

# KEMATANGAN EMOSI, DUKUNGAN SOSIAL, DAN PENYESUAIAN SOSIAL BINA DAKSA

## *EMOTIONAL MATURITY, SOCIAL SUPPORT, AND SOCIAL ADJUSTMENTS ON PHYSICAL DISABLED*

### **Tiara Nova Afifah**

Magister Psikologi Profesi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Jl. A. Yani Tromol Pos 1 Pabelan, Kartasura 57102 Indonesia

**E-mail:** tiaranova501@gmail.com

### **Eny Purwandari**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Jl. A. Yani Tromol Pos 1 Pabelan, Kartasura 57102 Indonesia

**E-mail:** eny.purwandari@ums.ac.id

### **Rini Lestari**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Jl. A. Yani Tromol Pos 1 Pabelan, Kartasura 57102 Indonesia

**E-mail:** rini.lestari@ums.ac.id

### **Abstrak**

Kemampuan penyesuaian sosial yang sehat terhadap lingkungan merupakan salah satu prasyarat penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Seorang bina daksa yang akan memperoleh pelatihan selama kurang lebih satu tahun dihadapkan pada masalah penyesuaian sosial. Masalah penyesuaian sosial ini muncul karena beragamnya tempat asal bina daksa. Artikel ini membahas bagaimana keterkaitan kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian sosial pada bina daksa. Seorang bina daksa yang memiliki kematangan emosi serta dukungan sosial yang baik maka akan memiliki kecenderungan melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sosialnya dengan baik pula. Sehingga semakin baik kematangan emosi dan dukungan sosial yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi ia dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik, juga sebaliknya apabila individu kurang dalam memiliki kematangan emosi dan dukungan sosial, maka ia cenderung memiliki penyesuaian sosial yang rendah. Rekomendasi yang diusulkan agar seorang bina daksa dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara baik ialah dengan mematuhi aturan-aturan selama di asrama, saling peduli dengan sesama bina daksa dan saling terbuka bila membutuhkan tempat untuk bercerita baik dengan sesama bina daksa maupun dengan pembina asrama. Tentunya pembina asrama diharapkan untuk lebih memperhatikan bina daksa, mendengarkan saat mereka membutuhkan tempat untuk bercerita serta mengarahkan bina daksa agar mereka merasa diperhatikan dan merasa nyaman selama tinggal di asrama.

**Kata Kunci:** kematangan emosi, dukungan sosial, penyesuaian sosial, bina daksa.

### **Abstract**

*The ability of healthy social adjustment is one of the important prerequisites for the creation of mental or mental health of individuals. A physical development who will receive training for approximately one year is faced with the problem of social adjustment. This social adjustment problem arises because of the variety of*

*places of physical development. This article discusses how the relationship of emotional maturity and social support relate to social adjustment in physical development. A physical development who has emotional maturity and good social support will have a tendency to make adjustments to her social environment as well. So that the better the emotional maturity and social support the individual has, the higher he can make social adjustments well, and vice versa if the individual lacks emotional maturity and social support, then he tends to have low social adjustment. Recommendations that are proposed so that a person with a disability can adapt well to their environment is by obeying the rules while in the dormitory, mutual care with fellow practitioners and open each other when needing a place to tell both with fellow and with the boarders. Surely boarding supervisors are expected to pay more attention to the physical development, listening when they need a place to tell stories and direct the physical development so that they feel cared for and feel comfortable while living in the dormitory.*

**Keywords:** *emotional maturity; social support; social adjustment; physical development.*

## **PENDAHULUAN**

Penyandang disabilitas berkaitan dengan masalah kesehatan, baik fisik maupun mental. Secara umum, mereka yang tidak mampu melakukan seluruh atau sebagian dari aktivitas normal kehidupan pribadi atau sosial lantaran mengalami kelainan tubuh atau mental bisa digolongkan sebagai penyandang disabilitas. Berdasarkan definisi yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), disabilitas dianggap sebagai kondisi yang menyebabkan gangguan pada hubungan seseorang dengan lingkungan. Penyandang disabilitas merupakan kelompok minoritas terbesar di dunia, dimana 80 persen dari jumlah penyandang disabilitas di dunia berada di kalangan negara-negara berkembang (Pusdatin, 2014).

