

# HUBUNGAN ANTARA FAKTOR PROTEKTIF EKSTERNAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA

EZA YULIVIA

[yuliviaeza@gmail.com](mailto:yuliviaeza@gmail.com)

Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Jakarta

## ABSTRACT

*The aim of the study is to discover and analyze The Relationship Between External Protective Factor with The Adjustment of Juveniles, which was started from March until December 2015. The research method that used in this study is Survei with the correlational approach. The population of this study is all of the students grade XI from 16-18 years old at SMA Negeri 37 Jakarta. The amount of sample in this study is about 154 respondents. The result of the normality test is normal distribution, meanwhile the result of the linierity test is linier. The result of the hypothesis test is the test of regression significant which is significant. The correlation coefficient of Product Moment from Pearson deliver  $r_{xy} = 0,550$ . The hypohthesis result from this study and the relationship test showed that there is a positive relationship between External Protective Factor with the Adjustment of Juveniles at SMA Negeri 37 Jakarta. The determination coefficient which is obtained from this study is about 0.3025 showing the amount of the adjustment of juveniles which is influence by the external protective factor.*

**Keywords:** *External Protective Factor, The Adjustment, The Juveniles*

## ABSTRAK

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis Hubungan Antara Faktor Protektif Eksternal dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja, terhitung dari bulan Maret - Desember 2015. Metode penelitian menggunakan metode survei dengan pendekatan korelasional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang berusia 16-18 tahun di SMA Negeri 37 Jakarta. Sampel penelitian berjumlah 154 responden. Hasil uji normalitas data berdistribusi normal. Hasil uji linieritas adalah linier. Hasil uji hipotesis merupakan uji keberartian regresi yaitu signifikan. Koefisien korelasi *Product Moment* dari *Pearson* Menghasilkan  $r_{xy} = 0,550$ . Hasil hipotesis pada penelitian dan uji mengenai hubungan diperoleh bahwa terdapat hubungan yang positif antara Faktor Protektif Eksternal dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja di SMA Negeri 37 Jakarta. Koefisien determinasi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0.3025 menunjukkan besarnya hubungan penyesuaian diri remaja yang dipengaruhi oleh faktor protektif eksternal.

**Kata Kunci:** *Faktor Protektif Eksternal, Penyesuaian Diri, Remaja*

## PENDAHULUAN

Masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu masa di mana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lebih lanjut. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dengan sekitar.

Penyesuaian diri menuntut kemampuan remaja untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Penyesuaian diri akan menjadi salah satu bekal penting dalam membantu remaja pada saat terjun dalam masyarakat luas. Oleh karena itu individu khususnya siswa-siswi di sekolah perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri agar mampu berinteraksi secara baik dengan individu lain. Namun permasalahannya adalah masih banyak remaja atau siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dan mengikuti aturan-aturan yang ada di lingkungan sosialnya. Fakta-fakta seperti pemberontak, bolos sekolah, perilaku kriminal, tawuran, seks bebas, merupakan fenomena yang menyolok di kalangan remaja atau siswa SMA pada masa sekarang. Kondisi tersebut merupakan salah satu indikasi penghambat dalam proses penyesuaian diri. Permasalahan penyesuaian diri remaja ini dikarenakan penyesuaian diri merupakan salah satu tugas paling berat pada masa usia remaja

madya, karena pada usia ini remaja berada dalam kondisi labil, yakni tidak tahu harus memilih yang mana peka yang mana tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, idealis atau matrealistis dan sebagainya. Untuk itu remaja sangat perlu dibekali yang namanya faktor perlindungan atau yang dikenal dengan faktor protektif guna mencegah, menghambat dan mengatasi segala permasalahan yang muncul dalam dirinya maupun lingkungan sekitar yang dikenal dengan faktor risiko.

