

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANG TUA-ANAK DAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA KELAS X SMA AL-ABIDIN BILINGUAL BOARDING SCHOOL SURAKARTA

Tsabita Nurul Izzah Muharam¹, Nailul Fauziah¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

tsabitanrlizzah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta. Penyesuaian diri merupakan proses mental dan perilaku yang dinamis untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan dengan merespons tekanan atau perubahan secara realistis dan harmonis. Kelekatan orang tua-anak merupakan relasi yang kuat antara anak dengan figur pengasuhnya yakni orang tua dalam rentang waktu yang lama serta mencakup afeksi dan menumbuhkan rasa aman dan percaya anak kepada orang tua. Subjek pada penelitian ini berjumlah 105 siswa (Laki-laki = 41%, Perempuan = 59%) yang menjalani tahun pertama di *boarding school* yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengambilan data menggunakan Skala Penyesuaian Diri (34 aitem; $\alpha = 0,944$) dan Skala Kelekatan Orang Tua-Anak (33 aitem: $\alpha = 0,957$). Pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yang menunjukkan bahwa kelekatan orang tua-anak berkorelasi positif dan signifikan dengan penyesuaian diri ($r_{xy} = 0.199$, $p < 0,05$) dan memberikan sumbagan efektif pada skor penyesuaian diri sebesar 4,0% ($R^2 = 0.040$). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan positif antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta. Semakin tinggi kelekatan orang tua-anak, maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada siswa di *boarding*.

Kata kunci: kelekatan orang tua anak; penyesuaian diri; siswa SMA *islamic boarding school*

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENT-CHILD ATTACHMENT AND
SELF ADJUSTMENT IN GRADE 10TH OF SMA AL-ABIDIN BILINGUAL
BOARDING SCHOOL SURAKARTA***

Tsabita Nurul Izzah Muharam¹, Nailul Fauziah¹

*¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275*

tsabitanrlizzah@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between parent-child attachment and self adjustment among tenth-grade students at SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta. Self Adjustment is a dynamic mental and behavioral process aimed at achieving a balance between personal needs and environmental demands by responding to pressures or changes in a realistic and harmonious manner. Parent-child attachment refers to a strong and enduring relationship between a child and their primary caregivers, namely their parents, which involves affection and fosters the child's sense of security and trust toward their parents. The participants in this study were 105 students (41% male and 59% female) in their first year of boarding school, selected using a proportional random sampling technique. Data were collected using the Self Adjustment Scale (34 items; $\alpha = 0.944$) and the Parent-Child Attachment Scale (33 items; $\alpha = 0.957$). Hypothesis testing was conducted using simple linear regression analysis, which showed that parent-child attachment was positively and significantly correlated with self adjustment ($r_{xy} = 0.199$, $p < 0,05$) and accounted for 4.0% of the variance in self adjustment scores ($R^2 = 0.040$). The proposed hypothesis was therefore accepted, indicating a positive relationship between parent-child attachment and self adjustment among tenth-grade students at SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta. The higher the level of parent-child attachment, the higher the level of self adjustment among boarding school students.

Keywords: *parent-child attachment; self adjustment; students of SMA islamic boarding school*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Islamic Boarding School telah menjadi alternatif pilihan pendidikan masa kini yang semakin diminati orang tua. Persepsi yang positif terhadap *Islamic Boarding School* ditunjukkan oleh orang tua yang memandang bahwa sekolah berasrama memiliki fasilitas belajar yang memadai dan lingkungan yang aman. Berbeda dengan sekolah reguler berbasis non-asrama, *Islamic Boarding School* menuntut siswa untuk lebih bersikap mandiri dan disiplin karena siswa tinggal di asrama dan dituntut untuk lepas dari ketergantungan dengan orang tua dalam kesehariannya. Pendidikan di *Islamic Boarding School* juga mampu membantu perkembangan emosional siswa melalui pembiasaan hidup bersama teman sebaya serta bimbingan intensif dari para pendidik (Ulfa dkk., 2023). Dengan demikian, *Islamic Boarding School* bukan hanya menjadi tempat belajar, namun juga ruang pembentukan karakter yang berperan penting bagi perkembangan diri siswa.

