di pesantren				
13.	Saya mampu melawan rasa malas ketika belajar				
14.	Saya merupakan orang yang mudah memberi keputusan tanpa berpikir panjang				
15.	Saya mempunyai tekad yang kuat untuk belajar di pesantren				
16.	Setiap ingin setoran hafalan, saya mendadak menghafalkan di hari itu juga				
17.	Saya harus mampu mengevaluasi diri saya terlebih dahulu, sebelum saya mengevaluasi orang lain				
18.	Saya merasa kesepian karena mempunyai sedikit teman				
19.	Ketika di pesantren saya membagi waktu dengan baik				
20.	Saya memiliki jiwa yang lemah dalam proses pembelajaran				
21.	Saya akan mengusahakan yang terbaik untuk dapat membahagiakan orang tua saya				
22.	Saya senang bermalas – malasan sehingga lalai akan waktu				
23.	Saya merasa senang tinggal di pondok karena dukungan dari orang sekitar				
24.	Saya terlalu pesimis dalam mengusahakan suatu hal				
25.	Saya mampu mengendalikan diri saya dari perbuatan yang buruk				

26.	Sulit bagi saya untuk memulai belajar				
27.	Banyak teman di pesantren membuat saya semakin semangat dalam menuntut ilmu di pesantren				
28.	Saya lebih suka mengurung diri di kamar dari pada mengikuti ekstrakurikuler di pesantren				
29.	Sebagai seorang santri, saya akan mengutamakan tata krama kepada siapapun				
30.	Saya mudah terjerumus dalam melakukan perbuatan yang buruk				
31.	Saya mengikuti berbagai ekstrakurikuler di pesantren agar dapat mengembangkan keterampilan saya				
32.	Saya bersikap masa bodoh dengan siapapun				
33.	Dalam lingkungan pesantren, saya terus dilatih untuk menjadi santri yang memiliki kreativitas yang tinggi				
34.	Saya kurang memiliki keberanian untuk mencoba hal – hal yang baru				
35.	Di lingkungan pesantren banyak hal yang perlu kita coba untuk mempersiapkan diri ketika terjun di masyarakat				
36.	Saya menghindari kegiatan yang berkaitan dengan kreativitas				

**Lampiran 2. 3 Skala Peer Attachment Sebelum Try Out**

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Seberapa banyak masalah yang saya hadapi, teman saya akan mengabaikannya				
2.	Saya sudah menganggap teman pondok saya seperti keluarga sendiri				
3.	Teman pondok saya abai akan diri saya				
4.	Saya senang jika teman saya memberikan nasehat terkait masalah yang saya hadapi				
5.	Saya menganggap teman pondok saya biasa saja				
6.	Saya merasa senang ketika teman saya setiap hari menanyakan kondisi saya				
7.	Teman saya cuek dengan kondisi saya				
8.	Teman pondok saya mengingatkan saya untuk terus menjadi pribadi yang lebih baik				
9.	Pada saat saya sakit dipondok, teman saya menjauhi saya karena takut sakitnya nular				
10.	Ketika saya berargumen, argumen saya dapat diterima dengan baik				
11.	Jika saya sedang kesulitan, teman – teman meninggalkan saya				
12.	Setiap malam saya menyempatkan untuk saling bertukar cerita dengan teman saya				
13.	Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya membiarkan saja				