Penyandang disabilitas di Indonesia masih sering dipandang sebelah mata dan dianggap tidak memiliki kemampuan sama sekali. Padahal tidak sedikit dari penyandang disabilitas yang tercatat memiliki prestasi di bidang akademik, olahraga, seni maupun teknologi (Krisnan, 2017; Trijoko, 2018).

Penelitian Fitriana (2013) menyatakan bahwa kondisi fisik yang berbeda membuat penyandang tuna daksa merasa terkucilkan di kalangan masyarakat. Tidak sedikit masyarakat yang mencibir dan meremehkan para

penyandang tuna daksa, hal ini menyebabkan mereka menjadi minder dan merasa tidak percaya diri dengan keadaan fisiknya. Mereka cenderung menutup diri dan kurang bisa bersosialisasi, sehingga menyebabkan mereka tidak bisa menghadapi kesulitan dan tantangan hidup. Seseorang yang mengalami cacat fisik akan mengalami kesulitan yang berbeda dengan orang normal lainnya. Mereka akan menghadapi tantangan hidup seperti melatih tubuh mereka yang mengalami keterbatasan, mengoptimalkan fungsi tubuh, dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Termasuk melakukan penyesuaian sosial dengan lingkungan baru.

Data Pusdatin Kemensos (2014) menyebutkan bahwa penyandang disabilitas daksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr. Soeharso Surakarta tergolong memiliki cacat tubuh ringan, yaitu mereka yang menderita cacat tubuh dimana kebutuhan aktivitas hidup sehari-hari (*Activity Daily Living*, (ADL)) tidak memerlukan pertolongan orang lain. Termasuk dalam golongan cacat ini adalah amputasi tangan atau kaki ringan salah satu, *cerebral palsy* ringan, layuh salah satu kaki, tangan atau kaki bengkok, dan sebagainya. Meski tidak membutuhkan pertolongan orang lain, namun mereka tetap dituntut untuk melakukan penyesuaian sosial dengan lingkungan yang

baru. Biasanya seorang bina daksa yang memasuki lingkungan baru seperti asrama untuk memperoleh pelatihan maka akan muncul dalam sikapnya seperti malas, suasana hati kurang baik, memilih untuk tidak mengikuti kelas wajib keterampilan dengan diam di asrama atau bersantai di taman dan kantin.

Oleh karena itu tulisan ini penting untuk meninformasikan kepada pembaca bahwa seorang penyandang bina daksa dapat melakukan penyesuaian sosial pada situasi baru (asrama pelatihan) sepanjang mereka mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan selain membina kematangan emosi penyandang disabilitas untuk melakukan adaptasi, Metode penulisan ini menggunakan revidi dari berbagai literatur atau referensi dan hasil penelitian terkait dengan penyesuaian sosial, dukungan sosial, kematangan emosi dan penyandang disabilitas/bina daksa.

## PEMBAHASAN

Penyesuaian sosial didefinisikan oleh Schneiders (1964) sebagai proses yang mencakup respon mental dan perilaku di dalam mengatasi tuntutan sosial yang membebani dirinya dan dialami dalam relasinya dengan lingkungan sosial. Schneiders (1964) juga mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial meliputi kondisi fisik, perkembangan dan kematangan (intelektual, sosial, moral dan emosi), faktor psikologis, kondisi lingkungan dan faktor budaya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang dengan keterbatasan yang ada pada dirinya, belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien dan memuaskan, serta dapat menyelesaikan konflik, frustrasi, maupun kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku.

Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian yang baik (*well adjusted person*) adalah mereka dengan segala keterbatasannya, kemampuannya serta kepribadiannya telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungannya dengan cara efisien, matang, bermanfaat, dan memuaskan. Sebaliknya individu yang tidak berhasil melakukan penyesuaian sosial dengan baik akan mengalami ketidakbahagiaan dan terbiasa untuk tidak menyukai dirinya sendiri. Akibatnya kemudian berkembang menjadi individu yang egosentris, *introvert*, tidak sosial, atau bahkan anti sosial yang keberhasilan dan kebahagiaan masa dewasanya terganggu. Agar mereka dapat melakukan penyesuaian sosial, maka mereka harus menemukan faktor dari penyesuaian sosial agar dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik (Hurlock, 2004).