Komnas perlindungan anak mengatakan bahwa, jumlah tawuran pelajar telah memperlihatkan kenaikan pada enam bulan pertama tahun 2012 hingga pertengahan Juni yakni sudah terjadi 139 kasus tawuran di wilayah Jakarta, dan sebanyak 12 kasus menyebabkan kematian. Hal ini juga didukung oleh Polda Metro Jaya (2012) yang menyatakan bahwa kasus kenakalan remaja mengalami peningkatan cukup signifikan, yaitu sebesar 36,66%. Selain itu, dalam surat kabar harian online Sinar Indonesia Baru (2014), dikatakan bahwa sepanjang tahun ini saja telah tercatat 769 kasus tawuran pelajar. Dengan demikian, bila dibuat rata-ratanya, maka setiap hari terjadi dua kasus tawuran. Kenakalan lain adalah menyangkut masalah narkoba. Data dari BNN menunjukkan dari 4 jutaan pecandu narkoba, sebanyak 70% diantaranya adalah anak usia sekolah yaitu yang berusia 14 sampai dengan 20 tahun. Hal ini dipicu oleh kurangnya faktor perlindungan yang dimiliki remaja baik dari dalam diri sendiri atau disebut faktor protektif internal maupun perlindungan dari lingkungan sekitar atau faktor protektif eksternal.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru bimbingan konseling di SMA Negeri 37 Jakarta, didapatkan informasi bahwa banyak siswa yang mengalami masalah penyesuaian diri, antara lain ditunjukkan dengan banyak siswa yang kurang aktif dalam proses belajar mengajar, sering menyendiri dan menarik diri dari pergaulan, pemalu, introvert, kurang percaya diri, sering mencontek dalam ujian, hamil diluar nikah, sering membuat gaduh, pemberontak, kurang sopan kepada teman atau guru, terlibat perkelahian, tawuran, bolos atau sering tidak mengikuti mata pelajaran tertentu dan masih banyak lagi pelanggaran peraturan sekolah yang dilakukan siswa sebagai manifestasi dari penyesuaian diri yang salah. Selain itu, peneliti juga mendapatkan informasi tambahan mengenai penyimpangan-penyimpangan yang dilakukan oleh siswa SMA Negeri 37 Jakarta yang menggambarkan penyesuaian diri yang salah melalui beberapa artikel berita online dan juga video yang beredar di internet atau youtube. Berdasarkan frekuensi dan persentase menurut guru BK siswa yang mengalami permasalahan dalam hubungan sosial khususnya penyesuaian diri mencapai 20-30% dari 251 siswa kelas XI yang ada.

Penyesuaian diri dikalangan remaja dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu variabel yang diasumsikan berpengaruh terhadap penyesuaian diri remaja yaitu faktor protektif eksternal dari lingkungan sekitar seperti keluarga, sekolah dan teman sebaya. Faktor protektif (faktor perlindungan) eksternal adalah faktor perlindungan yang diterima remaja dari lingkungan yang meliputi, keluarga terutama

pola asuh orang tua, faktor kondisi sekolah, faktor teman sebaya, baik berupa dorongan, semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh orang lain.

Contoh faktor protektif eksternal atau faktor perlindungan eksternal yang diterima remaja dari lingkungan sekitar dapat dilihat dari, faktor protektif keluarga, sekolah, dan teman sebaya. Faktor protektif keluarga dapat dilihat dari sikap orang tua menjaga anak. Sikap orang tua yang memberikan kebebasan penuh pada remaja dan selalu memanjakan setiap keinginannya, maka pada umumnya remaja tidak bisa mempertanggung jawabkan apa yang dilakukannya. Begitu juga seorang remaja yang memiliki perlindungan berlebih dari keluarga biasanya jarang menemukan konflik dalam hidupnya, karena mereka selalu mendapatkan perlindungan dan pengawasan yang ketat dari orang tuanya, sehingga remaja kurang mendapat kesempatan untuk mempelajari penyelesaian suatu permasalahan yang lebih kompleks dalam pergaulan di lingkungannya. Berdasarkan situasi inilah yang menyebabkan remaja mengalami masalah dalam menyesuaikan diri. Selain orang tua atau keluarga, penyesuaian diri remaja juga ditentukan oleh sekolah, dan teman sebaya.

