BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Diri

1. Definisi Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Membahas tentang penyesuaian diri, menurut Schneider (1955) dapat ditinjau dari tiga sundut pandang, yaitu:

a. Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*), dimana adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis dengan kata lain penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempertahankan diri secara fisik (*self-maintanance* atau *survival*).

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), yaitu individu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

c. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan frustasi tidak terjadi.

Schneiders (1955) mengatakan penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk menanggulangi kebutuhan-kebutuhan di dalam dirinya, konflik dan frustasi. Tujuannya adalah untuk mendapatkan keharmonisan antara tuntutan dari dalam individu dan tuntutan dari lingkungan dimana ia tinggal.

Chaplin (2002) berpendapat penyesuaian diri adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. Misalnya kebutuhan untuk diterima orang lain maka individu berusaha menjalin relasi sesuai dengan norma masyarakat, mengurangi perilaku seperti mudah marah, agresif. Bila individu dapat menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan yaitu orang lain maka akan tercipta penyesuaian diri yang baik.

Dalam kehidupan sehari-hari, individu terus-menerus menyesuaikan diri dengan cara-cara tertentu sehingga penyesuaian tersebut merupakan suatu pola tingkah laku. Individu biasanya dapat memenuhi dan memuaskan kebutuhannya dengan cara-cara yang dapat diterima oleh masyarakat. Sejak kecil individu harus membentuk pola aktivitas dan sikap yang sesuai dengan perkembangan baru, yang disebut

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penyesuaian. Pola-pola yang dibentuk kemudian disebut mekanisme penyesuaian.

Menurut Lazarus (1976) penyesuaian diri adalah proses kemampuan mental dalam memecahkan persoalan, mengatasi tuntutan, hambatan dan dorongan untuk mencapai keseimbangan yang baik serta menyelaraskan kebutuhan-kebutuhan dalam diri tanpa menimbulkan masalah, sehingga membawa individu ke tingkat kepuasan dan kedewasaan.

Jadi untuk melakukan penyesuaian diri sebagai ayah tiri dibutuhkan adanya kecakapan untuk memberikan reaksi yang efesien kepada diri sendiri maupun kepada lingkungan dari keluarga tiri serta bagaimana cara pemuasan dalam memenuhi kebutuhan tersebut agar interaksi antara kebutuhan dan tuntutan saling berinteraksi.

2. **Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri**

Menurut Lazarus (1976) faktor-faktor penyesuaian diri, yaitu:

a. Faktor stres
b. Faktor External

Faktor external dalam penyesuaian diri terbagi menjadi dua tuntutan:

a. Tuntutan fisik
b. Tuntutan sosial

Faktor Insternal dalam penyesuaian diri terbagi menjadi dua kebutuhan:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Kebutuhan jaringan dan pendorong

b. Motif sosial

Dalam melakukan penyesuaian diri, ada beberapa faktor yang berpengaruh. Powell (dalam Daca Aruna, 2008) menyebut bahwa faktor-faktor tersebut sebagai resources, yaitu segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menghadapi efek frustasi, berita buruk atau kehilangan. Resources ini dapat memberikan pengalaman positif pada waktu individu merasa terancam oleh kehidupan yang sedang di jalaninya.

3. Kriteria Penyesuaian diri

Schneiders (1955) mengatakan bahwa kriteria umum dari penyesuaian diri merupakan standar atau norma yang dapat digunakan untuk menentukan kualitas dan derajat penyesuaian diri individu. Kriteria penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

Pertama, pengetahuan akan diri dan kesadaran diri *(Self Knowledge And Self Insight)* yaitu agar seorang individu dapat menghadapi masalah atau situasi secara efektif maka harus mengetahui terlebih dahulu akan kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki. *"Self Knowledge"* membutuhkan adanya inventarisasi yang baik akan kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri individu. Dengan mengetahui kelemahan sendiri maka akan lebih mampu melakukan penyesuaian diri dalam kehidupan sehari-hari. Adanya "*Self*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

*Insight"*berarti ada kesadaran akan adanya motivasi dan bagaimana dampak motivas tersebut terhadap sikap dan kebiasaan seseorang.