Schneider (1964) menemukan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial ialah kematangan emosi. Kematangan emosi adalah kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain, serta mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif (Yusuf, 2011).

Afifah dkk, (2019) dalam penelitiannya, menemukan bahwa kematangan emosi memiliki kontribusi 2,2 persen lebih besar dari dukungan sosial terhadap terbentuknya penyesuaian sosial. Kematangan emosi merupakan bagian dari penerimaan sosial. Seseorang yang memiliki kematangan emosi tidak meledakkan emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Rajan (2012) dalam penelitiannya menemukan bahwa orang yang memiliki kematangan emosi dapat menyesuaikan diri dengan baik dan orang yang kurang memiliki kematangan emosi akan mengalami

ketidakmampuan menyesuaikan diri baik dengan individu maupun dengan orang yang ada di sekitarnya.

Penelitian oleh Estiane (2015) menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi sebesar 4,8 persen. Hal ini sejalan dengan pernyataan Arkoff (1968) yang meyakini bahwa penyesuaian diri di perguruan tinggi mencerminkan tentang bagaimana seorang individu mencapai tuntutan-tuntutan yang ada dan memberi dampak terhadap pertumbuhan pribadinya. Lapsley, Rice, & FitzGerald (1990) mengungkapkan bahwa untuk dapat melewati masa transisi ini dengan baik, dibutuhkan tingkat adaptasi yang tinggi. Pernyataan ini mengartikan bahwa mahasiswa membutuhkan tingkat adaptasi yang tinggi dan ia mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan yang beragam. Dari temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk dapat beradaptasi terhadap tuntutan sosial dibutuhkan dukungan sosial agar individu dapat melakukan penyesuaian sosial.

Jika dihubungkan dengan penyesuaian sosial pada bina daksa, yang berada di asrama selama kurang lebih satu tahun, maka dukungan sosial tetap menjadi bagian yang penting agar seorang bina daksa dapat beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Sejalan dengan pernyataan ini, Cohen & Syne (1985) mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi dukungan sosial ialah pemberi dukungan sosial. Dukungan yang diterima melalui sumber yang sama akan mempunyai arti lebih besar daripada yang berasal dari sumber yang berbeda-beda setiap saat.

Menurut Sarafino (2006), dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapa saja dalam

kehidupan bermasyarakat karena manusia diciptakan sebagai makhluk sosial (Mufidah, 2017).

Dukungan sosial merupakan sumber eksternal yang dapat memberikan bantuan bagi individu dalam mengatasi atau menghadapi suatu persoalan (Smet, 1994). Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan hubungan yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Afifah dkk, (2019) menemukan bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian sosial. Hal ini sesuai dengan teori Schneiders (1964) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial meliputi kondisi fisik, perkembangan dan kematangan (intelektual, sosial, moral dan emosi), faktor psikologis, kondisi lingkungan dan faktor budaya. Penelitian oleh Poovizhi dan Senthil (2017) menghasilkan temuan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan penyesuaian sosial pada mahasiswa tuna netra di Chennai. Penelitian oleh Froland, et al (2000) menemukan bahwa stabilitas dukungan sosial yang diterima klien merupakan syarat utama terjadinya penyesuaian sosial. Dua penelitian di atas menunjukkan, ada dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial, yaitu kematangan emosi dan dukungan sosial.

Aziz (2015) mengungkapkan bahwa ada beberapa hal yang tidak menguntungkan bagi perkembangan kepribadian bina daksa, diantaranya: terhambatnya aktivitas normal sehingga menimbulkan perasaan frustrasi, timbulnya kekhawatiran orang tua menjadi *overprotective*, dan perlakuan orang sekitar yang membedakan terhadap penyandang bina daksa menyebabkan mereka merasa bahwa dirinya

berbeda dengan orang lain. Selain itu, ada anggapan bahwa penyandang bina daksa tidak mampu melakukan penyesuaian sosial dan terlalu membesar-besarkan ketidakmampuannya.

