

**PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII DI
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Strata
Satu (S1) Jurusan Bimbingan dan Konseling*



**Oleh
Chenrika Arabella Tjeriawan
NIM. 18006090**

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI

**PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII DI
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

Nama : Chenrika Arabella Tjeriawan
NIM/BP : 18006090/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 31 Juli 2023

Disetujui Oleh:

Kepala Departemen/Prodi

Pembimbing Akademik



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001



Indah Sukmawati, M.Pd., Kons.
NIP. 19781115 200812 2 001

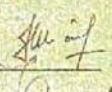
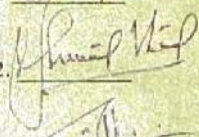

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di Sekolah Menengah Pertama
Nama : Chenrika Arabella Tjeriawan
NIM : 18006090
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 31 Juli 2023

Tim Penguji,

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Indah Sukmawati, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota 1	: Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota 2	: Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Chenrika Arabella Tjeriawan
NIM/BP : 18006090/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di Sekolah Menengah
Pertama

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 31 Juli 2023

Saya yang menyatakan



Chenrika Arabella Tjeriawan

NIM.18006090

ABSTRAK

Chenrika Arabella Tjeriawan. 2023. Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di Sekolah Menengah Pertama. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penyesuaian diri merupakan kemampuan yang dimiliki siswa untuk dapat menyesuaikan keadaan diri dengan lingkungan sehingga dapat diterima dengan baik oleh lingkungan. Fenomena yang ditemui di lapangan menunjukkan masih ada siswa yang sulit menyesuaikan diri di sekolah yang baru dimasukinya. Siswa kelas VII SMP mengalami transisi dari sekolah dasar yang mana terjadi perbedaan dari sistem belajar, perubahan dari satu guru menjadi banyak guru dan dari kelompok teman sebaya yang homogen dan kecil menjadi kelompok teman sebaya yang lebih besar dan heterogen. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan (1) penyesuaian diri siswa kelas VII secara umum, dan (2) penyesuaian diri siswa kelas VII secara khusus yaitu penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian diri sosial.

Jenis penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan teknik analisis deskriptif. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 144 siswa kelas VII dan sampel yang berjumlah sebanyak 53 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket model skala *likert*.

Hasil penelitian ini menemukan gambaran penyesuaian diri siswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan persentase sebanyak 30,19%. Jika ditinjau dari segi aspek penyesuaian diri pribadi berada pada kategori sedang dengan persentase 33,96%. Serta dari segi aspek penyesuaian diri sosial berada pada kategori tinggi dengan persentase 41,51%. Hal ini berarti siswa SMP Swasta Bina Satria Medan sudah cukup baik dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekolahnya.

Kata Kunci: Penyesuaian, Diri

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmat kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di Sekolah Menengah Pertama”.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena tanpa bantuan dari berbagai pihak tersebut peneliti tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini peneliti mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dan meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan, ilmu dan motivasi yang sangat bermanfaat, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons dan Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons. Selaku tim kontribusi yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, memberi masukan serta saran demi kesempurnaan skripsi.
3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., selaku ketua Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

4. Bapak Dr. Afdal, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku sekretaris Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
5. Ibu Gusni Dian Suri, S.Pd., M.Pd. selaku salah satu penimbang instrumen penelitian yang telah memberikan masukan motivasi, ide, serta ilmu yang bermanfaat, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Dosen Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.
7. Bapak Ramadi sebagai pegawai tata usaha Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
8. Ibu Rusdah Lubis, S.Pd., M.M, selaku kepala sekolah SMP Swasta Bina Satria Medan yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian ini,
9. Guru BK SMPS Bina Satria Medan yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
10. Seluruh anggota keluarga atas do'a dan dorongan moril dan materil terhadap peneliti, terutama kepada orang tua terkasih dan tersayang Ayahanda Roni Tjeriawan dan Ibunda Evi Elliza yang senantiasa memberikan do'a dan *support* kepada peneliti. Selanjutnya kepada saudara tersayang Adik Chendika Rovi Tjeriawan dan Suami tercinta Dian Rizky yang selalu memberikan semangat dan doa kepada peneliti dalam penyusunan skripsi.