14.	Ketika saya mengalami kesulitan, teman saya langsung sigap membantu				
15.	Saya berjuang sendirian tanpa support dari teman – teman				
16.	Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya langsung menegur saya				
17.	Ketika saya berargumen, argumen saya ditolak mentah – mentah				
18.	Saya memiliki teman – teman yang saling mensupport satu sama lain				
19.	Ketika malam hari selesai kegiatan pondok saya dan teman saya langsung kembali ke kamar masing – masing dan bergegas tidur				
20.	Saya dan teman saya saling menyapa ketika berpapasan di jalan				
21.	Saya merasa ditinggalkan oleh teman saya				
22.	Teman – teman senantiasa menghargai pendapat yang saya sampaikan				
23.	Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya				
24.	Pada saat saya sakit di pondok, teman saya rela merawat saya sampai sembuh				
25.	Menceritakan masalah kepada teman hanya akan memalukan diri saya				
26.	Teman pondok saya merasa senang ketika bekerja sama dengan saya				
27.	Teman pondok saya merasa risih ketika bekerja sama dengan saya				
28.	Teman pondok saya membantu saya untuk memahami kekurangan dan kelebihan saya				
29.	Saya diremehkan oleh teman saya				
30.	Teman saya dapat menerima saya apa adanya				
31.	Saya dapat memahami diri saya tanpa bantuan dari teman saya				
32.	Saya mempercayakan kepada teman saya bahwa ia mampu menjaga rahasia dengan baik				
33.	Teman saya pelit akan ilmu				
34.	Jika teman saya pergi ke suatu acara, saya diikuti sertakan oleh teman saya				
35.	Saya dijauhkan oleh teman – teman saya				
36.	Ketika saya merasa kesulitan memahami pelajaran, teman saya langsung mengajari saya				

**Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas**

**Lampiran 3. 1 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Saat Aitem Gugur**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.870	48

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	140.4857	210.492	.429	.866
Y2	140.0857	217.904	.334	.868
Y3	140.4000	215.894	.336	.868
Y4	140.2286	213.358	.381	.867
Y5	140.8571	214.303	.355	.867
Y6	140.1143	219.281	.300	.868
Y7	140.4857	211.257	.480	.865
Y8	140.0286	211.499	.405	.866
Y9	140.9714	215.029	.334	.868
Y10	140.1714	219.146	.205	.870
Y11	140.2571	213.314	.447	.866
Y12	140.8857	222.104	.075	.872
Y13	140.0286	214.146	.399	.867
Y14	140.2571	221.785	.111	.871
Y15	139.7143	211.504	.546	.864
Y16	139.8000	215.106	.380	.867
Y17	139.6571	219.173	.223	.870
Y18	140.0000	216.000	.290	.869
Y19	140.0286	216.970	.382	.867
Y20	139.7143	217.387	.410	.867
Y21	140.5714	215.546	.280	.869
Y22	139.3429	223.585	.066	.871
Y23	139.5143	221.257	.179	.870
Y24	139.7429	224.550	.008	.871
Y25	140.4000	212.600	.453	.866
Y26	139.6857	215.222	.530	.866
Y27	140.8000	221.224	.123	.871

Y28	139.8857	209.163	.470	.865
Y29	140.9143	213.139	.366	.867
Y30	139.3429	218.467	.401	.868
Y31	140.2286	212.946	.429	.866
Y32	139.8857	220.987	.140	.871
Y33	140.2286	210.711	.517	.864
Y34	139.7714	216.417	.321	.868
Y35	139.9714	214.734	.395	.867
Y36	139.8857	210.222	.463	.865
Y37	140.1143	216.281	.320	.868
Y38	139.6857	225.869	-.072	.873
Y39	140.1714	209.499	.538	.864
Y40	140.3143	217.692	.270	.869
Y41	139.9143	219.022	.170	.871
Y42	139.4000	219.835	.337	.868
Y43	140.2286	212.240	.438	.866
Y44	139.5143	217.316	.368	.867
Y45	140.3143	214.222	.287	.869
Y46	139.8857	219.163	.233	.869
Y47	139.6000	216.306	.421	.867
Y48	140.2000	213.812	.355	.867

**NB : Valid 32, Gugur 16**

***Lampiran 3. 2 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Sesudah Aitem Valid***

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.879	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	92.5143	141.434	.415	.876
Y2	92.1143	147.222	.336	.877
Y3	92.4286	144.782	.377	.876
Y4	92.2571	144.726	.324	.878
Y5	92.8857	144.575	.340	.877