Padahal sebenarnya tidak ada perbedaan penyesuaian sosial berdasarkan jenis kelamin, latar belakang disabilitas, kelas dan urutan kelahiran. Hasil analisis ini sesuai dengan pengamatan keadaan di BBRSPDF Prof. Dr. Soeharso Surakarta, dimana bina daksa diperlakukan setara antara satu dengan lainnya. Kegiatan yang dilakukan oleh bina daksa di asrama dilakukan secara berkelompok. Dalam membentuk kelompok, bina daksa selalu dikelompokkan secara acak. Oleh karenanya bina daksa diberi kesempatan untuk membaaur satu sama lain. Ketika bina daksa datang ke asrama, mereka diberikan kelompok kecil yang dibimbing oleh pembina atau disebut sebagai orang tua asuh. Bina daksa tersebut dapat bercerita atau berkonsultasi dengan orang tua asuhnya apabila ada kesulitan yang dialami. Bina daksa juga mendapatkan rehabilitasi psikologis yang berupa psikoterapi. Penyetaraan antara bina daksa, pembentukan kelompok kecil yang disertai orang tua asuh dan rehabilitasi psikologis ini yang kemudian menyebabkan tidak ada perbedaan penyesuaian sosial berdasarkan jenis kelamin, urutan kelahiran, kelas dan latar belakang disabilitas pada bina daksa.

Manusia dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, psikologis dan lingkungan alam sekitarnya. Kemampuan penyesuaian sosial yang sehat terhadap lingkungan merupakan salah satu prasyarat penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Tidak sedikit orang-orang yang mengalami stres atau depresi akibat kegagalan untuk melakukan penyesuaian dengan kondisi lingkungan yang ada dan kompleks. Proses saling mempengaruhi satu sama lain yang terus-menerus dan silih berganti

terjadi dalam kehidupan bermasyarakat. Dari proses tersebut, timbul suatu pola kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai, dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Proses ini dikenal dengan istilah proses penyesuaian sosial (Fatimah, 2008).

Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian yang baik (*well adjusted person*) adalah mereka dengan segala keterbatasannya, kemampuannya serta kepribadiannya telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungannya dengan cara efisien, matang, bermanfaat, dan memuaskan. Efisien artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut dapat memberikan hasil yang sesuai dengan yang diinginkan tanpa banyak mengeluarkan energi, tidak membuang waktu banyak, dan sedikit melakukan kesalahan. Matang artinya bahwa individu tersebut dapat memulai dengan melihat dan menilai situasi dengan kritis sebelum bereaksi. Bermanfaat artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut bertujuan untuk kemanusiaan, berguna dalam lingkungan sosial, dan yang berhubungan dengan Tuhan. Selanjutnya, memuaskan artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut dapat menimbulkan perasaan puas pada dirinya dan membawa dampak yang baik pada dirinya dalam bereaksi selanjutnya. Mereka juga dapat menyelesaikan konflik-konflik mental, frustrasi dan kesulitan-kesulitan dalam diri maupun kesulitan yang berhubungan dengan lingkungan sosialnya serta tidak menunjukkan perilaku yang memperlihatkan gejala menyimpang.

Dalam melakukan penyesuaian sosial, ada beberapa faktor yang terlibat, diantaranya ialah kematangan emosi dan dukungan sosial. Kematangan emosi dapat digolongkan menjadi faktor internal dari penyesuaian sosial (Yusuf, 2011). Penelitian oleh Poovizhi dan Senthil (2017) menghasilkan temuan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kematangan

emosi dan penyesuaian sosial pada mahasiswa tuna netra di Chennai. Individu dengan kematangan emosi rendah mencari alasan ketika melakukan kesalahan, menghindari dari tugas yang susah dan mudah meledakkan emosinya. Sebaliknya, individu dengan kematangan emosi tinggi dapat mengendalikan emosinya dan dapat berpikir secara matang serta melihat persoalan secara obyektif.

Adapula faktor eksternal dari penyesuaian sosial, yaitu berupa dukungan sosial. Penelitian oleh Froland et al (2000) menemukan bahwa stabilitas dukungan sosial yang diterima klien merupakan syarat utama terjadinya penyesuaian sosial. Individu dengan dukungan sosial rendah memunculkan sikap kurangnya percaya diri, merasa tidak mampu melakukan hal-hal yang ia sukai dan merasa rendah diri. Sebaliknya, individu dengan dukungan sosial tinggi dapat membuatnya merasa tenang, diperhatikan, dicintai dan timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Sarafino (2006) mengatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu. Dukungan sosial pada umumnya menggambarkan peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain seperti anggota keluarga, teman, saudara dan rekan kerja.