Kedua, objektivitas diri dan penerimaan diri *(Self Objectivity And Self Acceptence)* yaitu adanya *"self knowledge"* yang adekuat mengarah pada sikap yang objektif terhadap ciri-ciri kepribadian seseorang, sedangkan sikap yang subjektif seringkali dimiliki oleh orang yang penyesuaiannya buruk. *"Self Objectivity"*dengan sendirinya mengarah pada *"Self Acceptence"* yang merupakan suatu kualitas penyesuaian diri yang harus diteliti dan merupakan lawan dari penolakan diri yang didasari oleh pengetahuan yang objektif terhadap diri sendiri.

Ketiga, pengendalian diri dan pengembangan diri *(Self Control And Self Development)* yaitu *"self control"* adalah kemampuan untuk mengarahkan dan meregulasi implus-implus, pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku individu sesuai dengan tuntutan dan hukum yang berlaku dimasyarakat. *"Self Control"* merupakan dasar dari *"Self Development",* hal ini berhubungan dengan adanya perkembangan kepribadian yang berlangsung secara bertahap sehingga mencapai kematangan.

Keempat, kemampuan untuk beradaptasi *(Adaptability)* yaitu kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan yang bersifat dinamis. Adanya kelenturan dari respon dan kebiasaan individu sangat diperlukan untuk menghadapi kondisi yang selalu berubah-ubah. Respon yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cenderung kaku akan melibatkan terjadinya penyesuaian diri yang salah dan efesien.

Dengan adanya kriteria dari penyesuain diri dapat digunakan oleh individu yang menjadi ayah tiri untuk dapat menyesuaiakan dirinya. Penyesuaian diri ayah tiri haruslah memiliki pengetahuan akan diri dan kesadaran agar dapat menghadapi masalah dan situasi secara efektif, berpandangan objektif dan memiliki penerimaan diri agar menghindari perasaan tidak berarti yang berlebihan, adanya pengendalian diri serta pengembangan diri yang maksudnya agar ayah tiri dapat mengarahkan emosi, sikap dan tingkah laku sesuai dengan tuntutan hukum yang berlaku. Dengan adanya kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, ayah tiri dapat lebih mudah dalam beradaptasi dengan lingkungan.

4. Proses Penyesuaian Diri

Menurut Lazarus (1976) ketika seseorang berpikir tentang cara apa yang akan digunakannya, kondisi-kondisi apa yang dapat mempengaruhi kegitan penyesuaian diri dan konsekuensi apa yang akan timbul dari cara penyesuaian diri yang dipilihnya, maka penyesuaian diri disini adalah proses. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang kelanjutan selama hidup manusia (Harber & Runyon 1984), kehidupan manusia selalu merubah tujuannya seiring dengan perubahan yang terjadi pada lingkungan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kesimpulan dari proses penyesuaian diri menurut dua tokoh diatas adalah proses yang dilakukan manusia yang dipengaruhi oleh dorongan internal dan eksternal yang dapat berubah-ubah sesuai dengan tujuan hidup yang terjadi pada lingkungannya.

5. Penyesuaian diri yang baik

Menurut Scheneiders (1955) penyesuaian yang baik adalah yang dapat memberikan respon yang matang, bermanfaat, efesien dan memuaskan. Efesien disini berarti dalam mencapai keinginannya tidak membuang energy, waktu dan sedikit kesalahan. Sedangkan bermanfaat maksutnya bahwa respon individu ditujukan kepada kemanusiaan, lingkungan sosial dan berhubungan dengan Tuhan. Jadi tingkat penyesuaian diri individu dapat dikategorikan ke dalam penyesuain diri yang baik dan buruk.

