

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Kajian Tentang Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Terdapat banyak pendapat tentang penyesuaian diri dari para ahli, setiap para ahli mempunyai defnisi berbeda-beda namun memiliki inti yang sama, penyesuaian diri juga dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*, yang berarti suatu proses untuk mencari keseimbangan kondisi diri sendiri dengan tuntunan lingkungan. Manusia hidup pada lingkungan social, yang memiliki berbagai perilaku, individu harus mampu menyesuaikan dirinya pada lingkungan.

Penyesuaian diri adalah suatu proses mental dan tingkah laku yang terjadi oleh individu , di mana individu berusaha untuk mengatasi kebutuhan-kebutuhan dirinya agar diri sendiri dan lingkungan seimbang (Schneiders, 1964). Dalam upaya kebutuhan untuk melakukan penyesuaian diri tidak selalu mendapatkan hasil yang baik, akan mengalami kegagalan.

Penyesuaian diri adalah proses individu melakukan penyeimbangan diri dengan lingkungan (Kartono dalam Oktaria , 2018). Suatu proses perubahan dalam diri pada individu, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk berubah lingkungan sekitar (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Penyesuaian diri merupakan perubahan yang terjadi pada individu dan lingkungan untuk mencapai hubungan yang seimbang (Samios, 2018). Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik yaitu individu yang mampu menyelesaikan masalahnya dengan tidak ada yang dirugikan (Inayati, 2017). Keadaan kehidupan di masyarakat akan mengalami perubahan-perubahan individu harus mampu menyesuaikan dengan lingkungannya, penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan bagaimana individu menyesuaikan lingkungan yang selalu berubah-ubah

Individu yang mempersiapkan terhadap perubahan diri dan sosial akan dapat menyesuaikan dirinya dengan baik, dibandingkan dengan individu yang tidak mempersiapkan dirinya akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian (Ajhuri, 2019).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk menyeimbangkan diri dengan lingkungan sekitar sehingga tercapainya hubungan yang harmonis dan rasa nyaman antara dirinya dengan lingkungan sekitar.

2. Aspek-penyesuaian diri

Terdapat tujuh aspek penyesuaian diri, yaitu : tidak terdapat emosionalitas, tidak terdapat mekanisme psikologis, tidak terdapat perasaan frustrasi personal, kemampuan untuk belajar, pemanfaatan pengalaman masa lalu, sikap rasionalistik dan objektif, pertimbangan rasional dan pengarahan diri Schneiders (1964).

Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut :

- a) tidak terdapat emosionalitas yang berlebih, aspek pertama menekankan pada kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkan untuk mampu menyelesaikan permasalahnya yang dihadapinya.
- b) Tidak terdapat perasaan frustrasi personal, penyesuaian dikatakan normal ketika seseorang tidak mengalami frustrasi personal. Perasaan frustrasi membuat seseorang tidak bisa menyesuaikan diri dengan
- c) Kemampuan untuk belajar, yaitu individu beproses belajar menyeimbangkan dengan lingkunganya ketika adanya permasalahan lingkungan yang muncul
- d) Pemanfaatan pengalaman masa lalu, pengalaman itu penting karena dengan pengalaman individu dapat belajar dari pengalaman masa lalu
- e) Sikap realistik dan objektif, penyesuaian yang normal secara konsisten berhubungan dengan sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif adalah berdasarkan pembelajaran, pengalaman masa lalu, pemikiran rasional mampu menilai situasi, masalah atau keterbatasan personal seperti apa adanya;
- f) Pertimbangan rasional dan pengarahan diri, individu mempunyai kemampuan berpikir dan dapat melakukan pertimbangan mengenai masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, tingkah laku dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun menunjukkan penyesuaian yang normal

Sedangkan menurut Fatimah, (2012), individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, umumnya memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan.
- b. Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan yang salah.
- c. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- d. Memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya.
- e. Mampu belajar dari pengalaman

Peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek di atas dapat disimpulkan aspek penyesuaian diri meliputi mampu mengendalikan emosinya, mampu menutupi frustrasi pribadi yang dialami, mempunyai psikologis yang baik, mampu belajar dari pengalaman

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Terdapat beberapa faktor yang bisa mempengaruhi penyesuaian diri dari beberapa literatur jurnal, faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri meliputi:

- a. Dukungan sosial

Individu yang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan maka segala sesuatu akan dapat dihadapi lebih mudah ketika mengalami suatu kejadian yang menekan. Sebaliknya, apabila individu kurang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan disekitarnya, maka individu cenderung akan menimbulkan

perasaan kesepian dan kehilangan yang juga dapat mengganggu proses penyesuaian diri (Tricahyani & Wideasavitri, 2016)

b. Kecemasan

Individu yang mengalami kecemasan akan mempengaruhi penyesuaian dirinya dengan lingkungan, karena individu yang mengalami kecemasan yang tinggi akan kesulitan untuk beradaptasi (Seskoadi dan Ediati, 2018)

c. Religiusitas

Religiusitas pada individu akan membantu penyesuaian diri pada individu, semakin tinggi religiusitas maka akan semakin baik penyesuaian diri pada lingkungannya, dan sebaliknya religiusitas yang rendah akan kesulitan dalam penyesuaian (Lestari dan Indrawati, 2018).

d. Penerimaan diri

Penyesuaian diri yang baik tergantung pada penerima diri sendiri, Semakin baik individu menerima dirinya, maka semakin baik pula penyesuaian individu tersebut terhadap dirinya sendiri maupun dengan lingkungan sosialnya (Paramita, 2013)

(Schneiders, 1964) mengemukakan bahwa penyesuaian seorang individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

a. Kondisi Fisik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya,

Kondisi fisik di antaranya hereditas, konstitusi fisik, kesehatan, sistem syaraf, kelenjar, dan otot. Kondisi fisik yang baik merupakan salah satu faktor individu dapat melakukan penyesuaian diri

b. Perkembangan dan kematangan,

Perkembangan dan kematangan intelektual, moral, social, dan emosi ini dapat individu melakukan penyesuaian diri yang baik

c. Kondisi psikologis,

Keadaan psikologis menentukan individu dapat menyesuaikan dirinya. Kondisi psikologis meliputi pengalaman, proses belajar, pembiasaan, frustrasi, dan konflik.

d. Kondisi lingkungan

Individu dalam melakukan penyesuaian diri, lingkungan rumah, keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat mempengaruhinya. individu di skitar dapat saling bertukar pikiran, memberi masukan dan saling support, dalam ini lingkungan sekitar sebagai pendukung individu untuk melakukan penyesuaian diri.

e. Faktor kebudayaan, termasuk agama,

B. Mantan Narapidana

1. Pengertian Mantan Narapidana

Narapidana merupakan orang yang sedang menjalankan hukuman karena perbuatan tindak pidana yang dilakukannya. Tempat dilakukan hukuman pada narapidana pidana disebut lembaga pemasyarakatan. Pada Pasal 1 ayat (7) Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan.

Menurut Pasal 1 ayat (6) Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, terpidana adalah seseorang yang di pidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap. Menjalani masa tahanan merupakan konsekuensi yang harus dilalui oleh narapidana sesuai hukuman yang telah ditentukan.

Narapidana adalah seseorang yang pernah menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan dan sudah selesai menjalani masa hukuman sesuai keputusan pengadilan (Azmi,2012). Mantan narapidana merupakan orang yang sudah selesai melewati masa hukuman dalam kurun waktu tertentu dan mendapatkan kembali kemerdekaan untuk bermasyarrakat.

Dapat disimpulkan Mantan narapidana adalah narapidana yang telah bebas dari hukuman vonis yang ditetapkan oleh pengadilan. Kebebasan merupakan yang ditunggu-tunggu oleh para narapidana agar bisa menjalankan seperti individu yang lain. Mantan narapidana akan

menjalankan kehidupan yang baru berbeda dengan sebelumnya. Mantan narapidana akan mendapatkan kemungkinan yaitu diterimanya oleh lingkungan atau mendapatkan penolakan, hal ini sebagai permasalahan yang akan di terima.