Y6	92.1429	148.420	.299	.878
Y7	92.5143	141.551	.490	.874
Y8	92.0571	141.761	.412	.876
Y9	93.0000	145.294	.313	.878
Y11	92.2857	143.092	.466	.875
Y13	92.0571	142.879	.462	.875
Y15	91.7429	141.726	.561	.873
Y16	91.8286	146.323	.308	.878
Y19	92.0571	146.173	.403	.876
Y20	91.7429	146.491	.436	.876
Y25	92.4286	143.311	.431	.875
Y26	91.7143	145.034	.534	.874
Y28	91.9143	139.492	.492	.874
Y29	92.9429	143.703	.348	.877
Y30	91.3714	147.711	.405	.877
Y31	92.2571	142.608	.455	.875
Y33	92.2571	141.373	.515	.873
Y34	91.8000	146.459	.298	.878
Y35	92.0000	144.235	.416	.876
Y36	91.9143	141.434	.440	.875
Y37	92.1429	145.303	.350	.877
Y39	92.2000	139.812	.563	.872
Y42	91.4286	148.311	.387	.877
Y43	92.2571	142.432	.445	.875
Y44	91.5429	147.785	.304	.878
Y47	91.6286	145.770	.433	.876
Y48	92.2286	143.887	.353	.877

**Lampiran 3. 3 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri Saat Aitem Gugur**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.867	36

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	105.0286	148.264	.442	.862
X1.2	105.8000	151.224	.299	.865
X1.3	104.7714	150.064	.459	.862
X1.4	105.2571	152.079	.287	.866
X1.5	105.5429	148.550	.549	.861
X1.6	105.6286	158.476	-.034	.872
X1.7	104.9143	149.845	.313	.865
X1.8	104.6000	151.600	.254	.867
X1.9	104.5714	151.958	.446	.863
X1.10	105.4857	149.257	.331	.865
X1.11	104.6857	155.339	.115	.869
X1.12	105.4286	152.605	.232	.867
X1.13	105.1714	149.264	.410	.863
X1.14	105.3143	146.398	.543	.860
X1.15	104.7714	152.064	.319	.865
X1.16	105.9429	148.879	.359	.864
X1.17	104.7143	150.563	.418	.863
X1.18	105.0286	145.029	.430	.863
X1.19	105.1714	146.205	.564	.859
X1.20	105.3714	151.417	.364	.864
X1.21	104.3143	149.869	.497	.862
X1.22	104.9143	147.787	.415	.863
X1.23	104.8000	148.988	.446	.862
X1.24	105.6000	156.012	.080	.870
X1.25	105.0286	151.676	.293	.865
X1.26	105.3429	149.467	.407	.863
X1.27	104.5143	150.787	.484	.862
X1.28	104.7429	148.844	.404	.863
X1.29	104.5714	152.605	.289	.865
X1.30	104.9429	149.997	.463	.862
X1.31	105.0571	146.644	.490	.861
X1.32	104.9714	148.382	.402	.863
X1.33	104.5143	152.434	.373	.864
X1.34	105.4857	148.139	.377	.864
X1.35	104.3714	153.240	.417	.864
X1.36	104.6286	147.887	.560	.860

**NB : 27 Valid, 9 Gugur**

**Lampiran 3. 4 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri Sesudah Aitem Valid**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.875	27

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	79.3714	107.005	.514	.868
X1.3	79.1143	109.751	.465	.870
X1.5	79.8857	108.692	.538	.868
X1.7	79.2571	108.138	.384	.872
X1.9	78.9143	111.139	.475	.871
X1.10	79.8286	108.970	.335	.874
X1.13	79.5143	108.257	.460	.870
X1.14	79.6571	105.997	.583	.866
X1.15	79.1143	111.222	.338	.873
X1.16	80.2857	108.681	.363	.873
X1.17	79.0571	109.761	.451	.870
X1.18	79.3714	107.299	.349	.875
X1.19	79.5143	106.669	.555	.867
X1.20	79.7143	111.092	.356	.872
X1.21	78.6571	110.232	.456	.870
X1.22	79.2571	107.608	.427	.871
X1.23	79.1429	109.655	.399	.871
X1.26	79.6857	109.869	.373	.872
X1.27	78.8571	110.185	.506	.870
X1.28	79.0857	108.845	.398	.872
X1.30	79.2857	110.034	.444	.870
X1.31	79.4000	106.718	.498	.869
X1.32	79.3143	108.810	.377	.872
X1.33	78.8571	111.479	.403	.872
X1.34	79.8286	108.323	.367	.873
X1.35	78.7143	112.975	.377	.873
X1.36	78.9714	107.617	.583	.867