11. Sahabat tersayang yang sama-sama berjuang, memberikan motivasi, semangat dan solusi dalam menyelesaikan skripsi ini Vrida Apriliani, Desvira Eka Putri, Cici Adelia Azmi, Ravida Aziz, Siska Permata Sari, Ditya Lufita, Eiga Sasqia Syam Audina, Siti Nurhaliza dan Ratri Fadilla.

12. Teman-teman BK seperjuangan, sahabat, dan kakak-kakak senior yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan semangat kepada peneliti, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisinya. Peneliti sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata dengan kerendahan hati dan kekurangan yang ada pada peneliti berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat kepada pembaca.

Padang, Agustus 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Asumsi Penelitian	11
G. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Kajian Pustaka.....	13
1. Pengertian Penyesuaian Diri	13
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	14
3. Karakteristik Penyesuaian Diri.....	16
4. Faktor-Faktor Penyesuaian Diri	19
B. Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling	21
C. Penelitian Relevan.....	23
D. Kerangka Berpikir.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Populasi dan Sampel	26
C. Jenis dan Sumber Data	28
D. Definisi Operasional	29
E. Instrumen Penelitian.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data	34
G. Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	37
1. Deskripsi Penyesuaian Diri	37
2. Penyesuaian Diri Aspek Pribadi.....	38
a. Indikator Mengenal Kekurangan dan Kelebihan Diri.....	39
b. Indikator Bertindak Objektif Sesuai dengan Kondisi dan Potensi Diri	40
3. Penyesuaian Diri Aspek Sosial	41
a. Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Aturan/Norma	42
b. Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Hukum	43
c. Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Adat Istiadat.....	44
d. Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Nilai	45
B. Pembahasan Hasil Penelitian	46
C. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Simpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR RUJUKAN	57
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	27
Tabel 2. Skor Jawaban Angket Penelitian.....	31
Tabel 3. Kisi-Kisi Penyesuaian Siswa Kelas VII.....	32
Tabel 4. Hasil Uji Validasi Instrumen Penelitian.....	33
Tabel 5. Reliabilitas Instrumen Penyesuaian Diri.....	34
Tabel 6. Kategori Skor Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan.....	36
Tabel 7. Deskripsi Penyesuaian Diri Siswa	37
Tabel 8. Deskripsi Penyesuaian Diri Siswa pada Aspek Penyesuaian Pribadi	38
Tabel 9. Deskripsi Penyesuaian Diri Pribadi pada Indikator Mengenal Kekurangan dan Kelebihan Diri	41
Tabel 10. Deskripsi Penyesuaian Diri Pribadi pada Indikator Bertindak Objektif Sesuai dengan Kondisi dan Potensi Diri	41
Tabel 11. Deskripsi Penyesuaian Diri Siswa pada Aspek Penyesuaian Sosial.....	41
Tabel 12. Deskripsi Penyesuaian Diri Sosial pada Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Aturan/Norma.....	42
Tabel 13. Deskripsi Penyesuaian Diri Sosial pada Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Hukum.....	43
Tabel 14. Deskripsi Penyesuaian Diri Sosial pada Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Adat Istiadat	44
Tabel 15. Deskripsi Penyesuaian Diri Sosial pada Indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Nilai.....	45