Penyesuaian diri yang baik menurut Schneiders (1955) memiliki karakteristik sebagai berikut:

Pertama, tidak terdapat emosional yang berlebihan *(Absence Of Excessive Emotionality)* yaitu penyesuain diri yang normal ditandai oleh adanya emosi yang berlebihan atau tidak terdapat gangguan dalam emosinya. Ayah tiri yang dapat mengontrol emosinya dengan baik dapat mengatasi kesulitan dengan berhasil.

Kedua, tidak terdapat mekanisme psikologis (*Absence Of Psychological Mechanisme)* yaitu tidak terdapat mekanisme psikologis

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang artinya bahwa individu dapat memberikan reaksi yang wajar atau normal terhadap masalah atau konflik yang dihadapinya dengan tidak menunjukkan adanya mekanisme defensif.

Ketiga, tidak terdapat perasaan emosional personal yang frustasi *(Absence Of Sence Of Personal Frustation)* yaitu dengan adanya perasaan frustasi membuat individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah yang dihadapinya. Jika sorang ayah tiri mengalami frustasi maka akan sulit baginya untuk mengolah pemikiran, perasaan, motif atau tingkah lakunya secara efesien dalam menghadapi situasi frustasi yang dirasakannya.

Keempat, pertimbangan rasional dan pengarahan diri *(Rasional Deliberation And Self Direction)* yaitu pertimbangan rasional tidak dapat berjalan baik apabila disertai dengan emosi yang berlebihan sehingga individu tidak dapat mengarahkan dirinya. Kemampuan dasar yang paling peniting bagi individu adalah berfikir tentang masalahnya, konflik, frustasi dan pertimbangan pikiran dan tingkah lakunya untuk mengatasi kesulitan yang dihadapinya.

Kelima, kemampuan untuk belajar *(Ability To Learn)* yaitu adanya sejumlah perkembangan yang berhubungan dengan cara individu menyelesaikan situasi yang menimbulkan konflik. Frustasi maupun stres melalui belajar secara kontinyu maka individu dapat mengembangkan kualitas dirinya terutama dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penyesuain diri ayah tiri agar dapat mencapai penyesuaian diri yang baik haruslah dapat mengontrol emosinya agar dapat mengatasi situasi dengan berhasil dengan belajar secara kontinyu untuk mengembangkan kualitas dirinya terutama dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari serta dapat memberikan reaksi yang wajar tanpa adanya perasaan frustasi.

6. Penyesuaian Perkawinan

Dalam sebuah rumah tangga diperlukan suatu penyesuaian diri terhadap peran-peran yang dijalankan. Ada banyak factor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan, misalnya sikap antar pasangan, adanya saling pengertian akan menciptakan komunikasi yang baik dalam perkawinan. Menurut Schneiders (1955) factor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan:

a. Penyesuaian pranikah, yaitu tingkat penyesuaian suami istri sebelum mereka menikah
b. Sikap terhadap perkawinan, yaitu apabila dalam perkawinan antar suami istri saling mneghargai, maka gagasan untuk berpisah atau bercerai tidak akan terjadi. Sebab pasangan tersebut akan melakukan upaya yang lebih serius untuk menghadapi kesulitan dalam penyesuaian dan hal ini akan menguatkan perkawinan.
c. Motivasi dasar dalam perkawinan yang dimiliki pasangan untuk mencapai kebahagiaan dalam perkawinan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Seleksi pasangan dalam menemukan pendampingnya.

e. Factor-faktor lain, seperti pendapatan keluarga, pekerjaan, jumlah anak, jumlah saudara, perbedaan umur dan pendidikan yang ditempuh.

Dalam sebuah perkawinan, baik itu perkawinan yang pertama sampai perkawinan kedua dan seterusnya tentu saja terdapat penyesuaian diri terhadap pasangannya. Sedangkan di dalam pernikahan yang ke dua dan seterusnya penyesuaian tersebut menjadi lebih besar lagi. Seorang ayah tiri harus menyesuaiakan dirinya dengan anak-anak tirinya, dengan keluarga istrinya dan dengan keluarga mantan suami istrinya.

