

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN
PENYESUAIAN DIRI SISWA
DI SMP NEGERI 7 BUKITTINGGI**

SKRIPSI

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

**Dosen Pembimbing
Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.**



Oleh

**RAHMADINI MONIKA
NIM. 16006079**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN SKRIPSI

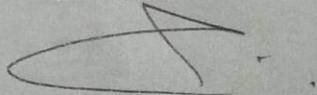
HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN
DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA DI SMP NEGERI 7 BUKITTINGGI

NAMA : Rahmadini Monika
NIM/TM : 16006079/2016
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Maret 2021

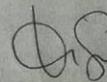
Disetujui Oleh:

Ketua Jurusan/Prodi



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

Pembimbing Akademik



Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.
NIP. 19810916 200912 2 002

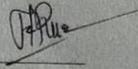
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi
Nama : Rahmadini Monika
NIM/TM : 16006079/2016
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Maret 2021

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	1. 
2. Anggota	: Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Triave Nuzila Zahri, S.Pd., M.Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Rahmadini Monika

NIM/TM : 16006079/2016

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul : Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri
Siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya saya 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, Maret 2021

Saya yang menyatakan,



Rahmadini Monika
NIM.16006079

ABSTRAK

Rahmadini Monika. 2021. “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri”. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk menghadapi perubahan pada lingkungan yang dilakukan dengan usaha mencapai hubungan harmonis antara tuntutan lingkungan dengan tuntutan yang ada dalam diri individu. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor lingkungan teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran penyesuaian diri siswa, dukungan teman sebaya, dan menguji hubungan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa.

Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan deskriptif dan korelasional. Populasi penelitian ini adalah siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi yang berjumlah 440 orang, dengan sampel sebanyak 210 siswa yang dipilih dengan teknik *Proportional Stratified Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri siswa dengan model skala *Likert*. Pengolahan data menggunakan *Microsoft Excel* dan untuk melihat hubungan kedua variabel menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan: (1) dukungan teman sebaya berada pada kategori tinggi dengan skor 125 dan persentase 59,52%, (2) penyesuaian diri berada pada kategori tinggi dengan skor 102 dan persentasenya 48,57%, (3) terdapat hubungan yang positif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri dengan $r_{xy} = 0,723$ dan taraf signifikan sebesar 0,000 yang menunjukkan tingkat hubungan pada koefisien kuat. Berkaitan dengan hal itu, guru BK dapat mempertahankan serta meningkatkan dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri siswa dengan menggunakan layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat bagi siswa.

Kata Kunci: Dukungan Teman Sebaya, Penyesuaian Diri.

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa”**. Shalawat dan salam tidak lupa peneliti kirimkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia kepada cahaya kehidupan.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Penulisan ini terlaksana berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik berupa moril maupun materil. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd. selaku penasehat akademik yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan arahan, motivasi dan saran kepada peneliti untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons. dan Ibu Triave Nuzila Zahri, S.Pd., M.Pd., Kons. selaku dosen penguji dan tim penimbang instrumen penelitian (*judgement*) yang telah memberikan masukan, motivasi, ide serta ilmu, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons. selaku ketua dan sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP.
4. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu, saran, motivasi dan bantuan kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Ramadi, selaku staf tata usaha Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu dalam administrasi.

6. Bapak Kepala Sekolah beserta Staf Tata Usaha dan Guru BK SMP Negeri 7 Bukittinggi yang telah mengizinkan dan memberikan bantuan peneliti dalam melaksanakan penelitian.
7. Keluarga tercinta, Ayahanda Syahrial, Ibunda Rosna Mirza, serta Kakak dan Abang tersayang Fenny Lovia Riana S.Pd. dan Septyan Wahyudi S.Pd., serta keluarga lainnya yang telah memberikan motivasi, do'a, semangat, bantuan dan dukungan yang tidak bisa dijelaskan atas kebaikannya kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada sahabat dan teman-teman peneliti yang memberikan doa, bantuan, dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
9. Kepada rekan-rekan BK 2016 yang telah memberikan semangat dan bantuan yang diberikan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, baik dari bentuk penyusunan maupun materinya. Peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang membangun dari semua pihak. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling.