Secara historis, sistem *Islamic Boarding School* merupakan pengembangan sistem pendidikan islam yang telah lama ada di Indonesia yakni Pondok Pesantren. Integrasi antara sekolah dan asrama dengan menerapkan nilai-nilai agama islam serta aturan-aturan yang mengikat merupakan konsep dari Pondok Pesantren. *Islamic Boarding School* mengadaptasi konsep tersebut namun dipadukan dengan sistem pendidikan islam yang lebih terbuka pada modernisasi (Rakhtikawati, 2021).

Sistem pendidikan di pondok pesantren lebih terpusat pada pendalaman ilmu agama yang didasarkan dari kitab-kitab klasik, serta ilmu fiqih, tauhid, tafsir, dan haditz. Sedangkan pendidikan di *Islamic Boarding School* menyeimbangkan antara kurikulum nasional dan internasional dengan pendidikan agama islam terpadu. Kehidupan berasrama di pondok pesantren lebih ketat dengan pola yang masih tradisional serta terpusat pada pengkajian kitab, sedangkan kehidupan berasrama di *Islamic Boarding School* tidak seketat di pondok pesantren. Kegiatan siswa tetap diatur secara terstruktur dan dibawah pengawasan *musyrifah* dengan menyeimbangkan kegiatan akademik, agama, dan ekstrakurikuler (Rakhtikawati, 2021).

Meskipun *Islamic Boarding School* memiliki banyak keunggulan, lingkungan belajar dengan basis sekolah berasrama dapat menghadirkan tantangan bagi siswa. Para siswa dihadapkan dengan lingkungan pendidikan yang lebih terstruktur dan terkontrol dengan tingkat kedisiplinan tinggi karena siswa tinggal di lingkungan asrama dengan pengawasan penuh dari pendamping asrama. Kondisi ini seringkali menimbulkan tekanan, terutama pada siswa yang baru memasuki sekolah berasrama. Perubahan lingkungan fisik dan sosial menuntut mereka untuk mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan norma, aturan, dan pola kebiasaan yang berlaku di asrama.

Siswa *Islamic Boarding School* pada tingkat menengah atas sendiri masuk dalam kategori remaja yakni pada rentang usia 15 – 18 tahun. Dalam teori perkembangan psikososial menurut Erickson, remaja sedang berada pada masa pencarian identitas yang meliputi cara individu memahami diri sendiri dan dunia di sekeliling mereka yang

berubah sepanjang masa perkembangan (Feldman, 2012). Remaja dalam upaya mencari identitas diri akan menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan sehingga berhasil mengidentifikasi peran yang tepat dalam hidup. Dengan demikian, kemampuan penyesuaian diri tidak hanya menjadi kebutuhan praktis untuk beradaptasi di lingkungan baru, tetapi juga bagian dari proses perkembangan psikososial remaja.

Topik mengenai penyesuaian diri pada siswa pun telah menjadi ketertarikan bagi para peneliti terdahulu. Terlebih pada siswa di *Islamic Boarding School* yang dihadapkan dengan perubahan lingkungan belajar dan tempat tinggal. Nishfi & Handayani (2021) menemukan bahwa dari 109 siswa pondok modern, sebanyak 3 anak berada pada tingkat penyesuaian diri yang sangat rendah, 34 anak berada pada tingkat rendah, 38 anak berada pada tingkat sedang, 25 anak berada pada kategori tinggi, dan 9 anak berada pada tingkat yang sangat tinggi. Berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa sebagian siswa sudah mampu menyesuaikan dirinya dengan norma, aturan, dan pola kebiasaan yang berlaku di lingkungan sekolah berasrama namun sebagian lainnya mengalami permasalahan dalam menyesuaikan dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat fenomena penyesuaian diri yang rendah pada kalangan siswa *boarding school* yang perlu dipahami lebih lanjut.