DAFTAR GAMBAR

Hal

Gambar 1. Kerangka Konseptual25

DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Tabulasi Rekap Judge Angket	63
Lampiran 2. Tabulasi Data Instrumen.....	67
Lampiran 3. Hasil Uji Validasi Penyesuaian Diri	68
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	74
Lampiran 5. Tabulasi Data Penyesuaian Diri	80
Lampiran 6. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Pribadi	82
Lampiran 7. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Pribadi pada Indikator Mengenal Kekurangan dan Kelebihan Diri dan Bertindak Objektif Sesuai dengan Kondisi dan Potensi Diri	84
Lampiran 8. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Pribadi pada Indikator Bertindak Objektif Sesuai dengan Kondisi dan Potensi Diri	86
Lampiran 9. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Sosial.....	88
Lampiran 10. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Sosial pada indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Aturan/Norma.....	90
Lampiran 11. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Sosial pada indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Hukum.....	92
Lampiran 12. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Sosial pada indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Adat Istiadat	94
Lampiran 13. Tabulasi Data Penyesuaian Diri Ditinjau dari Aspek Penyesuaian Sosial pada indikator Memiliki Pola Tingkah Laku yang Sesuai dengan Nilai	96
Lampiran 14. Surat Keterangan Izin Penelitian	98
Lampiran 15. Surat Keterangan Selesai Penelitian	99

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial tentu tidak mungkin bisa menjalani kehidupan tanpa manusia lain. Sudah bukan rahasia lagi bahwa segala bentuk kebudayaan, tatanan hidup, dan sistem kemasyarakatan terbentuk karena interaksi dan benturan kepentingan antara satu manusia dengan manusia lainnya. Sebagai makhluk sosial tentu tidak luput dari namanya interaksi atau komunikasi, maka akan terjadilah interaksi antara manusia yang satu dengan yang lainnya (Inah, 2013).

Manusia dikatakan sebagai makhluk sosial karena memiliki kebutuhan untuk menjalin hubungan dengan orang lain, maka manusia mencari manusia lain untuk menjalin hubungan atau berinteraksi (Sarwono, 2017). Berinteraksi merupakan suatu kebutuhan bagi setiap individu untuk saling memperoleh pertolongan, menjalin keakraban, memberikan kegembiraan, memotivasi, mengkritisi, dan memberikan saran.

Siswa sebagai remaja sekaligus makhluk sosial yang di dalam kehidupannya diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, karena pada masa remaja berkembang *social cognition*, yaitu kemampuan untuk memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai maupun perasaannya (Yusuf, 2004).

Masa remaja sering didefinisikan dengan masa yang rawan, menimbulkan kekhawatiran bagi para orangtua. Bagi remaja sendiri, masa

ini merupakan masa yang sangat menyenangkan, walaupun di sisi lain terdapat remaja yang merasa tidak bahagia dalam menjalani masa remajanya (Susanto, 2018). Masa remaja adalah masa peralihan yang ditempuh oleh seseorang dari kanak-kanak menuju dewasa.

Fenomena ini menunjukkan bahwa siswa tidak dapat terpisahkan dari lingkungan dan dirinya sendiri yang secara dinamis dan progresif mengalami perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan. Siswa dalam kehidupannya di sekolah memiliki kebutuhan sosial yang harus dipenuhi dalam interaksi di lingkungan sosial. Pemenuhan kebutuhan sosial tersebut merupakan modal untuk mencapai kehidupan yang lebih sehat, bergairah, penuh semangat, dan terbebas dari kecemasan dan keterasingan (Susanto, 2018).

Siswa mengalami transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah atau sekolah lanjutan tingkat pertama, siswa menghadapi fenomena yang teratas ke bawah (*top-dog phenomenon*), yaitu keadaan dimana siswa bergerak dari posisi yang paling atas (di sekolah dasar menjadi yang tertua, terbesar, dan paling berkuasa) menuju posisi yang paling rendah (di sekolah menengah atau sekolah lanjutan tingkat pertama yang paling muda, paling kecil, dan paling tidak berkuasa di sekolah) (Santrock, 2003).

Menurut Fatimah (2006) pada jenjang pendidikan menengah pertama siswa harus mengenal beberapa mata pelajaran dengan guru yang berbeda sifat dan karakteristiknya. Hal ini cukup sulit untuk dihadapi,

biasanya karakter yang dari sekolah dasar masih terbawa ke jenjang sekolah menengah pertama ini. Oleh sebab itu menurut Sunarto dan Hartono (2006) pada hakikatnya perkembangan kehidupan dipandang sebagai upaya mempelajari norma kehidupan dan budaya masyarakat agar mampu melakukan penyesuaian diri.

