

pemakaian mekanisme pertahanan untuk melawan kecemasan yang disebabkan oleh konflik bawah sadar.

Dalam Ibrahim, gangguan neurisis merupakan gangguan mental yang tidak memiliki dasar organik. Pasien mempunyai daya tilikan (*insight*) serta memiliki kemampuan daya realitanya tak terganggu, dalam arti kata bahwa individu tidak mencampurbaurkan penghayatan penderitaan dan fantasi subjektifnya dengan realitas luar (Ibrahim, 2012).

Meskipun bentuk dari neurosis itu beragam dan setiap penderita neurosis sangat unik dalam memperlihatkan simtom-simtom tertentu, tetapi beberapa ciri umum dapat ditemukan dalam semua bentuk neurosis. Ciri-ciri umum itu adalah kecemasan, tidak dapat berfungsi sesuai kapasitas, pola tingkah laku yang kaku, egosentrik, hipersensitif, tidak matang, keluhan somatik, tidak bahagia, dan banyak tingkah laku yang bermotivasi tidak sadar (Semium, 2006).

Berdasarkan penjelasan diatas kecenderungan neurotik adalah gangguan mental ringan yang tidak memiliki dasar organik, dimana seseorang tidak mampu menjalani gejala yang dirasakan mengganggu, tingkah lakunya maladaptif dan bersifat defisit terjadi akibat pemakaian mekanisme pertahanan untuk melawan kecemasan yang disebabkan oleh konflik bawah sadar. Kecenderungan neurotik ditandai oleh kecemasan, hipersensitif, egosentrik dan tidak bahagia.

Fenomena remaja dapat mengalami gangguan neurotik banyak dialami oleh remaja yang memiliki gambaran diri negatif, cenderung

meerasa kurang mampu, dan merasa rendah diri. Dalam hal ini kecenderungan neurotik terjadi karena takut pada apa yang dibayangkannya sendiri. Contoh dari kecenderngan neurotik adalah para remaja yang menghadapi kecemasan dalam menunggu pengumuman hasil ujian nasional. Para remaja tersebut mengira-ngira apakah mereka akan lulus ujian atau tidak. Kecemasan seperti itu banyak para remaja yang mengalami stres karena yang dibenak mereka bila gagal lulus maka akan terasa sisa-sisa perjuangan mereka dalam 3 tahun belajar dan akhirnya dinyatakan gagal hanya dalam beberapa hari saja, dalam hal ini para remaja terus membayangkan hal-hal yang akan menimpa dirinya bila gagal ujian dan pada akhirnya akan menimbulkan kecemasan yang berlebihan (wawan, 2010 diakses pada 18 Mei 2015 pukul 20.15).

Selain itu, didalam pesantren remaja hidup dalam suatu komunitas khas, dengan kyai, ustadz, remaja dan pengurus pesantren, berlandaskan nilai-nilai agama Islam lengkap dengan norma-norma dan kebiasannya tersendiri, yang tidak jarang berbeda dengan masyarakat umum yang mengitarinya. Setiap hari remaja dibebani oleh kegiatan-kegiatan yang tidak ringan, mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali diatur sedemikian rupa sehingga tidak ada waktu yang terbuang percuma. (Bashori dalam Hidayat, 2012). Remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sistem asrama tersebut dapat menimbulkan gejala-gejala neurotik, yang sering muncul pada remaja pondok diantaranya yaitu: sangat perasa, sering marah-marah jika diingatkan, gelisah, sering muram, sulit berkonsentrasi,

serta merasa kurang mampu. Tak jarang pula remaja keluar dari pondok pesantren sebelum lulus atau bahkan tahun pertama di pondok pesantren.

Jersild (1978) menyebut masa remaja sebagai masa *storm and stress*, oleh karena itu masa remaja merupakan masa yang peka dan kecenderungan neurotiknya tinggi. Perilaku yang menunjukkan adanya gejala neurotik pada remaja biasanya berupa hal-hal yang negatif, dari kenakalan kecil biasa sampai yang sudah cukup mencemaskan seperti misalnya perkelahian antar pelajar, penggunaan obat-obat terlarang, pergaulan bebas, dan berbagai bentuk kenakalan lain bahkan sampai kriminal. Hal ini di sebabkan karena masa remaja juga merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru, padahal emosi remaja dalam keadaan tidak stabil atau masih bergejolak.

Pada remaja, akan terjadi perubahan drastis dari *will*, yaitu dari keadaan tergantung pada orang lain (*dependence*) pada masa kanak-kanak menuju keadaan mandiri (*independence*) pada masa dewasa. Pada tahap ini terjadi perjuangan moral antara dorongan neurotik melawan dorongan kreatif. Akibat dari konflik moral itu timbullah perasaan bersalah, menyesali dan menyalahkan diri sendiri. Kalau proses ini berkepanjangan remaja yang bersangkutan akan terlibat dalam gejala neurotik, tetapi kalau ia bisa mengatasi tahap ini dengan baik maka yang bersangkutan akan masuk ketahap berikutnya di mana ia menjadi manusia yang produktif dan kreatif (Sarwono, 2003).