Bina daksa dapat memiliki penyesuaian sosial yang baik bila dalam dukungan sosial yang ia terima terdapat aspek emosional, penghargaan, instrumental dan informasi (Sarafino, 2006). Dukungan emosional berupa rasa empati dan perhatian yang diberikan baik oleh sesama bina daksa, orang tua asuh maupun pembina asrama. Dukungan penghargaan berupa ungkapan penghargaan positif kepada bina daksa yang dapat membantu bina daksa untuk merasa dirinya berharga, mampu dan

dihargai. Dukungan instrumental dapat berupa alat bantu disabilitas (kruk, kursi roda, prothesa dan orthesa). Dukungan informasi berupa pemberian nasehat, petunjuk, saran, maupun informasi baik mengenai pendidikan maupun karir bina daksa.

Faktor pemberi dukungan, jenis dukungan, penerima dukungan dan lamanya pemberian dukungan juga turut memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial yang baik (Cohen & Syne, 1985). Pada faktor pemberi dukungan, dukungan yang diterima melalui sumber yang sama akan lebih mempunyai arti daripada yang berasal dari sumber yang berbeda-beda setiap saat. Bina daksa memiliki pemberi dukungan yang sama, yaitu sesama rekan bina daksa, orang tua asuh serta pembina asrama selama  $\pm 1$  tahun.

Pada faktor jenis dukungan, yang diterima akan bermanfaat bila dukungan itu sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sementara pada faktor individu (bina daksa) sebagai penerima dukungan, menunjukkan bahwa karakteristik atau ciri-ciri individu akan menentukan keefektifan dukungan yang diperoleh. Karakteristik tersebut diantaranya kepribadian, kebiasaan dan peran sosial. Faktor lainnya, seperti kuantitas lamanya pemberian dukungan, maka lama atau singkatnya pemberian dukungan tergantung pada kapasitas atau kemampuan pemberi dukungan dalam suatu periode tertentu.

Individu yang memiliki kematangan emosi serta dukungan sosial yang baik maka akan memiliki kecenderungan melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sosialnya dengan baik pula. Sehingga semakin baik kematangan emosi yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi ia dapat melakukan penyesuaian sosialnya. sebaliknya individu yang kurang dalam memiliki kematangan emosi, maka ia cenderung memiliki penyesuaian sosial yang rendah. Hal tersebut berlaku pula pada

dukungan sosial. Apabila seorang individu memiliki dukungan sosial yang tinggi, maka ia cenderung memiliki penyesuaian sosial yang tinggi, dan sebaliknya apabila seorang individu memiliki dukungan sosial yang rendah, maka ia cenderung memiliki penyesuaian sosial yang rendah pula.

Sebagaimana temuan Afifah (2019), bahwa seorang bina daksa yang sudah tinggal di asrama selama ±6bulan namun belum memiliki teman, hal ini menunjukkan bahwa ia kurang memiliki penyesuaian yang baik. Kondisi ini terjadi karena emosinya yang kurang matang seperti sifatnya yang pemarah, penyendiri dan suka membantah. Hal ini sejalan dengan teori Hurlock (2004) berpendapat bahwa anak yang tidak berhasil melakukan penyesuaian sosial dengan baik akan mengalami ketidakbahagiaan dan terbiasa untuk tidak menyukai dirinya sendiri. Akibatnya kemudian berkembang menjadi individu yang egosentris, introvert, tidak sosial, atau bahkan anti sosial yang keberhasilan dan kebahagiaan masa dewasanya terganggu. Seseorang yang tidak mengalami kematangan emosi akan menunjukkan perilaku yang ekstrim berorientasi pada diri sendiri, suka menunjukkan keterampilan tipu muslihat, suka mencari alasan ketika melakukan kesalahan sehingga menghindari dari rasa bersalah, selalu menghindar dari tugas-tugas yang menyulitkan dan mudah meledakkan emosinya (Kristianawati dan Djalali, 2014).

## **PENUTUP**

Penyesuaian sosial yang sehat terhadap lingkungan merupakan salah satu hal penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental bina daksa. Seorang bina daksa yang akan memperoleh pelatihan selama kurang lebih satu tahun dihadapkan pada masalah penyesuaian sosial. Masalah penyesuaian sosial ini muncul karena beragamnya tempat asal bina daksa.