Sebagai contoh, mengenai perpindahan dari kelas enam di sekolah dasar menuju kelas tujuh di sekolah menengah pertama mengungkapkan bahwa remaja memiliki persepsi bahwa kualitas kehidupan sekolahnya menjadi menurun ketika di kelas tujuh. Di kelas tujuh, siswa menjadi kurang puas dengan sekolah, kurang melibatkan diri dengan sekolah, dan kurang menyukai gurunya. Hal tersebut sering kali menimbulkan masalah bagi banyak siswa yang kurang dapat menyesuaikan diri dengan situasi baru (Santrock, 2003).

Proses transisi dari sekolah dasar menuju sekolah tingkat pertama dapat menjadi tahun yang sangat sulit bagi banyak siswa. Terjadi perubahan dari kelas enam menuju kelas tujuh seperti perubahan dari suatu struktur kelas yang kecil menjadi lebih besar dan struktur sekolah yang lebih tidak personal, perubahan dari sistem satu guru menjadi banyak guru dan dari kelompok teman sebaya yang homogen dan kecil menjadi kelompok teman sebaya yang lebih besar dan heterogen, serta meningkatnya perhatian untuk mencapai prestasi dan unjuk kerja tertentu (Santrock, 2003).

Penyesuaian diri pada remaja, kemampuan yang dimiliki siswa untuk dapat menyesuaikan keadaan diri dengan lingkungan sehingga dapat

diterima dengan baik oleh lingkungan. Remaja sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan. Siswa sebagai remaja mempunyai pribadi yang unik karena memiliki perbedaan karakteristik antara satu dengan yang lain. Selain itu remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik di sekolah adalah siswa yang mempunyai orangtua yang menempatkan nilai yang tinggi kepada kepatuhan dan konformitas (Fitria., Marsidin & Nirwana, 2014).

Perkembangan remaja pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri yaitu usaha secara aktif mengatasi tekanan-tekanan dan mencoba mencari jalan keluar dari berbagai masalah yang dihadapinya. Idealnya orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik teman maupun orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang lain terhadap mereka menyenangkan.

Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah dengan segala keterbatasan, kemampuan, serta kepribadian telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungan dengan cara efisien, matang, bermanfaat, dan memuaskan. Kondisi demikian menuntut remaja memiliki kemampuan penyesuaian diri (Susanto, 2018).

Menurut Desmita (2011) faktor dari penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial di mana individu terlibat di dalamnya. Bagi siswa, faktor sosiopsikogenik yang dominan mempengaruhi penyesuaian

dirinya adalah sekolah, yang mencakup: (1) Hubungan guru-siswa, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam sekolah, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter, yang mencakup: (a) Penerimaan-penolakan guru terhadap siswa, (b) Sikap dominatif (otoriter, kaku, banyak tuntutan) atau integratif (permisif, sharing, menghargai dan mengenal perbedaan individu), (c) Hubungan yang bebas ketegangan atau penuh ketegangan. (2) Iklim intelektual sekolah, yang merujuk pada sejauh mana perlakuan guru terhadap siswa dalam memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual siswa sehingga tumbuh perasaan kompeten, yang mencakup: (a) Perhatian terhadap perbedaan individual siswa, (b) Intensitas tugas-tugas belajar, (c) Kecenderungan untuk mandiri atau berkonformitas pada siswa, (d) Sistem penilaian, (e) Kegiatan ekstrakurikuler, dan (f) Pengembangan inisiatif siswa.

Penyesuaian diri mencakup beberapa aspek. Aspek penyesuaian diri menurut Fatimah (2006) terdapat 2 aspek yaitu: (1) Penyesuaian pribadi, yaitu kemampuan individu untuk menerima dirinya, (2) Penyesuaian sosial, yaitu kemampuan individu dalam berinteraksi dengan orang lain.