Padang, April 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN SKRIPSI	i
PENGESAHAN TIM PENGUJI	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Asumsi Penelitian	10
F. Tujuan Penelitian	10
G. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Penyesuaian Diri	12
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	12
2. Karakteristik Penyesuaian Diri.....	13
3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri	18
4. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	22
B. Dukungan Teman Sebaya.....	29
1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya.....	29
2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya	32

3. Fungsi Dukungan Teman Sebaya.....	33
C. Kaitan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa.....	34
D. Layanan Bimbingan dan Konseling.....	35
E. Penelitian Relevan	40
F. Kerangka Konseptual.....	41
G. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Jenis Penelitian.....	43
B. Populasi dan Sampel	43
C. Jenis dan Sumber Data	48
D. Definisi Operasional.....	49
E. Instrumen dan Pengembangannya.....	49
F. Pengumpulan Data	53
G. Teknik Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Deskripsi Hasil penelitian	57
1. Dukungan Teman Sebaya.....	57
2. Penyesuaian Diri.....	62
3. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi	67
B. Pembahasan	68
1. Dukungan Teman Sebaya.....	68
2. Penyesuaian Diri.....	71
3. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi	75
C. Implikasi dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling.....	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	81
A. Simpulan	81
B. Saran	82

DAFTAR RUJUKAN	83
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Populasi	44
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	48
Tabel 3. Skor Jawaban Angket Penelitian Penyesuaian Diri	50
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Penyesuaian Diri	51
Tabel 5. Skor Jawaban Angket Penelitian Dukungan Teman Sebaya	52
Tabel 6. Kisi-kisi Dukungan Teman Sebaya.....	52
Tabel 7. Kategori Penskoran Variabel Penelitian Dukungan Teman Sebaya.....	54
Tabel 8. Kategori Penskoran Variabel Penelitian Penyesuaian Diri.....	55
Tabel 9. Nilai Korelasi Variabel Penelitian	56
Tabel 10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Teman Sebaya Siswa SMP Negeri 7 Bukittinggi	57
Tabel 11. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Dukungan Emosional	58
Tabel 12. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Dukungan Penghargaan...	59
Tabel 13. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Dukungan Instrumental ...	60
Tabel 14. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Dukungan Informasi	60
Tabel 15. Rekapitulasi Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya.....	61
Tabel 16. Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Siswa SMP Negeri 7 Bukittinggi	62
Tabel 17. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Kematangan Emosional ...	63
Tabel 18. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Kematangan Intelektual ...	64
Tabel 19. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Kematangan Sosial	65
Tabel 20. Distribusi Frekuensi dan Persentase Aspek Tanggung Jawab	65
Tabel 21. Rekapitulasi Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya.....	66
Tabel 22. Korelasi Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Di SMP Negeri 7 Bukittinggi	67

GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konseptual 41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pedoman Observasi dan Wawancara.....	89
Lampiran 2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	92
Lampiran 3. Rekapitulasi Judge Instrumen Penelitian.....	95
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	108
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	116
Lampiran 6. Tabulasi Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan.....	127
Lampiran 7. Tabulasi Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Berdasarkan Aspek-aspeknya	134
Lampiran 8. Tabulasi Data Hasil Penelitian Dukungan Teman Sebaya Secara Keseluruhan.....	151
Lampiran 9. Tabulasi Data Hasil Penelitian Dukungan Teman Sebaya Berdasarkan Aspek-aspeknya	158
Lampiran 10. Tabulasi Data Hasil Uji Korelasi Dukungan Teman Sebaya dan Penyesuaian Diri.....	175
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian dari Jurusan Bimbingan dan Konseling	177
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian dari Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bukittinggi	179
Lampiran 13. Surat Keterangan Balasan Izin Penelitian di SMP Negeri 7 Bukittinggi	181

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia akan mengalami perkembangan sejak masa bayi, masa kanak-kanak, masa pubertas atau masa remaja yang kemudian berkembang menjadi manusia dewasa. Santrock (2003) menjelaskan masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial.