Sekolah selain sebagai lembaga pemberi informasi dan pengetahuan pada anak juga mempunyai peranan sebagai media untuk mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial dan moral para siswa. Dalam kaitannya dengan bentuk perlindungan pada remaja, peranan sekolah pada

hakikatnya tidak jauh dari peranan keluarga, yaitu sebagai rujukan dan tempat perlindungan jika anak didik mengalami masalah khususnya ketika berada dilingkup sekolah. Begitu juga dengan peran teman sebaya dalam penyesuaian diri seorang remaja, karena kelompok teman sebaya besar artinya bagi perkembangan siswa yang masih dalam usia remaja. Menginjak masa remaja pusat perhatian seorang anak mulai beralih dari keluarga ke kelompok teman sebaya. Kelompok teman sebaya menjadi sarana bagi remaja untuk bersosialisasi. Dalam perkumpulan teman sebaya remaja belajar bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan nilai yang berlaku di masyarakat, belajar bagaimana berhubungan dengan orang lain, memahami perasaan individu dan belajar untuk mendengarkan serta bersikap toleran pada orang lain.

Melihat pengaruh faktor protektif eksternal yang sangat penting bagi penyesuaian diri pada remaja. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Hubungan Antara Faktor Protektif Eksternal Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja”. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi suatu landasan program baru dalam melindungi remaja khususnya pada usia remaja madya dan sebagai sumber pemahaman keluarga, sekolah, dan teman sebaya mengenai pentingnya faktor protektif eksternal pada remaja.

## **PEMBAHASAN**

### **Faktor Protektif Eksternal**

Faktor-faktor protektif atau faktor perlindungan didefinisikan sebagai “kualitas individu atau lingkungan (konteks) atau interaksi yang menjadi prediktor untuk hasil yang lebih baik, khususnya dalam

kondisi berisiko atau bertantangan” (Goldstein & Brooks, 2005). Richardson, dkk (Henderson, 2003) mengatakan bahwa ketika seorang individu mengalami kesulitan, pada umumnya individu tersebut akan memiliki karakteristik internal dan eksternal berupa faktor-faktor protektif, yang dapat mengurangi faktor resiko (kesulitan-kesulitan) yang dihadapi. Dengan “proteksi” yang cukup, individu tersebut akan mampu beradaptasi terhadap kesulitan itu tanpa harus mengalami gangguan (*disruption*) dalam hidupnya. Di lain pihak, tanpa adanya proteksi yang cukup, seorang individu dapat langsung terjerumus dalam gangguan tersebut. Sedangkan menurut Rutter (1985), faktor protektif atau faktor perlindungan adalah faktor yang dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kenakalan remaja, faktor ini meliputi dukungan sosial yang dimiliki remaja dan sikap positif yang tumbuh dari dalam individu. Dukungan sosial menurut Sarafino (1994) adalah arahan, bimbingan, bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok di sekitarnya, dengan membuat penerima merasa nyaman, dicintai dan dihargai.

Faktor protektif merupakan keterampilan dan kemampuan yang sehat yang dimiliki individu, yang mendorong terbentuknya penyesuaian diri. Adapun faktor-faktor protektif tersebut adalah sebagai berikut: 1) karakteristik individu, seperti usia, jenis kelamin, tingkat inteligensi, karakteristik kepribadian, 2) karakteristik keluarga, seperti kehangatan, kelekatan, struktur keluarga, 3) ketersediaan sistem dukungan sosial diluar individu dan lingkungan

keluarga, seperti sekolah, teman sebaya (Clarissa, 2012). Hal ini didukung juga oleh teori dari Canavan & Dolan (2000), bahwa dukungan sosial merupakan salah satu bentuk dari faktor perlindungan atau faktor protektif, dukungan sosial yang diberikan dapat berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, maupun bimbingan.