**Lampiran 3. 5 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Peer Attachment Saat Aitem Gugur**

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.923	36

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	106.2857	218.622	.625	.919
X2.2	105.6000	225.129	.485	.921
X2.3	106.0000	218.412	.730	.918
X2.4	105.5714	223.193	.584	.920
X2.5	106.0857	222.316	.566	.920
X2.6	106.1143	221.751	.372	.923
X2.7	105.8857	220.516	.644	.919
X2.8	105.8000	222.871	.437	.921
X2.9	105.5429	223.667	.660	.920
X2.10	105.9429	230.703	.216	.923
X2.11	105.9143	216.904	.714	.918
X2.12	106.2000	221.341	.373	.923
X2.13	105.8000	225.106	.406	.922
X2.14	105.8571	222.008	.598	.920
X2.15	105.9429	214.644	.656	.918
X2.16	106.0286	224.970	.439	.921
X2.17	105.5714	231.723	.202	.923
X2.18	105.8286	218.440	.716	.918
X2.19	107.0571	232.467	.078	.925
X2.20	105.5429	230.550	.224	.923
X2.21	105.9143	215.022	.634	.919
X2.22	105.9714	227.617	.366	.922
X2.23	106.0286	225.852	.355	.922
X2.24	105.9143	221.081	.674	.919
X2.25	106.3143	219.104	.574	.920
X2.26	106.0286	223.852	.524	.920
X2.27	106.0000	215.647	.743	.918
X2.28	106.0000	218.353	.632	.919

X2.29	106.1429	220.008	.435	.922
X2.30	105.7429	224.785	.493	.921
X2.31	106.7714	226.123	.262	.924
X2.32	106.4000	222.600	.398	.922
X2.33	106.2857	216.387	.661	.918
X2.34	106.4000	233.188	.051	.926
X2.35	105.5143	225.728	.395	.922
X2.36	106.0000	216.471	.630	.919

**NB : Valid 30, Gugur 6**

***Lampiran 3. 6 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Skala Peer Attachment Sesudah Aitem Valid***

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	30

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	89.4000	193.894	.636	.928
X2.2	88.7143	200.622	.467	.930
X2.3	89.1143	194.163	.720	.928
X2.4	88.6857	197.987	.611	.929
X2.5	89.2000	197.047	.596	.929
X2.6	89.2286	197.476	.359	.933
X2.7	89.0000	195.824	.651	.928
X2.8	88.9143	198.610	.418	.931
X2.9	88.6571	199.055	.652	.929
X2.11	89.0286	192.440	.718	.927
X2.12	89.3143	196.751	.371	.933
X2.13	88.9143	200.198	.409	.931
X2.14	88.9714	197.087	.611	.929
X2.15	89.0571	189.761	.680	.928
X2.16	89.1429	200.420	.425	.931
X2.18	88.9429	193.585	.736	.927
X2.21	89.0286	190.852	.631	.928
X2.22	89.0857	203.257	.332	.932
X2.23	89.1429	201.773	.319	.932

X2.24	89.0286	196.264	.686	.928
X2.25	89.4286	194.017	.599	.929
X2.26	89.1429	198.244	.569	.929
X2.27	89.1143	190.692	.773	.927
X2.28	89.1143	193.928	.631	.928
X2.29	89.2571	196.079	.413	.932
X2.30	88.8571	199.832	.500	.930
X2.32	89.5143	197.845	.399	.932
X2.33	89.4000	191.600	.679	.928
X2.35	88.6286	201.534	.362	.932
X2.36	89.1143	191.987	.636	.928

## **Lampiran 4 Skala Penelitian**

### **SKALA PENELITIAN**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Perkenalkan saya Riyana Listanti mahasiswi prodi Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Perkenankan saya meminta bantuan Anda untuk menjadi responden penelitian dalam rangka keperluan untuk kelengkapan data penelitian.