Penyesuaian diri siswa di sekolah tidak selamanya dapat terlaksana dengan baik. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fatah, Susanti, Ariyanti, dan Nursyamsiyah (2021) yang berjudul “Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama SMP di masa Pandemi Covid 19” hasil penelitian menunjukkan sebanyak 81 orang siswa memiliki 40,74% penyesuaian diri yang cukup dan 59,26% memiliki penyesuaian diri yang kurang.

Hasil penelitian dari Nurfauziah, Hendriana, dan Suherman (2022) dengan judul “Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Soreang” hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa SMP Negeri 2 Soreang yang telah diwawancarai sebanyak 4 orang berada pada kategori rendah dalam berbagai macam penyebab dan faktor yang berbeda membuat mereka kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan sekolahnya.

Hasil penelitian dari Airen (2016) dengan judul “Penyesuaian Diri Siswa SMP Kelas VII di SMPIT Thariq Bin Ziyad Bekasi” diperoleh data penyesuaian diri sebanyak 40 orang atau 67% memiliki penyesuaian diri yang rendah, 9 orang atau 15% memiliki penyesuaian diri yang sedang dan 11 orang atau 18% memiliki penyesuaian diri yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa gambaran penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPIT Thariq Bin Ziyad adalah rendah.

Penyesuaian diri yang rendah akan menghambat tercapainya tujuan perkembangan perilaku positif yang diharapkan secara optimal. Biasanya siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah akan merasa takut untuk aktif maupun maju kedepan kelas dan bertanya kepada guru sehingga hasil belajar yang didapatkan tidak mencapai tujuan dan harapan. Secara umum penyesuaian diri dalam proses belajar di kelas sangat berpengaruh untuk perkembangan siswa itu sendiri. Dalam proses pembelajaran di sekolah biasanya banyak macam tingkah perilaku siswa yang terlihat, seperti ada siswa yang pintar tapi malu untuk aktif di kelas karena merasa takut disalahkan oleh pendidik. Dalam hal ini perlu adanya guru BK yang lebih

dapat memperhatikan masalah yang terjadi pada siswa yang mengalami penyesuaian diri yang kurang baik.

Supriatna (2014) menjelaskan bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu siswa untuk belajar. Selaras dengan pengertian dari bimbingan dan konseling, bimbingan dan konseling memiliki tujuan yaitu: pertama, memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya. Kedua, mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya kearah yang optimal. Ketiga, dapat menyesuaikan diri secara lebih baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya.

Interaksi dan komunikasi yang terjadi antara siswa dengan siswa dan siswa dengan guru hanya berjalan melalui online saja dan tidak secara langsung. Kondisi ini membuat siswa menjadi sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Dimana kondisi sekarang siswa sekolah dasar selama dua tahun terakhir menjalani pembelajaran secara online atau daring, sehingga untuk masuk pada tahun ajaran baru sekarang kondisi sekolah sudah berbeda yaitu *offline* atau luring. Sehingga dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa.

Hal tersebut sesuai dengan pembahasan oleh Fadilla, Relawati dan Ratnaningsih (2021) dimana siswa baru banyak yang merasa kebingungan serta cemas tentang apa yang harus dilakukannya. Hal ini terjadi karena selama ini siswa selalu belajar di sekolah secara tatap muka, bertanya dan berinteraksi secara langsung dengan guru dan teman sebaya apabila ada

materi yang tidak dipahami, berdiskusi secara langsung dan berada dalam pengawasan guru di kelas (Krisnani & Wardhani, 2020).

Siswa yang sudah terbiasa dengan sistem pembelajaran *online* yang dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun, karena waktu yang relatif *flexibel* tersebut membuat siswa menjadi lebih bersantai dari sebelumnya. Ketika siswa memasuki masa baru, yaitu sekolah seperti biasa dimana siswa harus mengikuti peraturan yang ada di sekolah akan kesulitan untuk beradaptasi di sekolah, karena sebelumnya menerapkan sistem pembelajaran *online*.