Schneiders (1955) juga mengatakan ada syarat-syarat dasar yang dapat membuat penyesuaian perkawinan berhasil dan bahagia, yaitu:

a. Kecocokan

Suatu pasangan yang baik secara psikologis, pada umumnya telah menemukan kecocokan dengan pasangan perkawinanya. Ini berarti bahwa hubungan yang tidak memiliki kesamaan dalam dasar kepribadian, ketertarikan terhadap komunitas, kemampuan untuk berbagi aktivitas dan tujuan serta ketidak pedulian untuk mengerti dan bersimpati terhadap hasrat, aspirasi serta kelemahan orang lain memiliki sedikit kecocokan dibandingkan dengan yang mempunyai banyak kesamaan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Kedekatan untuk menemukan kecocokan merupakan factor dari karakteristik kepribadian.

Dalam analisa akhir, semua penyesuaian diri merupakan tonggak atas bermacam-macam kepribadian yang melibatkan situasi penyesuaian. Dari sudut pandang positif, penyesuaian perkawinan membutuhkan posisi atau perkembangan karakteristik seseorang yang dapat menguatkan hati dan pikiran, itulah dasar dari kebahagiaan perkawinan.

c. Meneruskan pertumbuhan pribadi dan kemajuan terhadap suatu tujuan dari keberhasilan perkawinan.

Secara umum, penyesuain perkawinan bukanlah sesuatu yang dapat dicapai dalam sebulan, setahun atau lima tahun karena kondisi perkawinan akan terus menerus berubah, oleh karena itu harus ada penyesuaian yang terus menerus dilakukan dimana tidak hanya melakukan penysuaian akan tetapi juga membutuhkan kepribadian.

d. Saling cinta, menghormati, percaya dan mengenal persamaan antara suami dan istri merupakan kunci keberhasilan perkawinan.

Proses penyesuaian diri pada perkawinan adalah suatu proses yang sangat panjang dan lama dan tidak hanya dijalani satu tahun, sepuluh tahun atau beberapa tahun kemudian. Proses penyesuaian diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah suatu proses dimana seseorang berusaha menjalani proses kehidupannya dan unsure-unsur apa saja yang terjadi di dalam proses kehidupan tersebut.

Sebagai seorang ayah tiri yang merupakan suami dari istrinya memiliki proses penyesuaiannya lebih kompleks. Ayah tiri harus dapat menyesuaiakn diri dengan berbagai macam faktro yaitu, dengan anak-anak tirinya, dengan keluarga istrinya dan dengan keluarga mantan suami istrinya. Oleh karena kekomplekan penyesuaian diri, maka seorang ayah tiri harus dapat menjalani proses penyesuaian dirinya terhadap factor-factor tersebut agar kehidupan perkawinanya dapat berjalan dan bahagia.

7. Area perselisihan dalam penyesuaian perkawinan

Dalam proses penyesuaian perkawinan terdapat area-area tertentu yang menjadi sumber perselisiahan dalam suatu perkawinan. Creer (1997) menyebutkan bahwa ada beberapa factor yang dapat menyebabkan perselisihan dalam suatu perkawinan apabila tidak dilakukan penyesuaian, yaitu:

1. Keuangan

   Beberapa individu merasa kekurangan uang untuk dapat membelikan sesuatu yang disukai pasanganya. Hal ini merupakan sebagian dari masalah keuangan dan karenanya beberapa individu berhutang dengan oranglain untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menutupinya. Tekanan unutk berhutang tersebut pada akhirnya menimbulkan konflik dalam perkawinan.

2. Seksualitas

Pasangan tidak hanya kekurangan informasi tentang seks tetapi juga memiliki harapan yang berbeda tentang seks dalam perkawinan. Dalam beberapa contoh, permasalahan ini dapat diperbaiki dengan melakukan konseling atau melakukan petunjuk seks, disisi lain masalah tersebut tidak dapat diperbaiki.