Selanjutnya Benard (dalam Alimi, 2005) membagi faktor protektif menjadi dua, yaitu 1) faktor protektif internal, yakni merupakan faktor yang ada di dalam diri individu, meliputi keterampilan sosial seperti berkomunikasi, kemampuan menyelesaikan masalah, kecenderungan atribusi sosial (*locus of control*) dalam menilai penyebab masalah, memiliki kontrol atas diri sendiri, dan tujuan hidup, dan 2) faktor protektif eksternal, yakni segala karakteristik lingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi berkembangnya faktor protektif internal, seperti keikutsertaan individu dalam suatu komunitas yang mendukung, memiliki hubungan akrab dengan lingkungan sekitar, kepedulian serta kehadiran orang terdekat, dan harapan, dukungan, bimbingan dari lingkungan sekitar. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa faktor protektif adalah suatu bentuk perlindungan yang diperoleh remaja baik dari dalam diri remaja itu sendiri yang dikenal dengan faktor protektif internal, maupun dari lingkungan sekitar remaja yang biasa disebut dengan faktor protektif eksternal.

Menurut Soeparwoto,dkk (2004) Faktor protektif eksternal adalah faktor yang meliputi keluarga terutama pola asuh orang tua, faktor

kondisi sekolah, faktor kelompok sebaya, faktor prasangka sosial, faktor hukum dan norma sosial. Menurut West (Jowkar, Kojurf, Kohoulat, & Hayat, 2014), faktor protektif eksternal adalah dukungan lingkungan sosial dan ketersediaan kesempatan di rumah, sekolah, komunitas dan kelompok atau teman sebaya. Benard (1995) dalam Hartuti & Mangunsong (2009) mengatakan bahwa bentuk dukungan lingkungan sosial sebagai faktor protektif eksternal yang berpengaruh pada penyesuaian diri terdiri dari:

1. Pengharapan tinggi (*High Expectation*)

Pengharapan tinggi merujuk pada hubungan yang membawa pesan pengharapan tinggi, agar anak percaya pada diri mereka dan pada masa depannya.

2. Hubungan hangat (*Caring Relationship*)

Hubungan hangat didefinisikan sebagai kehadiran paling tidak satu orang yang peduli, sayang, penuh belas kasih, dan yang memahami sikap individu.

3. Partisipasi yang berarti dari lingkungan (*Participation*)

Partisipasi berarti adalah memberi kesempatan anak untuk aktif dan mendapatkan tanggung jawab dalam kegiatan-kegiatan yang bermakna.

Kondisi di mana seluruh aspek dari faktor protektif eksternal aktif bekerja selama perkembangan individu maka individu dapat mengatasi masalah-masalahnya dan dapat diartikan bahwa tingkat penyesuaian diri individu semakin baik. Sebaliknya, dalam kondisi di mana beberapa aspek dari faktor protektif eksternal kurang berkembang, maka masalah yang

dihadapi oleh individu jarang teratasi.

### **Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri atau reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan (Ghufron & Rini 2011).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan tuntutan lingkungannya. Penyesuaian diri dikatakan sebagai sebuah proses karena berlangsung sepanjang hayat dan secara terus-menerus. Penyesuaian yang sempurna terjadi jika manusia/individu selalu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan lingkungannya dimana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi, dan dimana semua fungsi organisme atau individu berjalan normal. Dalam kehidupan nyata terdapat individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu-individu yang melakukan penyesuaian diri secara negatif.

Menurut E.Hurlock, bilamana seseorang mampu menyesuaikan dirinya terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan ia memperlihatkan sikap dan tingkah laku yang menyenangkan, berarti ia diterima oleh kelompok atau lingkungannya (Gunarsa, 1995). Jadi, remaja yang berpenyesuaian baik adalah remaja yang mempunyai hubungan harmonis dengan orang di sekelilingnya. Hubungan harmonis yang diciptakannya diharapkan dapat memenuhi harapan-harapannya dalam menghadapi berbagai macam perubahan baik perubahan secara

fisik, psikis, moral, maupun sosial, dan perubahan di luar dirinya.