Terdapat beberapa ciri-ciri yang kurang baik menurut Fatimah (2006) yaitu individu dengan penyesuaian diri yang negatif adalah yang tidak mampu mengarahkan dan mengatur dorongan-dorongan dalam pikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan perilaku individu dalam menghadapi tuntutan dirinya dan masyarakat, serta tidak mampu menemukan manfaat dari situasi baru dalam memenuhi segala kebutuhan secara sempurna dan wajar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP S Bina Satria Medan terdapat empat sampai lima orang siswa yang sering absen masuk sekolah, karena siswa tersebut malas dan juga orang tua dari siswa tersebut kurang peduli jika anaknya tidak masuk sekolah. Sedangkan menurut guru mata pelajaran, respon yang diberikan setiap kelas berbeda-beda. Di kelas pertama, yaitu kelas 7-1 beberapa siswa masih menyesuaikan diri dengan kelas barunya dan masih malu-malu untuk menjawab pertanyaan dari

gurunya. Siswa di kelas kedua, yaitu kelas 7-2 masih kurangnya interaksi dan komunikasi dengan sesama teman di dalam kelas, dimana interaksi dan komunikasi yang terjadi hanya terjadi di dalam kelas hanya dengan teman yang dikenal saja. Sedangkan di kelas ketiga, yaitu kelas 7-3 siswa di kelas tersebut sudah mulai menyesuaikan diri dengan baik, sudah berani menjawab pertanyaan guru dan suasana kelas menjadi lebih hidup karena adanya interaksi dan komunikasi yang terjadi di dalam kelas.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji tentang “Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di SMP S Bina Satria Medan”, agar nantinya guru BK dapat memperoleh gambaran yang menyeluruh berkenaan dengan penyesuaian diri siswa sehingga dapat merancang pelayanan lebih baik lagi.

B. Identifikasi Masalah

Menurut Fatimah (2006) Penyesuaian diri memiliki beberapa faktor sebagai berikut : (1) faktor fisiologis, seperti kondisi fisik yang diwariskan, dan (2) faktor psikologis, banyak yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri seperti pengalaman, kebutuhan, determinasi diri, aktualisasi diri, frustrasi, depresi, dan sebagainya.

Menurut Desmita (2016) Penyesuaian diri memiliki beberapa faktor-faktor sebagai berikut: (1) konsep psikogenik seperti: hubungan orangtua-anak, iklim intelektual keluarga, iklim emosional keluarga dan , (2) konsep sosiopsikogenik seperti: hubungan guru-siswa, iklim intelektual siswa.

Terdapat pula penentu-penentu yang dapat dikelompokkan sebagai faktor-faktor proses penyesuaian diri menurut Sunarto dan Hartono (2006) sebagai berikut: (1) kondisi-kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, penyakit, dan sebagainya, (2) perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional, (3) penentu psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentuan diri (*self-determination*), frustrasi, dan konflik, (4) kondisi lingkungan khususnya keluarga dan sekolah, (5) penentu kultural, termasuk agama.

Berdasarkan beberapa faktor yang telah diuraikan, adapun identifikasi masalah penelitian pada SMP Swasta Bina Satria Medan sebagai berikut:

1. Adanya siswa baru yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan teman baru di kelas
2. Adanya siswa yang kurang mau berinteraksi dengan teman yang tidak dikenal
3. Adanya siswa yang masih malu menjawab pertanyaan dari guru

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, penulis memberikan batasan masalah agar permasalahan tidak meluas dan agar tetap fokus terhadap masalah yang diteliti. Maka dari itu, yang menjadi

fokus pembahasan dalam penelitian ini yaitu penyesuaian diri siswa kelas VII di sekolah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana penyesuaian diri siswa di sekolah SMPS Bina Satria Medan pada aspek penyesuaian pribadi?
2. Bagaimana penyesuaian diri siswa di sekolah SMPS Bina Satria Medan pada aspek penyesuaian sosial?