3. Keluarga pasangan

Keluarga pasangan dapat menimbulkan konflik perkawinan, meskipun orangtua bermaksut baik untuk menjauhkan diri dari kehidupan perkawinan anaknya, tetapi beberapa orangtua berkeinginan untuk mencoba membantu permasalahan anaknya. Hasilnya seringkali menimbulkan perselisihan dalam perkawinan.

4. Hiburan

Pasangan suami istri terkadang memiliki harapan-harapan yang berbeda tentang waktu yang akan dihabiskan pada waktu luang. Di satu sisi suami mengharapkan suatu hiburan yang disukainya, tetapi istri tidak menyukai hal tersebut. Hal ini dapat menjadi sumber perselisihan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Teman-teman

Pasangan suami istri juga terkadang merasa bahwa berteman merupakan pemicu perselisihan dalam perkawinan. Misalnya saja suami yang dulunya suka pergi keluar malam dengan teman-temannya dan setelah menikah teman-teman si suami masih sering mengajak untuk keluar pada malam hari. Kegiatan ini mungkin saja membuat istri menjadi marah karena ia harus ditinggal di rumah seorang diri pada malam hari.

6. Penggunaan obat-obatan terlarang dan alkohol

Pemakaian obat-obatan terlarang dan alcohol merupakan sumber utama yang menyebabkan konflik pada pasangan suami istri.

7. Agama

Pasangan suami istri terkadang mendapat sedikit sentuhan agama. Permasalahan ini seringkali tersembunyi dibalik permukaan dan pada akhirnya muncul menjadi sumber konflik dalam suatu perkawinan.

8. Anak

Sebelum melakukan kehidupan perkawinan, beberapa pasangan tidak membicarakan tentang anak secara serius dan pasanagan tidak tahu apakah pasangan hidupnya menginginkan anak dan bagaimana cara mengasuhnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Permasalahan ini akan menimbulkan konflik, begitu juga yang terjadi pada pasangan dalam hal kesiapan mendidik anak.

9. Sikap

Berfikir tidak pada umumnya, mengatakan sesuatu yang menyakitkan pada pasanganya dan merahasiakan sesuatu dari pasangannya, tidak mau menerima kritikan dan sikap-sikap negatif lain dapat menyebabkan konflik perkawinan.

10. Komunikasi

Para ahli perkawinan menganjurkan pasangan suami istri agar tidak menghindari pasangan ketika pasangan akan membicarakan hal-ha penting, tidak membuat diskusi percekcokan, tidak mengatakan hal-hal negative, mau menghormati opini dan perasaan masing-masing.

Hal tersebut diatas dapat menjadikan individu mengalami keberhasilan atau justru mengalami kegagalan dalam perkawinan, oleh karena itu diperlukan penyesuaian yang baik dalam perkawinan.

Dalam proses penyesuaian diri dalam perkawinan pastilah terdapat konflik-konflik. Seorang ayah tiri sebagai suami kedua dari istrinya di dalam proses perkawinannya juga pastilah mengalami konflik-konflik. Konflik-konflik tersebut dapat berasal dari istri, anak-anak tiri, dengan keluarga istrinya, dan keluarga mantan suami istrinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8. Perilaku mengatasi masalah dalam penyesuaian diri

Selama dalam proses penyesuaian diri yang panjang pastilah terjadi konflik-konflik pada setiap pasangan perkawinan. Setelah munculnya konflik akan terjadi apakah pasangan perkawinan ini menyelesaikan konflik-konflik yang dialaminya dengan baik atau tidak. Bila konflik-konflik itu diselesaikan dengan baik maka akan terjadi integritas pada pasangan, namun bila kadangkala perceraian adalah keputusan terakhir dari penyelesaian konflik antara suami dan istri.

Menurut Lazarus (1976) mengatakan bahwa penyesuaian diri hampir sama dengan perilaku mengatasi masalah hanya saja penyesuain diri memiliki pengertian yang labih luas yaitu mengenai semua reaksi terhadap tuntutan, baik yang berasal dari lingkungan eksternal maupun dari dalam individu sendiri (internal). Sedangkan perilaku mengatasi masalah lebih spesifik terfokus pada bagaimana cara seseorang mengatasi masalah, tekanan atau tuntutan emosional.