Menurut Steinberg (2002) perubahan yang terjadi dalam remaja dimulai dari perubahan biologis berkaitan dengan matangnya alat reproduksi dan adanya perubahan fisik dari yang sebelumnya, seperti tumbuhnya payudara pada anak wanita serta tumbuhnya kumis pada anak laki-laki. Sedangkan perubahan kognitif pada remaja berkaitan dengan kemampuan berpikir yang sudah terkonsep secara abstrak dan memberikan hipotesis (mampu memikirkan hal-hal yang mungkin terjadi berdasarkan pengalaman). Selanjutnya, perubahan sosial pada remaja berkaitan dengan perubahan status dan peran sosial yang memungkinkan remaja ikut berperan serta dalam lingkungannya.

Selama masa remaja, seluruh tubuh mengalami perubahan, baik dibagian luar maupun dibagian dalam tubuh, baik dalam struktur tubuh maupun fungsinya serta perubahan psikisnya. Berbagai perubahan yang

terjadi pada masa remaja, jika remaja tersebut tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik akan berdampak buruk bagi perkembangan remaja itu sendiri. Suryani, Syahniar & Zikra (2013) mengatakan, remaja seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada masa puber sehingga remaja mencapai kepuasan terhadap diri dan lingkungan.

Penyesuaian adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungannya (Sunarto & Hartono, 2013). Reaksi yang dilakukan oleh manusia merupakan usaha untuk menyelaraskan keadaan dan kebutuhan diri dengan tuntutan lingkungan. Desmita (2011) mengatakan penyesuaian mencakup proses belajar untuk menghadapi keadaan baru melalui perubahan dalam tindakan atau sikap. Pembelajaran yang terjadi dalam proses penyesuaian merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan kebutuhan, keinginan, dan kehendak yang ada pada dirinya serta menyamakan dengan keadaan lingkungan.

Penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku individu itu sendiri dengan lingkungannya. Mayesti & Ilyas (2019) menjelaskan penyesuaian diri terhadap diri sendiri dilakukan dengan cara individu menerima keadaan diri sebagaimana adanya, sedangkan penyesuaian diri terhadap lingkungan dilakukan dengan cara individu dapat menerima kenyataan lingkungan sebagaimana adanya, dan menyadari bahwa memang demikianlah keadaan lingkungan. Sehingga,

terwujud tingkat keselarasan atau harmonis antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana individu tinggal.

Penyesuaian diri yang diperlukan oleh remaja, terlebih lagi remaja yang bersekolah memiliki kemampuan dalam mereaksi kenyataan-kenyataan saat menghadapi peraturan yang ada di sekolah, kemampuan dalam mereaksi hubungan sosial dengan guru, kemampuan dalam mereaksi hubungan sosial dengan sesama siswa, kemampuan dalam mereaksi situasi-situasi mata pelajaran serta kemampuan dalam mereaksi situasi-situasi terhadap fasilitas sekolah. Sesuai dengan pendapat Sundari (2005) penyesuaian diri siswa di sekolah berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap peraturan di sekolah, penyesuaian diri terhadap guru, dan penyesuaian diri terhadap pelajaran di sekolah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusdayanti, Halimah, & Faisaluddin (2011) di SMA Pasundan 2 Bandung kelas XI, didapatkan hasil sebanyak 47,5% siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik, sedangkan 52,5% siswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik. Permasalahan yang terjadi pada siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik, terlihat dari fenomena banyaknya siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan situasi sosial, adanya siswa yang membolos saat jam pelajaran berlangsung, terlambat datang ke sekolah, lalai dalam mengerjakan tugas, menyontek, berpakaian tidak sesuai dengan aturan sekolah, merokok bahkan minum-minuman beralkohol, dan menggunakan obat terlarang di lingkungan sekolah.

Fenomena ini dapat terjadi karena adanya ketidakseimbangan diri siswa dengan tuntutan lingkungan yang tergambar dalam aturan di sekolah.