#### **I. Identitas Responden**

Nama :

Umur :

Kelas :

Kamar :

Alamat :

#### **II. Petunjuk Pengisian**

Di bawah ini terdapat pernyataan – pertanyaan yang harus anda isi, silahkan adik – adik untuk membaca dan mencermati petunjuk berikut :

1. Berdoalah terlebih dahulu sebelum mengisi lembar pernyataan
2. Bacalah dan pahami terlebih dahulu pernyataan tersebut
3. Jawablah pernyataan itu dengan jujur sesuai dengan keadaan yang anda rasakan
4. Ketika menjawab pernyataan berilah tanda checklist (√) pada salah satu dari 4 kolom di samping kanan pernyataan
5. Pilihan Jawaban
  - a. Sangat Sesuai : SS
  - b. Sesuai : S
  - c. Tidak Sesuai : TS
  - d. Sangat Tidak Sesuai : STS
6. Tidak ada jawaban benar atau salah, pastikan semuanya terisi dengan baik dan pastikan tidak ada jawaban yang kosong atau tidak terjawab
7. Kerjakan dengan tenang dan tidak terburu – buru

8. Selamat mengerjakan

**Contoh cara menjawab pernyataan :**

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya merupakan seorang yang pemberani	√			

**Catatan :**

Keseluruhan jawaban adik – adik akan dijamin kerahasiannya karena data ini khusus untuk keperluan penelitian. Maka atas partisipasi adik – adik saya ucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya karena jawaban yang diberikan adik – adik merupakan bentuk kontribusi yang sangat penting bagi penelitian ini. semoga kebaikan yang adik – adik lakukan dibalas oleh Allah dengan kebaikan yang berlipat ganda. Selamat mengerjakan, semangat terus untuk menuntut ilmu di pesantren semoga kelak bisa mendapatkan ilmu yang bermanfaat serta semoga adik – adik senantiasa berada dalam keberkahan dan keselamatan dunia akhirat dari Allah SWT. Aamiinn ya robbal ‘alaminn...

*Wassalamu’alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Hormat Saya

Riyana Listanti

### Skala Penelitian Penyesuaian Diri

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan mengadu kepada orang tua apabila ada masalah dengan teman saya				
2.	Selama di pesantren, saya mengikuti semua rangkaian kegiatan pembelajaran dengan baik				
3.	Apabila teman saya mengambil barang tanpa izin, saya akan memarahinya habis – habisan				
4.	Saya mampu menenangkan diri saya ketika kehilangan barang di pesantren				
5.	Saya akan menyerah jika impian saya gagal				
6.	Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam kehidupan saya				
7.	Ketika marah saya akan melampiaskan ke semua orang yang berada di dekat saya				
8.	Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan				
9.	Saya merasa tertekan ketika berada di lingkungan baru				
10.	Saya senang bertukar cerita dengan orang lain				
11.	Saya hanya bisa menangis tanpa memikirkan solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi				
12.	Ketika teman saya mengajak untuk kabur dari pesantren, saya langsung menolaknya				
13.	Saya lebih suka bermalas – malasan di pesantren karena jauh dari pantauan orang tua				
14.	Saya belajar untuk senantiasa menghormati orang yang lebih tua dari saya				
15.	Saya lebih memilih terkena hukuman dibandingkan harus mentaati aturan				
16.	Saya berusaha untuk membaaur saat berada di lingkungan baru				
17.	Ketika diberikan tugas yang sulit, saya akan melalaikan tugas tersebut				
18.	Saya akan melakukan apa saja tanpa ada tujuan yang jelas				
19.	Saya mengikuti apa yang teman saya lakukan				
20.	Ketika saya menemukan kegagalan dalam diri saya, maka saya akan tetap bersemangat				
21.	Jika mengalami kegagalan, saya berlarut – larut dalam kesedihan				
22.	Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam diri saya				
23.	Menu makanan yang biasa saja membuat saya kurang nafsu makan				
24.	Ketika marah saya lebih baik diam				

25.	Saya merasa biasa saja ketika melanggar aturan pesantren				
26.	Jika mengalami kegagalan, saya berusaha tetap optimis untuk bangkit				
27.	Saya kesulitan dalam bergaul dengan teman – teman di pesantren				
28.	Saya menikmati semua menu yang ada di pesantren walaupun sederhana				
29.	Saya kurang percaya diri ketika bertemu orang lain				
30.	Semenjak masuk pesantren, saya berusaha menjadi pribadi yang lebih kuat				
31.	Saya malas mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru				
32.	Dari kegagalan saya belajar bahwa perlu mengevaluasi diri lebih baik lagi				