Kenyataan di lapangan juga menunjukkan bahwa diduga terdapat masalah penyesuaian diri pada siswa *boarding school* tahun pertama ditinjau dari keterangan koordinator *boarding* yang menyatakan bahwa terdapat pengurangan siswa *boarding* tahun pertama yakni kelas X di SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School pada

pertengahan semester tahun ajaran 2025/2026. Fenomena ini tentu memerlukan perhatian dan penelusuran lebih lanjut mengenai pengalaman penyesuaian diri di lingkungan *boarding* yang dirasakan oleh para siswa yang mungkin menjadi faktor yang mempengaruhi fenomena ini.

Penyesuaian diri merupakan upaya yang dilakukan seseorang baik dari segi mental dan perilaku agar mampu mengatasi kebutuhan pribadi, ketegangan, rasa frustrasi, dan konflik untuk mencapai keharmonisan antara tekanan dari dalam diri tersebut dengan tekanan dari lingkungan sekitar (Schneiders, 1960). Menurutny, seseorang yang mampu menyesuaikan diri akan merasakan kesejahteraan psikologis dan mampu berkembang. Sebaliknya seseorang yang gagal menyesuaikan diri akan mengalami tekanan psikologis dan tidak mampu mengembangkan potensi diri.

Kemampuan penyesuaian diri yang baik terbukti memberikan banyak manfaat bagi siswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyesuaian diri yang baik pada siswa berdampak terhadap kesejahteraan psikologis yang optimal (Dayyana, 2021), serta motivasi berprestasi yang tinggi pada siswa (Ulfia & Rusmawati, 2023). Sedangkan penyesuaian diri yang buruk di sekolah menyebabkan stress akademik pada siswa (Choi dkk., 2023), serta rendahnya prestasi akademik siswa (Fitri, 2017). Temuan ini semakin menegaskan pentingnya penyesuaian diri sebagai kunci keberhasilan siswa dalam menjalani kehidupan di sekolah berasrama.

Schneiders (1960) menyebutkan bahwa terdapat lima faktor yang dapat memengaruhi penyesuaian diri seseorang, yakni faktor fisik dimana kondisi biologis

seseorang dapat memengaruhi stabilitas mental dan kemampuan penyesuaian diri. Perkembangan dan tingkat kematangan seseorang baik secara emosional, sosial, maupun intelektual, kemudian faktor psikologis yang mencakup pengalaman hidup dan proses pembelajaran, lalu faktor nilai budaya dan agama yang diyakini, serta yang tidak kalah penting faktor lingkungan yang meliputi pengaruh kondisi keluarga di rumah, hubungan antara anak dengan orang tuanya, relasi antar saudara, sekolah, serta masyarakat. Keluarga yang harmonis dan orang tua yang penuh penerimaan terhadap anak akan memberikan rasa aman dan stabilitas emosional pada anak, sedangkan keluarga yang penuh konflik dan penolakan dapat memunculkan kecemasan, penarikan diri sosial, bahkan agresivitas yang dapat menghambat anak menyesuaikan diri di lingkungannya.

Anak dapat mencapai penyesuaian diri yang baik apabila ia dapat mengembangkan rasa aman dan rasa memiliki yang dalam yang disediakan secara natural di rumah tempat ia tinggal (Schneiders, 1960). Rasa aman dan rasa memiliki yang dalam dapat anak rasakan apabila ia memiliki ikatan emosional yang kuat dengan figur pengasuhnya dalam hal ini ialah orang tua, hal ini yang dikenal dengan kelekatan orang tua-anak (Bowlby, 1969). Secara teoritis, Bowlby (1969) menjelaskan bahwa pengalaman kelekatan pada anak membentuk *internal working model*, yaitu representasi mental tentang diri sebagai pribadi yang berharga, orang lain sebagai figur yang dapat dipercaya, serta relasi sebagai sesuatu yang aman untuk dijalani. Model kerja internal ini tidak hanya berfungsi pada masa kanak-kanak, tetapi terus dibawa

individu ke berbagai situasi dan relasi baru sepanjang hidupnya, termasuk pada masa remaja. Model ini membantu anak untuk dapat menyesuaikan diri di berbagai situasi sosial.