Pada dasarnya, penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya, yang mendorong individu untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku yang tepat untuk membebaskan diri dari ketegangan atau konflik. Gerungan (2009) menjelaskan bahwa individu memerlukan hubungan dengan lingkungan yang akan membantu perkembangan serta memberikan hal-hal yang diperlukan dalam perkembangan. Maka dari itu, interaksi yang terjadi dengan lingkungan, memberikan gambaran kepribadian, kecakapan, dan kegiatan yang dilakukan oleh individu.

Individu yang menyesuaikan diri secara wajar di lingkungan hidupnya akan merasa puas terhadap diri dan terhadap lingkungannya dengan kemampuan serta usaha yang dilakukannya. Banyak individu yang tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, akibatnya membuat dirinya gelisah dan memiliki konflik batin dengan dirinya sendiri. Wills (2012) menjelaskan bahwa kegagalan dalam penyesuaian diri disebabkan pengalaman menyakitkan masa lalu yang akan menjadi trauma pada masa kini.

Faktor lingkungan yang dianggap menciptakan penyesuaian diri yang baik pada remaja, yaitu lingkungan keluarga yang harmonis, lingkungan sekolah, dan lingkungan teman sebaya (Fatimah, 2006). Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama dan sangat penting bagi remaja dalam proses

penyesuaian dirinya. Selanjutnya, lingkungan sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Sedangkan lingkungan teman sebaya, merupakan lingkungan di luar keluarga yang membantu penyesuaian diri remaja.

Ali & Asrori (2012) menjelaskan bahwa dalam keluarga menuntut para anggotanya menyesuaikan perilaku terhadap hak dan harapan anggota keluarga yang lain. Keluarga dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu karena menjadi sumber pengaruh sosialisasi yang menjadi syarat proses penyesuaian diri. Kedekatan antar anggota keluarga juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu karena akan menciptakan iklim psikologis dalam kehidupan keluarga.

Pada lingkungan sekolah, remaja dihadapkan dengan berbagai bentuk peraturan yang harus dipatuhi, bermacam-macam kondisi dan keadaan dalam lingkungan belajar, seperti, komunikasi dengan guru, kondisi kelas yang ribut, teman-teman yang suka memilih teman dan lain sebagainya (Sagita, Erlamsyah & Syahniar, 2013). Dengan demikian, siswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik agar dapat mengembangkan diri dalam mencapai kesuksesan.

Penyesuaian diri dengan teman sebaya meliputi penyesuaian diri terhadap peraturan kelompok teman sebaya, kegiatan sosial dan sikap teman sebaya. Penelitian yang dilakukan Handaramon, Syahniar & Netrawati (2019) menjelaskan bahwa kebutuhan penyesuaian diri dengan teman sebaya timbul

sebagai akibat keinginan bergaul remaja dengan teman sebaya. Hubungan yang erat dan harmonis antar remaja dengan teman sebaya dihadapkan pada penerimaan dan penolakan terhadap keberadaannya dalam pergaulan.

Agustina (2014) mengungkapkan dalam perkembangan remaja teman sebaya sangatlah berperan penting. Peran teman sebaya terhadap remaja berkaitan dengan sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku. Proses penyesuaian diri yang dilakukan terhadap teman sebaya, remaja dihadapkan pada masalah penerimaan atau penolakan akan kehadirannya dalam pergaulan. Apabila remaja sampai ditolak oleh teman sebayanya ia akan mengalami kekecewaan. Remaja perlu menghindarinya dengan memiliki sikap, perasaan, dan keterampilan perilaku yang menunjang penerimaan kelompok teman sebaya.

Papalia, Olds & Feldman (2009) menjelaskan mengenai hubungan pertemanan yang baik terlihat dari adanya hubungan timbal balik antara remaja dengan teman sebaya yang memunculkan penyesuaian diri. Remaja yang memiliki pertemanan yang dekat dan mendukung, umumnya memiliki pandangan yang baik tentang diri sendiri, menjalani pendidikan di sekolah dengan baik, mampu bergaul serta memiliki kemungkinan kecil untuk menjadi kasar, cemas dan depresi. Remaja menginginkan teman yang mempunyai minat dan nilai-nilai yang sama dengan dirinya, ini artinya remaja menginginkan dirinya diterima oleh teman sebayanya (*peer group*) (Melka, Ahmad, Firman, Syukur, Sukmawati & Handayani, 2017).