### Skala Penelitian Regulasi Diri

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya mempunyai rancangan kegiatan – kegiatan yang akan saya ikuti di pesantren				
2.	Saya lebih suka mengurung diri di kamar dari pada mengikuti ekstrakurikuler di pesantren				
3.	Ketika saya memiliki beberapa saran untuk menyelesaikan permasalahan, saya akan menyeleksi terlebih dahulu mana saran yang tepat				
4.	Saya mudah terjerumus dalam melakukan perbuatan yang buruk				
5.	Saya membuat jadwal khusus sendiri untuk menghafal				
6.	Saya bersikap masa bodoh dengan siapapun				
7.	Teman saya sering menegur ketika saya salah, sehingga saya dapat memperbaiki kesalahan saya				
8.	Di lingkungan pesantren banyak hal yang perlu kita coba untuk mempersiapkan diri ketika terjun di masyarakat				
9.	Keberhasilan bagi saya dapat menjadi jalan untuk terus meningkatkan kemampuan diri				
10.	Saya senang mengkritik orang lain, tapi saya kesal ketika di kritik orang lain				
11.	Saya mengikuti berbagai ekstrakurikuler di pesantren agar dapat mengembangkan keterampilan saya				
12.	Saya menghindari kegiatan yang berkaitan dengan kreativitas				
13.	Saya mampu melawan rasa malas ketika belajar				
14.	Saya merupakan orang yang mudah memberi keputusan tanpa berpikir panjang				
15.	Saya mempunyai tekad yang kuat untuk belajar di pesantren				

16.	Setiap ingin setoran hafalan, saya mendadak menghafalkan di hari itu juga				
17.	Saya harus mampu mengevaluasi diri saya terlebih dahulu, sebelum saya mengevaluasi orang lain				
18.	Saya merasa kesepian karena mempunyai sedikit teman				
19.	Ketika di pesantren saya membagi waktu dengan baik				
20.	Saya memiliki jiwa yang lemah dalam proses pembelajaran				
21.	Saya akan mengusahakan yang terbaik untuk dapat membahagiakan orang tua saya				
22.	Saya senang bermalas – malasan sehingga lalai akan waktu				
23.	Saya merasa senang tinggal di pondok karena dukungan dari orang sekitar				
24.	Saya kurang memiliki keberanian untuk mencoba hal – hal yang baru				
25.	Dalam lingkungan pesantren, saya terus dilatih untuk menjadi santri yang memiliki kreativitas yang tinggi				
26.	Sulit bagi saya untuk memulai belajar				
27.	Banyak teman di pesantren membuat saya semakin semangat dalam menuntut ilmu di pesantren				

### **Skala Penelitian *Peer Attachment***

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Seberapa banyak masalah yang saya hadapi, teman saya akan mengabaikannya				
2.	Saya sudah menganggap teman pondok saya seperti keluarga sendiri				
3.	Teman pondok saya abai akan diri saya				
4.	Saya senang jika teman saya memberikan nasehat terkait masalah yang saya hadapi				
5.	Saya menganggap teman pondok saya biasa saja				
6.	Saya merasa senang ketika teman saya setiap hari menanyakan kondisi saya				
7.	Teman saya cuek dengan kondisi saya				
8.	Teman pondok saya mengingatkan saya untuk terus menjadi pribadi yang lebih baik				
9.	Pada saat saya sakit dipondok, teman saya menjauhi saya karena takut sakitnya nular				
10.	Saya mempercayakan kepada teman saya bahwa ia mampu menjaga rahasia dengan baik				
11.	Jika saya sedang kesulitan, teman – teman meninggalkan saya				
12.	Setiap malam saya menyempatkan untuk saling bertukar cerita dengan teman saya				
13.	Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya membiarkan saja				