Untuk menentukan sejauhmana penyesuaian diri individu secara sosial, Hurlock (1994) menerapkan 4 aspek penyesuaian diri yang baik, yaitu:

1. Penampilan nyata  
Bila sikap sosial seperti yang dinilai berdasarkan standar kelompok dan lingkungannya, memenuhi harapan kelompok dan lingkungan, dia akan menjadi anggota yang diterima kelompok dan lingkungan.
2. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok  
Remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa secara sosial, maka dianggap sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik.
3. Sikap sosial  
Remaja harus dapat mewujudkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, dan terhadap perannya dalam kelompok sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial.
4. Kepuasan pribadi  
Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, remaja harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota.

Berdasarkan kriteria tersebut dapat dikatakan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri adalah individu yang memiliki kematangan sosial dan sikapnya mencerminkan

keberhasilan di dalam proses sosialisasi, sehingga ia dapat menggabungkan diri dan diterima sebagai anggota kelompok dalam suatu lingkungan, baik lingkungan yang lama maupun lingkungan yang baru dikenalnya.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 37, Jakarta dengan jumlah sampel 154 siswa/i kelas XI yang berusia 16-18 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Instrumen penelitian adalah kuesioner dengan variabel faktor protektif eksternal dan penyesuaian diri. Kedua instrumen menggunakan skala *Likert*.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pengujian persyaratan analisis menunjukkan data variabel faktor protektif eksternal dan data variabel penyesuaian diri berdistribusi normal. Hasil dari uji linieritas didapatkan  $F_{hitung} = 74,64$  dan  $F_{tabel} = 3,90$ , maka persamaan regresi linier dan signifikan. Pengujian hipotesis dengan menggunakan rumus *Product Moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,550, artinya antara faktor protektif eksternal dengan penyesuaian diri remaja memiliki hubungan yang sedang. Pengujian uji  $t$ , diperoleh hasil  $t_{hitung} = 8,12$  dan  $t_{tabel} = 1,654$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara faktor protektif eksternal dengan penyesuaian diri remaja. Uji koefisien determinasi diperoleh hasil sebesar  $0,3025 = 30,25\%$ . artinya 30,25% variabel penyesuaian diri ditentukan oleh faktor protektif eksternal. Hasil persamaan regresi

yaitu  $Y = 47,710 + 0,550 X_i$ , artinya apabila tidak ada variabel faktor protektif eksternal terhadap penyesuaian diri remaja, maka faktor protektif eksternal sebesar 47,710. Kesimpulannya, jika ada kenaikan pada faktor protektif eksternal maka penyesuaian diri remaja juga akan naik sebesar 0,550.

Pada variabel faktor protektif eksternal dimensi yang mendapatkan skor tertinggi adalah dimensi pengharapan tinggi (*high expectation*) yakni sebesar 35,30%. Pengharapan tinggi (*high expectation*) menggambarkan pesan-pesan tentang dorongan dan keyakinan akan keberhasilan remaja. Dalam dimensi ini remaja memiliki pengharapan yang tinggi akan bimbingan dari orangtua. Hal ini dapat dimengerti karena keluarga adalah lingkungan pertama dan utama yang akan mempengaruhi perkembangan seorang anak (Kenty, 2012). Hal ini juga didukung oleh teori Canavan & Dolan (2000), bahwa dukungan sosial orang tua adalah dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya baik secara emosional, penghargaan, instrumental, informasi ataupun bimbingan, sedangkan dimensi terendah pada faktor protektif eksternal dimiliki oleh partisipasi yang berarti dari lingkungan (*Participation*) dengan persentase sebesar 31,20%. Dimensi partisipasi yang berarti dari lingkungan (*Participation*) merupakan kesempatan untuk aktif dan mendapatkan tanggung jawab dalam kegiatan yg bermakna (di rumah, di sekolah, teman sebaya). Remaja memerlukan dimensi partisipasi yang berarti dari lingkungan (*Participation*) guna membantu remaja dalam menyesuaikan diri di

lingkungannya. Hal ini juga didukung oleh Shumow, Vandell dan Posner (1999) yang menyatakan bahwa sumberdaya aktivitas di lingkungan cukup berperan dalam mengurangi perilaku bermasalah secara umum pada remaja