Perilaku mengatasi masalah *(Coping Behavior)* menurut Lazarus (1976) terbagi menjadi dua bentuk, yaitu:

1. *Problem Focus Coping Direct Action*

   Merupakan usaha-usaha nyata berupa individu untuk dapat mengatasi masalah, tekanan atau tantangan dengan mengubah kesulitan hubungan individu dengan lingkungan. Lazarus mengungkapkan empat bentuk, yaitu:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Persiapan untuk melawan kerusakan atau kesalahan *(Preparing Againts Harm).*

Merupakan suatu tindakan nyata dilakukan individu yang dirasa paling mmenguntungkan unutuk mengatasi permasalahannya. Secara umum tindakan ini berhasil dilakukan oleh individu sehingga dapat mengurangi kesulitan, tekanan atau kecemasan. Walaupun demikian, ada juga individu yang gagal melakukan cara ini dan dapat membuat individu tersebut mengalami stres emosi seperti depresi, malu, marah dan lain-lain.

b. Agresi *(Attact)*

Merupakan cara individu untuk mengatasi kesulitan dengan cara melindungi diri dari kerugian, kehancuran, perasaan terluka, kehilangan, keterbatasan kemampuan yang dimiliki atau terhadap objek yang dianggap sumber ancaman yang berbahaya bagi diri individu. Pada umumnya, agresi dilakukan untuk mengatasi bahaya atau ancaman dari luar. Salah satu bentuk tindakan agresi adalah dengan menyerang. Upaya ini dilakukan untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengatasi frustasi yang dialaminya. Menyerang mungkin ditujukan secara terang-terangan dengan disertai kemarahan, hal ini disebut agresi dengan marah *(aggression with anger).* Namun terkadang hanya terdapat tanda-tanda kemarahan, dorongan untuk menyerang baik secara verbal maupun fisik tidak dihadirkan, melainkan dihambat atau tidak diekspresikan. Hal demikian disebut dengan kemarahan tanpa agresi *(Anger Without Aggression)*

c. Menghindar *(Avoidance)*

Merupakan suatu cara individu berusaha untuk memikirkan atau melakukan sesuatu untuk lepas dari pemikiran atau ingatan terhadap kesulitan yang dihadapi sehingga individu seolah-olah dapat lupa akan masalah yang dihadapinya. Melarikan diri dari situasi yang mendatangkan masalah pada orang lain dengan alasan ingin bebas dari masalah tersebut. Relasi ini mungkin juga disertai dengan rasa takut, namun hanya untuk sementara dan tidak dapat menyelesaikan masalah.

d. *Apathy inaction*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Individu menghadapi masalahnya dengan pasrah atau menyerah tanpa melakukan usaha mengatasi tekanan masalah atau ancaman yang dihadapinya. Individu tidak melakukan upaya apapun dan bersikap positif terhadap keadaan yang ada.

2. *Emotion focused coping*

Merupakan suatu upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan, misalnya dengan:

a. *Identification*, yaitu menambah harga diri dengan menyamakan dirinya dengan orang atau institusi yang mempunyai nama.
b. *Repression* yaitu mencegah pikiran yang menyakitkan atau berbahaya masuk ke alam sadar.
c. *Denial* yaitu melindungi diri dengan cara menolak atau menghindari diri dari kenyataan yang tidak menyenangkan.
d. *Projection* yaitu sesuatu yang menyenangkan selalu dianggap sebagai milik individu dan sesuatu yang tidak menyenangkan selalu dianggap sebagai milik orang lain.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. *Reaction formation* merupakan lawan dari depresi, yaitu mengaburkan pemuasan dorongan yang tidak dapat diterima secara sosial dengan menggantikan perilaku yang dapat diterima.

f. *Displacement* yaitu suatu pemindahan kecemasan yang timbul dari satu situasi atau orang tertentu kepada situasi orang lain.

g. *Rasionaliation* yaitu proses menjelaskan suatu pembenaran dari perilaku yang tidak benar dengan cara memberikan alasan yang masuk akal atau bisa diterima secara sosial.