14.	Ketika saya mengalami kesulitan, teman saya langsung sigap membantu				
15.	Saya berjuang sendirian tanpa support dari teman – teman				
16.	Ketika saya melakukan kesalahan, teman pondok saya langsung menegur saya				
17.	Teman saya pelit akan ilmu				
18.	Saya memiliki teman – teman yang saling mensupport satu sama lain				
19.	Saya dijauhkan oleh teman – teman saya				
20.	Ketika saya merasa kesulitan memahami pelajaran, teman saya langsung mengajari saya				
21.	Saya merasa ditinggalkan oleh teman saya				
22.	Teman – teman senantiasa menghargai pendapat yang saya sampaikan				
23.	Ketika berpapasan di jalan, teman saya menghiraukan saya				
24.	Pada saat saya sakit di pondok, teman saya rela merawat saya sampai sembuh				
25.	Menceritakan masalah kepada teman hanya akan memalukan diri saya				
26.	Teman pondok saya merasa senang ketika bekerja sama dengan saya				
27.	Teman pondok saya merasa risih ketika bekerja sama dengan saya				
28.	Teman pondok saya membantu saya untuk memahami kekurangan dan kelebihan saya				
29.	Saya diremehkan oleh teman saya				
30.	Teman saya dapat menerima saya apa adanya				

**Lampiran 5 Uji Deskriptif**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri	120	66	103	82.00	7.942
Peer Attachment	120	49	114	91.04	10.790
Penyesuaian Diri	120	71	123	99.06	8.718
Valid N (listwise)	120				

**Lampiran 5. 1 Kategorisasi Variabel Regulasi Diri**

**Kategorisasi Regulasi Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	22	18.3	18.3	18.3
	Sedang	77	64.2	64.2	82.5
	Tinggi	21	17.5	17.5	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

**Lampiran 5. 2 Kategorisasi Variabel Peer Attachment**

**Kategorisasi Peer Attachment**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	12.5	12.5	12.5
	Sedang	89	74.2	74.2	86.7
	Tinggi	16	13.3	13.3	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

**Lampiran 5. 3 Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri**

**Kategorisasi Penyesuaian Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	16	13.3	13.3	13.3
	Sedang	86	71.7	71.7	85.0
	Tinggi	18	15.0	15.0	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

**Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi & Uji Hipotesis**

**Lampiran 6. 1 Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		120
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.66210842
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.038
	Negative	-.052
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

**Lampiran 6. 2 Uji Linieritas Variabel Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Regulasi Diri	Between Groups	(Combined)	6063.962	30	202.132	6.036	.000
		Linearity	5027.505	1	5027.505	150.119	.000
		Deviation from Linearity	1036.458	29	35.740	1.067	.395
	Within Groups		2980.629	89	33.490		
	Total		9044.592	119			

**Lampiran 6. 3 Uji Linieritas Variabel Peer Attachment dengan Penyesuaian Diri**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Diri * Peer Attachment	Between Groups	(Combined)	4076.617	41	99.430	1.561	.046
		Linearity	1572.561	1	1572.561	24.690	.000
		Deviation from Linearity	2504.056	40	62.601	.983	.513
	Within Groups		4967.975	78	63.692		

Total	9044.592	119			
-------	----------	-----	--	--	--

**Lampiran 6. 4 Hasil Uji Hipotesis Pertama**

**Correlations**

		Regulasi Diri	Penyesuaian Diri
Regulasi Diri	Pearson Correlation	1	.746**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.746**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

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

**Lampiran 6. 5 Hasil Uji Hipotesis Kedua**

**Correlations**

		Peer Attachment	Penyesuaian Diri
Peer Attachment	Pearson Correlation	1	.417**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.417**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

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

**Lampiran 6. 6 Hasil Uji Hipotesis Ketiga**

**Model Summary<sup>b</sup>**

Mode	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df1	df2	
1	.760 <sup>a</sup>	.578	.571	5.710	.578	80.189	2	117	.000