2. Jenis Pidana Bagi Orang dewasa

Pada pasal 10 Undang-undang Hukum Pidana (KUHP) terdapat jenis-jenis pidana diantaranya :

- 1) Pidana pokok
 - a. Pidana mati
 - b. Pidana penjara
 - c. Pidana kurungan
 - d. Pidana tutupan
- 2) Pidana tambahan
 - a. Pencabutan hak-hak tertentu
 - b. Perampasan barang-barang tertentu
 - c. Pengumuman putusan hakim

3. Hak dan Kewajiban Mantan Narapidana

Setiap manusia memiliki hak asasi manusia (HAM), tidak ada pembedaan pada semua manusia. Mantan narapida juga sama hak nya dengan manusia pada umumnya yang tidak pernah menjadi napi. Mantan narapidana juga memiliki hak untuk hidup, hak untuk bebas dari rasa takut, hak bekerja, hak untuk melakukan ibadah. Perlindungan HAM bagi warga Indonesia sudah jeelas ada undang-undangnya tetapi

masih ada pelanggaran HAM dilakukan oleh institusi ataupun pribadi. Contohnya yang di alami oleh mantan narapidana yaitu dibully bahkan ada yang mengkucilkan

Dalam undang-undang nomer 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia pasal 3 ayat 3 menegaskan bahwa setiap orang berhak atas perlindungan hak asasi manusia dan kebebasan dasar manusia tanpa diskriminasi. Mantan narapidana memiliki hak dan martabat seperti manusia pada umumnya. Ketika masa tahanan haknya terampas dan dicabut selama masa tahanan, setelah bebas masa tahanan haknya dikembalikan seutuhnya .

Pada pasal 27 selanjutnya, tiap-tiap warga berhak atas pekerjaan dan penghidupan yang layak bagi manusia. Pada sila kelima dasar negara Pancasila berbunyi keadilan bagi seluruh rakyat Indonesia. Sebagai mantan narapidana juga akan mendapatkan keadilan dalam kehidupan bernegara.

Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia 1945 Pasal 28G ayat (1) yang dinyatakan: “Setiap orang berhak atas perlindungan diri pribadi, keluarga, kehormatan, martabat, dan harta benda yang dibawah kekuasaannya, serta berhak atas rasa aman dan perlindungan dari ancaman ketakutan untuk berbuat atau tidak berbuat sesuatu yang merupakan”.

C. Kerangka Berpikir

Narapidana yang telah bebas dari hukuman pidana akan menjalani kehidupan yang baru lagi, dimana mantan narapidana akan berinteraksi social lagi di lingkungan sekitar seperti dulu sebelum mendapatkan hukuman pidana. Kehidupan di dalam penjara sangat berbeda dengan kehidupan di luar. Setelah bebas mantan narapidana harus menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Untuk menjalani kehidupan yang baik membutuhkan pekerjaan. Mantan narapidana harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pekerjaan.

penyesuaian seorang individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kondisi Fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, kondisi lingkungan, dan faktor kebudayaan, termasuk agama (Schneiders, 1964)

Menurut Fristian, (2020) mengatakan terdapat dua faktor penghambat proses penyesuaian diri mantan narapidana yaitu kurangnya rasa percaya diri dari mantan narapidana setelah bebas ke lingkungan keluarga dan masyarakat sekitar, dan kesulitan masyarakat untuk menghilangkan cap negative pada mantan narapidana

Penyesuaian yang baik adalah individu yang mampu menerima diri dan memahami diri sendiri, memiliki kestabilan psikologis, mampu bertindak sesuai norma yang berlaku, memiliki hubungan interpersonal yang baik. Adapun bagan kerangka berpikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Gambar bagan