Jadi ada dua usaha dalam pemecahan masalah, pertama yaitu melakukan usaha-usaha nyata dalam mengatasi masalah dan kedua yaitu suatu upaya dalam memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan-tekanan yang datang baik internal maupun ekternal.

Strategi pemecahan masalah pada masing-masing individu berbeda tergantung bagaimana individu memilih bentuk strategi coping dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap situasi yang dihadapi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Ayah

1. Definisi Ayah

Ayah menurut Kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) adalah orangtua kandung laki-laki. Sedangkan ayah tiri menurut kamus besar bahasa Indonesia laki-laki bukan ayah kandung yang menikah dengan ibu kandung anak. Peran ayah dapat dijelaskan sebagai suatu peran yang dimainkan seorang ayah dalam kaitannya dengan tugas untuk mengarahkan anak menjadi mandiri di masa dewasanya, baik secara fisik dan biologis. Peran ayah sama pentingnya dengan peran ibu dan memiliki pengaruh pada perkembangan anak walau pada umumnya menghabiskan waktu relatif lebih sedikit dengan anak dibandingan dengan ibu. Hal ini karena, cinta ayah didasarkan pada syarat tertentu, berbeda dengan ibu yang tanpa syarat. Dengan demikian cinta ayah memberi motivasi anak untuk lebih menghargai nilai-nilai dan tanggung jawab.

Kartono (1992) beberapa pengertian ayah; pertama, secara hukum adalah mereka yang secara legal mendapat tanggung jawab melalui ikatan pernikahan yang sah dengan ibu si anak baik anak kandung maupun anak tiri. Kedua, ayah biologis adalah ayah kandung si anak. Ketiga; figur ayah adalah orang yang bukan kategori pertama dan kedua tetapi berperan sebagai ayah untuk anak.

Menurut Spock (1994) untuk menjadi seorang ayah tidak diperlukan pengalaman khusus karena untuk memimpin keluarga yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diperlukan adalah insting bukan teori. Insting ini bersifat naluriah, bawaan, alam dan terdapat pada setiap laki-laki yang bersumber dari mendengarkan dengan hati dan memainkan perasaan-perasaan pribadi serta hasil memperhatikan tanda-tanda yang diberikan anak.

2. Peran ayah

Menurut Gunarsa (1991) peran ayah dalam keluarga dapat dilihat dari berbagai segi, yaitu:

1. memenuhi kebutuhan fisiologi dan fisik.
2. Sebagai contoh dan keteladanan
3. Mampu mengatur dan mengendalikan keluarga
4. Sebagai kepala keluarga
5. Memberikan pelajaran dan rangsangan
6. Ayah berperan sebagai suami

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa laki-laki yang berperan sebagai ayah secara natural berusaha sebaik mungkin untuk mendidik anak-anaknya, menjadi teladan dan memenuhi semua kebutuhan keluarganya dan berusaha menjdai suami yang dapat memenuhi kebutuhan istri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Pengertian Ayah tiri

Kata Tiri menurut Wikipedia berbahasa Indonesia berarti bukan darah daging sendiri. Ayah Tiri adalah non biologis sebagai suami dari ibu kandung. Dalam hubungan perkawinan, hal ini terjadi ketika satu individu mengawini lebih dari satu individu dan memiliki anak. Anak-anak dari individu yang dinikahi tersebut menjadi anak tiri.

Chudori (1993) berpendapat bahwa cinta ayah tidak bersifat instingtif tetapi bersifat emosional, atau keadaan yang bersifat afektif. Karena itu, cinta ayah tidak selalu berkaitan dengan darah daging. Bisa saja seorang laki-laki menampakkan perasaannya kepada anak angkat atau anak tiri

Kartono (1992) mengatakan bahwa oleh suatu sebab, anak-anak menjadi yatim kemudian kedudukan ayah itu ditempati oleh seseorang substitut (pangganti-ayah) dengan semua kewajiban dan hak seperti ayah kandung sendiri, lai-laki substitut pengganti ayah tadi kemudian menjadi suami baru dari sang ibu atau pasangan dengan sang ibu.