Seorang bina daksa yang memiliki kematangan emosi serta dukungan sosial yang baik maka akan memiliki kecenderungan melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sosialnya dengan baik pula. Sehingga semakin baik kematangan emosi dan dukungan sosial yang dimiliki bina daksa maka akan semakin tinggi ia dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik. Sebaliknya, apabila bina daksa kurang memiliki kematangan emosi dan dukungan sosial, maka ia cenderung memiliki penyesuaian sosial yang rendah.

Untuk mempertahankan tingkat penyesuaian sosial bina daksa selama menjalankan pelatihan dalam jangka waktu tertentu, maka rekomendasinya adalah Bina daksa dapat mengetahui cara untuk mematuhi aturan-aturan asrama, saling peduli antara bina daksa dan juga saling terbuka antara teman dengan pembina, apabila membutuhkan tempat untuk bercerita. Selain itu peran pembina asrama dapat memberikan dukungan dengan stabil bagi bina daksa. Dukungan stabil dimaksud seperti lebih memperhatikan bina daksa, memberikan kesempatan pada bina daksa untuk bercerita, sehingga Pembina dapat mendengarkan saat mereka membutuhkan tempat untuk bercerita, Artinya Pembina asrama dapat menciptakan perasaan nyaman bagi bina daksa selama tinggal di asrama. Dengan demikian Bina Daksa dapat memperoleh pelajaran untuk mampu menyesuaikan diri dimanapun dia berada.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afifah, T.N, Purwandari, E., & Lestari, R. (2019). Hubungan Kematangan Emosi Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Sosial Pada Tunadaksa. Thesis. Magister Profesi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arkoff, A. (1968). Adjustment and Mental Health. New York: McGraw-Hill.

- Aziz, S. (2015). Pendidikan Seks Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Gava Media.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issue in Study and Application of Social Support: Social Support and Health. London: Academy Press Inc.
- Estiane, U. (2015). Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 29-40.
- Fatimah, E. (2008). Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Fitriana, A. (2013). Self Concept dengan Adversity Quotient pada Kepala Keluarga Difabel Tuna Daksa. *Jurnal Online Psikologi*, 1(1), 77-88.
- Froland, C., Brodsky, G., Olson, M., & Stewart, L. (2000). Social Support and Social Adjustment: Implications for Mental Health Professionals. *Community Mental Health Journal*, 36(1): 61-75.
- Hurlock, E. B. (2004). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Krisnan. (2017). 10 Penyandang Disabilitas di Indonesia yang Berprestasi, <http://meenta.net/10-penyandang-disabilitas-di-indonesia-yang-berprestasi>, diakses 5 Januari 2019
- Kristianawati, E., & Djalali, M. A. (2014). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri Dengan Penyesuaian Sosial. *Persona*, 247-252.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & FitzGerald, D. P. (1990). Adolescent Attachment, Identity, and Adjustment to College: Implications for The Continuity of Adaption Hypothesis. *Journal of Counseling & Development*, 68, 561-565.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Mediasi Efikasi Diri. *Jurnal Sains Psikologi* Jilid 6 No. 2 November, 68-74.
- Poovizhi, P., & Senthil, K. R. (2017). A Study On Emotional Maturity and Social Adjustment in Visually Challenged Students in Chennai District. *Indian Journal of Research*, 6(1): 218-219.
- Pusdatin. (2014). Penyandang Disabilitas Pada Anak. Jakarta: Datinkes.
- Rajan, M. S. (2012). A Study Of Emotional Maturity And Adjustment Of B.Ed., Trainees In Cuddalore District. *Golden Research Thoughts*, 2(3): 1-3.
- Sarafino, E. P. (2006). Health Psychology: Biopsychological Interactions. Fifth edition. New York: John Wiley and sons. Inc.
- Schneiders, A. A. (1964). Personal Adjustment and Mental Health. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Smet, B. (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Trijoko, H. (2018). Fahmi Husein, Penyandang Disabilitas Asal Sleman Yang Berprestasi, <http://www.inews.id/yogya/amp/fahmi-husein-penyandang-disabilitas-asal-sleman-yang-berprestasi>, diakses 5 Januari 2019
- Yusuf, S. (2011). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja (Cetakan Ketigabelas). Bandung: Remaja Rosdakarya