a. Predictors: (Constant), Peer Attachment, Regulasi Diri

b. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

**Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian**

Responden	Regulasi Diri (X1)	Peer Attachment (X2)	Penyesuaian Diri (Y)
N.1	78	76	82
N.2	85	87	106
N.3	84	104	107
N.4	77	72	93
N.5	80	102	103
N.6	81	110	103
N.7	87	101	101
N.8	87	91	105
N.9	88	88	103
N.10	83	90	94
N.11	94	100	113
N.12	82	95	101
N.13	83	86	100
N.14	82	96	105
N.15	80	89	94
N.16	76	82	84
N.17	81	86	91
N.18	81	107	106
N.19	85	97	90
N.20	70	77	95
N.21	83	83	93
N.22	73	77	100
N.23	79	94	88
N.24	96	99	104
N.25	75	92	100
N.26	85	101	105
N.27	84	102	101
N.28	90	90	100
N.29	79	89	94
N.30	79	89	91
N.31	77	92	89
N.32	78	90	94
N.33	78	94	104
N.34	86	97	96
N.35	94	94	107
N.36	72	91	91
N.37	91	111	106
N.38	74	70	87
N.39	74	101	96
N.40	86	65	98
N.41	81	91	97
N.42	87	77	105
N.43	83	103	99
N.44	73	105	90

N.45	75	82	82
N.46	89	84	110
N.47	76	90	90
N.48	84	92	99
N.49	87	97	99
N.50	98	100	115
N.51	92	99	108
N.52	74	88	105
N.53	76	95	100
N.54	89	98	113
N.55	75	96	92
N.56	74	93	71
N.57	83	88	103
N.58	81	87	103
N.59	83	79	98
N.60	73	66	92
N.61	84	94	101
N.62	84	82	104
N.63	76	98	94
N.64	70	82	97
N.65	76	92	100
N.66	77	96	94
N.67	69	87	80
N.68	69	85	79
N.69	77	83	100
N.70	78	103	104
N.71	83	65	97
N.72	74	88	86
N.73	76	88	95
N.74	82	94	95
N.75	96	93	109
N.76	69	78	84
N.77	75	90	96
N.78	96	108	114
N.79	90	101	110
N.80	90	95	101
N.81	83	89	102
N.82	87	49	94
N.83	69	90	95
N.84	97	112	116
N.85	91	93	105
N.86	75	92	95
N.87	85	100	107
N.88	83	89	97
N.89	88	99	104
N.90	82	86	94
N.91	84	84	100
N.92	92	105	101

N.93	66	95	105
N.94	103	99	113
N.95	76	86	96
N.96	84	98	95
N.97	89	78	109
N.98	71	89	89
N.99	72	86	91
N.100	89	82	103
N.101	92	67	112
N.102	88	85	101
N.103	75	75	96
N.104	94	108	108
N.105	81	98	102
N.106	92	97	111
N.107	70	89	91
N.108	79	94	91
N.109	87	96	102
N.110	77	89	95
N.111	71	81	87
N.112	81	99	91
N.113	74	81	97
N.114	89	96	110
N.115	79	100	96
N.116	98	107	112
N.117	99	114	123
N.118	80	88	104
N.119	69	81	97
N.120	98	110	119

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Riyana Listanti
2. Tempat Tanggal Lahir : Cirebon, 03 April 2002
3. Alamat : Jl.Kibagus Rangin RT.03/RW.12, Desa Bojongkulon,  
Kec.Susukan, Kab.Cirebon, Provinsi Jawa Barat.
4. Nomor Handphone : 089692165563
5. E-mail : [riyanalistanti34@gmail.com](mailto:riyanalistanti34@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
  - a. SDN 1 Bojongkulon Susukan Cirebon
  - b. MTs Daarul Uluum PUI Majalengka
  - c. MAN 2 Cirebon
  - d. UIN Walisongo Semarang
2. Pendidikan Non Formal
  - a. Pondok Pesantren Daarul Uluum PUI Majalengka
  - b. Pondok Pesantren Assa'adah Babakan Ciwaringin Cirebon
3. Pengalaman Organisasi
  - a. Divisi Keilmuan HMJ Psikologi UIN Walisongo Semarang Tahun 2021
  - b. Biro Kajian dan Gerakan PMII Rayon Psikes Tahun 2022
  - c. Kementerian Sosial dan Politik Dema UIN Walisongo Semarang Tahun 2022
  - d. Bendahara Ikatan Mutakhorijin Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Cirebon  
Cabang Semarang (IMMAN) Tahun 2023