Menurut Kartono (1992) ayah tiri yang baik akan mampu menciptakan unitas parental yang baik, dimana bisa terjalin hubungan triaguler ayah-ibu-anak yang harmonis. Dalam kondisi yang mebguntungkan ini, setiap anak harus dianggap sebagai anggota keluarga yang memiliki hak dan kewajiban. Relasi trianguler yang mapan dapat lebih mudah diciptakan apabila bisa berlangsung ketika anak-anak tiri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

masih berusia sangat muda. Ayah tiri yang itu memang sangguh-sungguh mempunyai itikad yang baik untuk mrnjadi substitusi ayah dengan dedikasi yang tulus ikhlas.

Kartono (1992) mengatakan bahwa kegagalan akan terjadi pada laki-laki yang mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: memiliki kepribadian stereotypis yang kaku, laki-laki yang baku oleh norma-norma dan aturan-aturan yang tidak boleh dilanggar, laki-laki yang tidak mepergunakan intuisinya, laki-laki yang hyper-narsistis dan bersifat agresif.

Ringkasnya dapat dikatakan, bahwa seorang ayah tiri dapat menjadi ayah tiri yang baik jika ia mau membuang sifat egoistis, agresif, kejam dan penuh cemburu, iri hati dan mau menggunakan intuisi.

4. Kerangka teoritik

Seorang anak yang mempunyai ayah tiri cenderung akan mengalami kekhuatiran atau ketakutan, terlebih anak sebelumnya tidak menggenal ayah baru tersebut. karena mereka merasa bukan keluarganya dan juga pandangan negatif dari orang lain tentang ayah tiri, masyarakat awam masih menganggap bahwa ayah tiri ini adalah seseorang yang berbahaya dan harus dihindari hal inilah yang juga berimbas pada kesulitan seorang ayah tiri untuk melakukan penyesuaian diri karena adanya penolakkan dari anak.

Peran yang harus dijalani oleh ayah tiri memang cukup berat, karena harus menyesuaikan bukan hanya dengan istrinya melainkan juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan keluarga barunya dan berproses terhadap peran yang dilakoninya sebagai ayah dari anak-anak istrinya. Berat ringannya menjadi ayah tiri memang sangat relatif, ada yang berhasil dan ada pula yang kurang berhasil, tergantung bagaimana seorang ayah menyesuaikan dirinya dengan anak dan keluarga barunya.

Lazarus (1976) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses psikologis dimana seseorang melakukan tingkah laku untuk mengatasi masalah-masalah atau tuntutan. Fieldman (dalam Lazarus, 1991) mengemukakan suatu pengertian tentang penyesuaian diri, menurutnya penyesuaian diri adalah usaha untuk memenuhi tuntutan dan tantangan yang diberikan oleh dunia dimana mereka hidup.

Menurut Wilis (dalam Gunarsa, 1991) mengungkapkan beberapa konsep mengenai penyesuaian diri, diantaranya adalah:

1) Penyesuaian diri sebagai kemampuan individu untuk menyamakan diri dengan harapan kelompok. Orang yang memiliki penyesuaian diri baik mampu memahami harapan kelompok tempat individu yang bersangkutan menjadi anggotanya dan melakukan tindakan yang sesuai harapan tersebut.

2) Penyesuaian diri dipahami sebagai pengatur kembali ritme hidup atau jadwal harian. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah orang yang dengan cepat mampu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengelola dirinya menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi.

3) Penyesuaian diri juga dipahami sebagai belajar hidup dengan sesuatu yang tidak dapat dirubah. Orang memiliki penyesuaian diri yang baik bila bisa menerima keterbatasan yang tidak dapat dirubah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id