Simtom-simtom neurosis merupakan akibat dari Penyesuaian diri yang tidak berhasil. Neurosis adalah bentuk ekstrim dari mekanisme penyesuaian diri. Neurosis itu *maladjustif* sifatnya karena tidak menjangkau sebab yang tidak mendasari perasaan yang menghimpit. Orang yang menyesuaikan diri dengan jalan kompensasi, menarik diri atau menekan diri sendiri (Mahmud, 1990).

Penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai interaksi yang kontinu dengan diri sendiri, orang lain, dan dunia, yang berarti usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia hidup. Dalam psikologi ini dikenal dengan kata *adjustment* (penyesuaian diri), selama hidupnya manusiaselalu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya (Kusdiati & Halimah, 2011).

Schneiders menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu respon yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya (Agustiani, 2006). Kusuma dan Gisniarti menjelaskan apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya berarti individu tersebut mampu menyelaraskan

kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan sehingga tidak merasa stress dalam dirinya (Kusuma dan Gisniarti, 2008).

Lazarus (1991) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses psikologis dimana seseorang melakukan tingkah laku untuk mengatasi masalah-masalah atau tuntutan. Lazarus juga mengemukakan suatu pengertian tentang penyesuaian diri, menurutnya penyesuaian diri adalah usaha untuk memenuhi tuntutan dan tantangan yang diberikan oleh dunia dimana mereka hidup (Trimingga, 2008).

Penyesuaian diri berlangsung secara terus-menerus antara memuaskan kebutuhan diri sendiri dengan tuntutan lingkungan, termasuk tuntutan orang lain secara kelompok maupun masyarakat. Menyesuaikan diri berarti mengubah dengan cara yang tepat untuk memenuhi syarat tertentu. Penyesuaian diri juga merupakan salah satu persyaratan bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu (Mu'tadin dalam Supriantini, 2006).

Seseorang yang mempunyai penyesuaian diri baik akan menunjukkan hal-hal positif seperti yang dikatakan Sunarto dan hatono yaitu: tidak adanya frustrasi, bersikap realistis, menghargai pengalaman serta tidak menunjukkan ketegangan emosional.

Sedangkan seseorang yang mengalami kegagalan dalam menyesuaikan diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah, yang ditandai dengan tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif, dan

E. Keaslian Penelitian

Bedasarkan teori dan uraian diatas peneliti tertarik mengajukan judul “Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kecenderungan Neurotik Pada Remaja”. Penelitian tentang kecendrungan neurotik pernah diteliti sebelumnya dari Sholichah (2015), meneliti tentang: Regulasi Emosi, Kecendrungan Neurotik dan Dukungna Sosial Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil. Perbedaannya dengan peneliti terletak pada variabel dan subjeknya. Pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa regulasi emosi memberikan nilai koefisien sebesar 54,7% dengan tingkat signifikansi 0,000. Kecendrungan neurotik memberi nilai koefisien 56,6% dengan tingkat signifikansi 0,000. dan Dukungan sosial memberikan nilai sebesar 60,5% dengan tingkat signifikansi 0,003. Interaksi antara variabel regulasi emosi, kecendrungan neurotik dan dukungan sosial memiliki nilai koefisien 78% dengan signifikansi 0,020. Dengan demikian dukungan sosial sebagai moderator signifikan dalam mempengaruhi hubungan antara regulasi emosi dan kecendrungan neurotik terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. Maka, hipotesis regulasi emosi dan kecendrungan neurotik yang diboderasi dukungan sosial berpengaruh secara signifikan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

Pada penelitian berikutnya kecendrungan neurotik telah diteliti oleh Prianggasari (2014) dengan judul “Kecendrungan Neurotik, Relasi Dalam Keluarga, Penyesuaian Sosial Dan Resiliensi Pada Penderita HIV Positif”. Perbedaan dengan peneliti terletak pada variabel dan subjeknya. Hasil

penelitiannya adalah terdapat hubungan positif antara relasi dalam keluarga dan penyesuaian sosial terhadap resiliensi yang dimoderasi kecenderungan neurotik pada penderita HIV positif. Pada relasi dalam keluarga dalam penyesuaian sosial terhadap kecenderungan neurotik diperoleh hasil hipotesis $F=23,566$, bahwa secara simultan variabel-variabel bebas memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel kecenderungan neurotik yang ditunjukkan dari sig. 0,000.

Penelitian tentang penyesuaian diri pernah diteliti sebelumnya oleh Sulistiani, dkk (2010) meneliti tentang “Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Kecendrungan Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang tua Surabaya”. Perbedaan dengan peneliti terletak pada variabel tergantung dan subjeknya. Hasil penelitian adalah variabel Y dan X mempunyai hubungan negatif yang signifikan. Apabila mahasiswa FK memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik yang baik maka kecendrungan stressnya rendah. Sebaliknya apabila penyesuaian diri buruk maka kecendrungan stressnya tinggi.