Sejalan dengan itu, Hurlock (1980) mengungkapkan apabila relasi dengan keluarga khususnya orang tua buruk, relasi yang anak jalin dengan orang di luar rumah dapat berpotensi berkembang ke arah yang buruk pula, sehingga dapat menghambat penyesuaian diri di lingkungan sosialnya. Maka kelekatan aman yang dirasakan menjadi basis bagi individu untuk merasa aman melakukan eksplorasi lingkungan secara adaptif serta harapan bahwa dunia luar adalah tempat yang baik untuk tumbuh dan berkembang (Santrock, 2012). Hal ini sejalan dengan temuan Delgado dkk. (2022) yang menyatakan bahwa remaja yang memiliki kelekatan aman dengan orang tua cenderung mempunyai kemampuan sosial yang lebih baik, hubungan pertemanan yang lebih positif, serta kapasitas beradaptasi yang lebih tinggi.

Aspek yang menyusun kelekatan orang tua-anak memiliki keterkaitan dengan aspek penyesuaian diri. Pada aspek penyesuaian diri yakni mekanisme pertahanan diri yang adaptif dan kemampuan mengatasi frustrasi tanpa berkepanjangan, komunikasi yang terbuka yakni salah satu aspek kelekatan orang tua-anak berperan penting. Studi mengenai hubungan orang tua-remaja menunjukkan bahwa keterbukaan komunikasi antara orang tua dan anak, yang mencerminkan derajat kehangatan dan responsivitas dalam hubungan, berhubungan signifikan dengan konektivitas emosional dan perilaku prososial remaja. Remaja yang terbiasa mengomunikasikan permasalahannya kepada

orang tua memiliki sumber dukungan emosional yang membantunya menghadapi tekanan tanpa terjebak dalam frustrasi yang berlarut-larut, karena tersedia figur yang dapat diandalkan sebagai tempat mencari solusi maupun validasi atas emosi yang dirasakan (Ratliff dkk., 2023).

Bukan hal yang mudah bagi siswa sekolah asrama untuk dapat beradaptasi terlebih pada tahun pertama masuk. Siswa dituntut untuk dapat mandiri karena hidup jauh dari orang tua serta patuh pada serangkaian aturan yang berlaku di asrama. Siswa yang tidak dapat beradaptasi bisa saja mengalami kesulitan tinggal di asrama. Berdasarkan keterangan siswa, beberapa memilih untuk tidak lagi tinggal di asrama dan kembali ke rumah dikarenakan siswa belum bisa menghadapi tuntutan untuk tidak lagi bergantung pada orang tua terutama saat mengalami kesulitan-kesulitan. Hal ini mengindikasikan kelekatan yang terjalin dengan orang tua belum sepenuhnya memberikan pondasi rasa aman untuk siswa dapat bertahan di lingkungan sosial di luar rumahnya. Kelekatan aman perlu terjalin sehingga anak dapat mengembangkan *internal working model* yang memandang dirinya sebagai individu yang mampu serta memandang orang lain sebagai sumber dukungan yang dapat dipercaya ketika dibutuhkan. Model ini mendorong individu untuk mengeksplorasi lingkungan, mengatasi permasalahan, serta mengembangkan kemandirian tanpa harus selalu bergantung pada kehadiran fisik orang tua (Bowlby, 1969).

Apabila kepercayaan anak bahwa dunia luar adalah tempat yang aman untuknya telah berhasil dibentuk oleh orang tua, maka anak dapat lebih mudah untuk merasa

nyaman dengan lingkungan sosialnya termasuk lingkungan sekolah. Vansoeterstede dkk., (2025) menunjukkan bahwa kelekatan orang tua berpengaruh langsung dengan kesejahteraan anak di sekolah, meliputi anak merasa percaya diri, mampu menghadapi tuntutan, dan merasa nyaman dengan guru & teman. Hal ini semakin menunjukkan pentingnya kelekatan orang tua dalam keberhasilan anak untuk beradaptasi di lingkungan sekolah tempat ia belajar dan mengembangkan potensi diri.