Pada variabel penyesuaian diri dimensi yang memiliki skor tertinggi yaitu dimensi penampilan nyata sebesar 25.40%. Menurut Hurlock (1994) penampilan nyata dalam proses penyesuaian diri adalah perilaku sosial yang dinilai memenuhi harapan dan standar kelompok serta lingkungannya, sehingga ia akan diterima oleh kelompok dan lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap remaja kelas XI di SMA Negeri 37 Jakarta, remaja telah memenuhi dimensi penampilan nyata dengan cukup baik, hal ini terlihat dari remaja telah memiliki pola berpikir yang objektif serta dapat menghargai orang lain, sedangkan skor terendah terdapat pada dimensi sikap sosial sebesar 24,75%. Remaja harus dapat mewujudkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, dan terhadap perannya dalam kelompok sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial (Hurlock 1994).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan pengolahan deskriptif, analisis, dan pengolahan data statistik maka dapat disimpulkan bahwa remaja kelas XI di SMA Negeri 37 Jakarta memiliki faktor protektif eksternal yang baik karena berada pada kategori tinggi. Hal ini lah yang mendukung penyesuaian diri remaja kelas XI di SMA Negeri 37 Jakarta menjadi

cukup baik, hal ini terlihat dari kategori penyesuaian diri yang berada pada taraf sedang. Namun demikian, masih terdapat beberapa komponen penyesuaian diri yang perlu ditingkatkan antara lain sikap sosial yakni sikap yang menyenangkan orang lain serta partisipasi dalam kegiatan kelompok, kemampuan beradaptasi dan berkomunikasi dengan lingkungan yang terdapat orang dewasa di dalam nya.

Memberikan kesempatan untuk aktif dan mendapatkan tanggung jawab dalam kegiatan yang bermakna, termasuk kedalam komponen faktor protektif eksternal yang masih perlu ditingkatkan. Berkaitan dengan faktor protektif eksternal, maka dimensi partisipasi yang berarti dari lingkungan (*participation*) memiliki peranan yang cukup penting dalam memudahkan remaja untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan nya.

Berdasarkan hasil uji analisis data terdapat hubungan yang signifikan antara faktor protektif eksternal dengan penyesuaian diri remaja di SMA Negeri 37 Jakarta. Tingkat kekuatan hubungan faktor protektif eksternal dengan penyesuaian diri remaja adalah sedang. Koefisien korelasi positif dan memiliki sumbangan variabel X terhadap variabel Y, artinya hubungan bersifat positif dimana semakin tinggi faktor protektif eksternal yang diterapkan pada remaja maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri remaja.

Hasil perhitungan uji analisis statistik menyatakan bahwa 30.25% variabel penyesuaian diri pada remaja ditentukan oleh faktor protektif eksternal, sedangkan

sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahn, E. S. 2011. *A Study of Risk Factors, Protective Factors, and Resilience among College Students*. A thesis submitted to the Faculty of Emory College of Arts and Sciences of Emory University, Department of Sociology.
- Akdon dan Hadi, S. 2005. *Aplikasi Statistika dan Metode Penelitian untuk Administrasi dan Manajemen*. Bandung: Dewa Ruchi.
- Alimi, R. M. 2005. *Resiliensi Remaja "High Risk" Ditinjau dari Faktor Protektif: Studi di Kelurahan Tanah Tinggi Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat*. Tesis. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Benard, B. 1993. *Fostering resilience in kids*. *Academic Research Library, Educational leadership*, 51(3)
- Benard, B. 1995. *Fostering resilience in children*. Illinois: Children's Research Center, University of Illinois, Urbana-Champaign.
- Clarissa, R. R. 2012. *Hubungan Antara Resiliensi dan Coping Pada Pasien Kanker Dewasa*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Davidoff, L.L. 1991. *Psikologi Suatu Pengantar (edisi ke-2)*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Dolan Pat, John Canavan dan John Pinkerton. 2006. *Family Support As Reflective Practice*. London : Jessica Kingsley Publishing.
- Djaali dan Pudji Muljono. 2008. *Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan*. Jakarta: Grasindo
- Dwi Priyatno. 2008. *Mandiri Belajar SPSS - Bagi Mahasiswa dan Umum*. Yogyakarta: MediaKom
- Endra. 2008. *Penyesuaian Diri Anak*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gerungan. 2009. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama
- Goldstein, S. & Brooks, R.B. 2005. *Handbook of resilience in children*. Springer Science and Business Media.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Gunarsa, S.D. & Gunarsa, Y.S. 2005. *Psikologi remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Gunarsa, Singgih, Drs., Dra. Ny. Y. Singgih D. Gunarsa. 1991. *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia.
- Haber, R., dan Runyon, R.P. 2000. *Psychology of Adjustment*. Illionis : The Dorsey Press
- Hartuti, & Mangunsong, F. M. 2009. *Pengaruh Faktor-Faktor Protektif Internal dan Eksternal Pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM) Di SMA Negeri Depok*. Jurnal Psikologi Indonesia Vol.6, 107-119.