E. Asumsi Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi asumsi adalah:

1. Setiap siswa mempunyai penyesuaian dirinya yang berbeda-beda
2. Penyesuaian diri siswa dapat dikembangkan atau dilatih

F. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mendeskripsikan

1. Secara umum tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan penyesuaian diri siswa pada aspek penyesuaian pribadi.
2. Secara khusus tujuan penelitian ini adalah
 - a. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa pada aspek penyesuaian pribadi dilihat dari (1) mengenal kekurangan dan kelebihan diri, dan (2) bertindak objektif sesuai dengan kondisi dan potensi diri.

- b. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa pada aspek penyesuaian sosial dilihat dari memiliki pola tingkah laku yang sesuai dengan (1) aturan/norma, (2) hukum, (3) adat istiadat, dan (4) nilai.

G. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dapat dilihat secara teoritis dan praktis:

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang Bimbingan dan Konseling khususnya penyesuaian diri siswa

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru BK, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang bagaimana penyesuaian diri siswa, sehingga dapat merancang program BK yang dapat diberikan guru BK di sekolah agar lebih baik dalam memberikan pelayanan bagi siswa-siswinya dan sesuai dengan kebutuhan siswa.
- b. Bagi kepala sekolah, diharapkan dapat memberikan waktu kepada guru BK masuk ke dalam kelas.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Penyesuaian Diri

a. Pengertian Penyesuaian Diri

Kehidupan secara alamiah mendorong manusia untuk terus-menerus menyesuaikan diri (Fatimah, 2006). Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang memenuhi syarat (Sunarto & Hartono, 2006). Adapun menurut Novianty dan Purwanti (2021) penyesuaian diri adalah kesanggupan siswa untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan, baik di dalam keluarga, lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana individu tinggal dengan tuntutan di dalam diri sendiri (Schneiders, 1964). Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena

terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara diri sendiri dengan lingkungannya (Suryadi & Usman, 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.

b. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Fatimah (2006) menyatakan bahwa pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

1) Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dan potensi dirinya.

Keberhasilan penyesuaian diri pribadi ditandai oleh tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan, atau tidak percaya pada potensi dirinya. Sebaliknya kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibatnya antara individu dengan tuntutan

yang diharapkan oleh lingkungan. Hal inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan penyesuaian diri.

2) Penyesuaian Sosial

Dalam kehidupan di masyarakat terjadi proses saling memengaruhi satu sama lain secara terus menerus. Proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan anggota keluarga, masyarakat sekolah, teman sebaya, atau anggota masyarakat luas secara umum.

Aspek-aspek penyesuaian diri berikutnya dikemukakan oleh Desmita (2011), yaitu terdapat empat aspek :

- 1) Kematangan emosional yang mencakup seperti aspek kemandirian suasana kehidupan emosional, kebersamaan dengan orang lain, kemampuan untuk santai, bergembira dan menyatakan kejengkelan serta sikap dan perasaan terhadap kemampuan kenyataan diri sendiri
- 2) Kematangan intelektual yang mencakup seperti aspek kemampuan mencapai wawasan diri, memahami orang lain dan keragamannya, mengambil keputusan, dan keterbukaan dalam mengenal lingkungan.

- 3) Kematangan sosial yang mencakup seperti aspek-aspek keterlibatan dalam partisipasi sosial, kesediaan kerjasama, kemampuan kepemimpinan, sikap toleransi, dan keakraban dalam pergaulan.
- 4) Tanggung jawab yang mencakup seperti aspek-aspek dari sikap produktif dalam mengembangkan diri, melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel, bersahabat dalam hubungan interpersonal, kesadaran akan etika dan hidup jujur, melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai, dan kemampuan bertindak independen.

c. Karakteristik Penyesuaian Diri

Sesuai dengan kekhasan perkembangan fase remaja maka penyesuaian diri di kalangan remaja pun memiliki karakteristik tersendiri. Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang terdapat rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan tersebut mungkin terdapat dalam dirinya atau dari luar dirinya.

Hubungannya dengan rintangan tersebut ada individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah dengan segala keterbatasan, kemampuan serta