Dalam konteks lingkungan sekolah berasrama, penelitian yang dilakukan Sukmakarti & Taufik (2023) menemukan bahwa penyesuaian diri siswa memiliki hubungan dengan riwayat saat siswa awal memasuki asrama meliputi bagaimana perasaannya saat jauh dari orang tua. Anak yang biasa tinggal bersama orang tua dan telah menaruh kepercayaan terhadap figur lekatnya akan merasakan kegelisahan saat kemudian berpisah. Namun, anak tetap mampu dan merasa aman untuk mengeksplorasi lingkungan baru sehingga membantu anak dalam menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi lingkungan yang asing. Penelitian tersebut semakin memperkuat bahwa kelekatan orang tua-anak berpengaruh terhadap penyesuaian diri anak di lingkungan baru khususnya di sekolah berasrama.

Lebih lanjut, penelitian dilakukan untuk mengungkap adakah hubungan antara kelekatan pada orang tua terhadap penyesuaian diri di kalangan siswa *Islamic Boarding School*. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kelekatan orang tua dengan penyesuaian diri artinya apabila kelekatan orang tua meningkat, maka penyesuaian diri siswa juga meningkat (Ramadhani & Kustanti, 2018). Penelitian

tersebut semakin memperkuat asumsi peneliti. Namun, peneliti mendapati bahwa jumlah penelitian yang mengungkap faktor yang memengaruhi penyesuaian diri pada siswa di lingkup *Islamic Boarding School* masih terbatas, terlebih penelitian yang mengungkap hubungan antara kelekatan orang tua dan penyesuaian diri.

Beberapa penelitian terdahulu yang sudah ada hingga saat ini adalah untuk mengetahui faktor yang memengaruhi penyesuaian diri siswa yang bersekolah di lingkup pondok pesantren. Penelitian-penelitian yang ada antara lain, penelitian yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dan penyesuaian diri pada santri remaja di pondok pesantren (Nabila & Laksmiwati, 2019), terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian diri pada santri tingkat MI kelas VII di pesantren (Himmah & Desiningrum, 2017), terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman seusia dan penyesuaian diri pada santri kelas X di pondok pesantren (Zalika & Rusmawati, 2022). Serta masih banyak lagi penelitian yang dilakukan di lingkup pondok pesantren.

Perbedaan lingkup pondok pesantren yang cenderung konservatif dibandingkan dengan lingkup *islamic boarding school* yang lebih modern mendorong peneliti untuk mengungkap masalah penyesuaian diri yang terjadi pada siswa *islamic boarding school* mengingat penelitian tentang penyesuaian diri pada siswa di lingkup tersebut masih terbatas, serta apakah terdapat hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa *islamic boarding school* sesuai dengan asumsi pada uraian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang dari masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini yakni apakah terdapat hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Al-Abidin Bilingual Boarding School Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya kajian mengenai hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada lingkup *islamic boarding school* sehingga bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi yang berkaitan dengan fenomena perkembangan remaja di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan Penelitian

Penelitian ini mampu memberikan wawasan mengenai hubungan antara kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri bagi siswa yang menjalani tahun pertama di sekolah berasrama.

b. Bagi Instansi Terkait

Penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa tahun pertama sekolah berasrama untuk dijadikan dasar pertimbangan merancang tindak lanjut atau intervensi guna meningkatkan penyesuaian diri pada siswa.

c. Bagi akademisi dan penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai landasan pustaka dan referensi pendukung untuk akademisi dan penelitian selanjutnya dalam memahami dan mengkaji topik mengenai kelekatan orang tua-anak dan penyesuaian diri pada siswa sekolah berasrama.