- Herien, P., Tin, H. 2013. *Metode Penelitian Keluarga*. Bogor: IPB Press
- Hurlock, Elizabeth, B. 1994. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa : Istiwidawati. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth, B. 1997. *Perkembangan Anak Jilid 1*. Alih Bahasa : Tjandrasa & Zarkasih. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth, B. 1999. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Jowkar, B., Kojurf, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. 2014. *Academic Resilience In Education: The Role Of Achievement Goal Orientations*. Journal of Advances In Medical Education & Professionalism, 33-38.
- Juliansyah, Noor. 2013. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, & Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Karina, Canggih. 2014. *Resiliensi Remaja yang Memiliki orang Tua Bercerai*. Jurnal Online Psikologi. Tersedia di <http://ejournal.umm.ac.id>
- Kenty, M. 2012. *Resiliensi Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin, Jenis Sekolah dan Tipologi Wilayah*. Tesis. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Lieberman, M.A. 1992. *The Effect of Social Support on Respond on Stress*. Dalam Bretnitz & Golberger (Eds). *Handbook of Stress: Theoretical & Clinical Aspects*. London: Collier MacMillan Publisher
- Pramadi, A., Ratnaningtyas, Johannita. 1996. *Hubungan Pola Relasi Remaja dan Orangtua dengan Kemampuan Penyesuaian diri di Lingkungan Sosial pada Mahasiswa Semester II*. Jurnal Online Anima. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Vol XI, No.13
- Ridwan dan Engkos Achmad Kuncoro. 2011. *Cara Menggunakan dan Memaknai Path Analysis (Analisis Jalur)*. Bandung: Alfabeta.
- Safura, L., dan Supriyantini, S. 2006. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Anak di Sekolah dengan Prestasi Belajar*. Jurnal Online Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Vol.2, No.1, 25-30
- Sangadji, Etta Mamang dan Sopiah. 2010. *Metodologi Penelitian; Pendekatan Praktis dalam Penelitian*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
- Santrock. J. W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja (edisi keenam)*. Jakarta: Erlangga
- Sarlito Wirawan, S. 2002. *Psikologi Sosial : Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial*. Edisi 3. Jakarta: Balai Pustaka.
- Schneider, A.A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston
- Sobur, A. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: CV.Pustaka Setia
- Soeparwoto, dkk. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UNNES Press
- Shumow, L., Vandell, D.L., & Posner, J. 1999. *Risk and resilience in the urban neighborhood: Predictors of academic performance*

- among low income elementary school children. Merrill-Palmer Quarterly, 45(2), 309-330*
- Sri Rumini & Siti Sundari. 2004. *Perkembangan Anak & Remaja*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Penerbit Tarsito
- Sugiyono. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV.Alfabeta
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV.Alfabeta
- Sunarto dan Agung Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Thompson, C.D. 2008. *The role of adolescent pirituality in resilience among African American adolescents (Unpublished dissertation)*. Faculty of the Graduate School of Psychology, Fuller Theological Seminary.
- Wahyu, Made. 2013. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal*. Jurnal Online Psikologi Udayana, Vol.1, No.1, 190-202