Remaja memiliki kecenderungan bahwa teman sebaya adalah tempat untuk belajar bebas dari orang dewasa, belajar menyesuaikan diri dengan standar kelompok, belajar berbagai rasa, bersikap positif, belajar menerima, dan melaksanakan tanggung jawab, belajar berperilaku sosial yang baik, dan belajar bekerja sama (Agustina, 2014). Teman sebaya dapat menjadi sarana individu untuk melakukan *sharing*, memberikan masukan, dan saling memberikan dukungan.

Dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi bagaimana individu bersikap di lingkungan sekitar. Ali & Asrori (2012) mengatakan bahwa peran teman sebaya dalam penyesuaian diri dapat berupa pemberian dukungan sosial. Adanya dukungan sosial teman sebaya, remaja akan merasakan kehangatan dan keakraban lingkungan sosial di kelompok teman sebaya. Hal ini membuat remaja akan mempersepsikan lingkungan teman sebaya sebagai tempat menyenangkan dan menyediakan rasa aman, nyaman, ketentraman hati, dan perasaan dicintai, sehingga remaja dapat melakukan kegiatan sosial sesuai dengan tugas perkembangannya (Astarini, Nirwana & Ahmad, 2016).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari & Ahyani (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada remaja. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan, semangat perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang

membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan satu guru BK di SMP Negeri 7 Bukittinggi pada hari Selasa tanggal 25 Februari 2020 diketahui bahwa masih ada siswa yang sering datang terlambat ke sekolah. Waktu keterlambatan siswa untuk tiba di sekolah bermacam-macam, ada siswa yang terlambat ketika gerbang hampir ditutup, ada sekitar 5 sampai 10 menit dari waktu yang telah ditentukan, bahkan ada pula yang terlambat lebih dari 30 menit dari waktu yang telah ditentukan sekolah. Selain itu, terdapat beberapa siswa yang sering melanggar peraturan sekolah. Tidak menggunakan atribut sekolah dan tidak menggunakan seragam sesuai aturan yang ditetapkan sekolah, seperti tidak memakai dasi pada siswa yang laki-laki. Saat proses pembelajaran yang sedang berlangsung terdapat beberapa siswa yang membolos.

Hal ini merupakan salah satu permasalahan dalam penyesuaian diri karena remaja tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan. Seharusnya sebagai seorang siswa, remaja harus mampu menaati peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah. Peraturan sekolah yang menjadi bentuk dari ketentuan lingkungan yang semestinya siswa ikuti dan sesuaikan dengan dirinya.

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi”. Diharapkan

dapat mengungkapkan bagaimana hubungan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Adanya siswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri
2. Adanya siswa yang melanggar peraturan sekolah
3. Adanya siswa yang tidak mendapat dukungan dari teman sebayanya
4. Adanya siswa yang tidak diterima di kelompok sebayanya.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah ditemukan, maka pada penelitian ini dibatasi pada masalah dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi?
2. Bagaimana gambaran dukungan teman sebaya siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi?
3. Bagaimana hubungan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi?

E. Asumsi Penelitian

Penelitian ini berlandaskan pada asumsi sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri diperlukan untuk menyeimbangkan kebutuhan diri sendiri dan keadaan lingkungan.
2. Dukungan teman sebaya diperlukan untuk menampilkan penyesuaian diri yang baik.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan gambaran penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi.
2. Mendeskripsikan gambaran dukungan teman sebaya siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi.
3. Mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi.

G. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dapat dilihat secara teoretis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai hubungan dukungan teman sebaya dalam ilmu psikologi dengan penyesuaian diri siswa dalam ilmu perkembangan peserta didik.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pihak Sekolah, dengan adanya penelitian ini, pihak sekolah dapat mengadakan kegiatan yang memudahkan siswa dalam menyesuaikan diri, salah satunya dengan kegiatan yang diselenggarakan oleh pihak sekolah.
- b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK), sebagai salah satu masukan dalam merumuskan program dan memberikan pelayanan yang optimal untuk membantu proses penyesuaian diri siswa di sekolah.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi bahan rujukan atau perbandingan untuk meneliti permasalahan yang sesuai dengan penelitian yang dilakukan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa berinteraksi dengan dirinya, orang lain, dan lingkungan guna memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Salah satu upaya berinteraksi yang baik antara individu dengan individu lain, kelompok dan lingkungan yaitu harus mampu melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri dalam istilah psikologi, dikenal dengan *self adjustment* yang berarti peranan untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan agar terjadi keserasian atau harmoni (Chaplin, 2009).

Sunarto & Hartono (2013) menyebutkan bahwa penyesuaian adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Selain itu, Rahmat (2018) mendefinisikan penyesuaian diri merupakan usaha beradaptasi, sesuai dengan hati nurani, norma sosial serta perencanaan dan pengorganisasian respons dalam menghadapi konflik dan masalah yang dilakukan secara terus menerus untuk mengubah tingkah laku guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan.

Menurut Desmita (2011) penyesuaian diri merupakan suatu unsur psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu

terhadap tuntutan baik dari lingkungan maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Sedangkan Ali & Asrori (2012) mendefinisikan penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan *behavioral* yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, dan konflik.

Penyesuaian diri yang berhasil, dilihat dari proses individu dalam menghadapi situasi-situasi baru di lingkungannya dan perilaku yang ditampilkan dapat diterima masyarakat sekitarnya (Prawira, 2016). Setiap individu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, karena dalam menyesuaikan diri merupakan salah satu bentuk interaksi yang didasari oleh adanya penerimaan atau saling mendekatkan diri.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, penyesuaian diri adalah sebuah proses yang dinamis melibatkan mental dan tingkah laku, agar individu dapat diterima sesuai dengan nilai-nilai, norma, dan kondisi lingkungan di sekitar individu. Penyesuaian diri juga merupakan suatu proses perubahan dalam diri individu yang mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hubungan yang selaras antara dirinya dengan orang lain serta lingkungannya.

2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Individu tidak selalu mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik dalam kehidupannya. Ada berbagai kendala yang mungkin dihadapi individu tersebut. Kendala-kendala yang dihadapi, membuat individu

menyesuaikan diri secara positif maupun negatif. Fatimah (2006) menyebutkan bahwa ada individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara positif, tetapi ada pula yang melakukan penyesuaian diri secara tidak tepat (salah suai). Karakteristik dari penyesuaian diri tersebut sesuai pendapat Fatimah (2006), dibatasi atas penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri yang salah. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Penyesuaian Diri yang Positif

Individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut, (1) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, (2) tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah, (3) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, (4) memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya, (5) mampu belajar dari pengalaman, dan (6) bersikap realistis dan objektif.

b. Penyesuaian Diri yang Salah

Penyesuaian diri yang salah ditandai oleh sikap dan tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian yang salah (1) reaksi bertahan, (2) reaksi menyerang, dan (3) reaksi melarikan diri. Penjelasannya sebagai berikut:

1) Reaksi Bertahan (*Defence Reactions*)

Individu dalam melakukan penyesuaian diri ini, berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Bentuk dari reaksi bertahan ini yaitu rasionalisasi (mencari-cari alasan), represi (menekan perasaan), proyeksi (menyalahkan orang lain), dan *sour grapes* (memutarbalikkan fakta).

2) Reaksi Menyerang (*Aggressive Reaction*)

Orang yang memiliki penyesuaian diri yang salah akan menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya sehingga tidak menyadari kegagalan dan kesalahannya. Reaksi menyerang ini dilakukan tanpa disadarinya.

3) Reaksi Melarikan Diri (*Escape Reaction*)

Individu yang memiliki penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang dapat menimbulkan kegagalan dan kesalahan bagi dirinya. Reaksi melarikan diri ini dilakukan untuk memuaskan keinginan yang tidak tercapai dan menghindari tanggung jawab terhadap kesalahan.

Ali & Asrori (2012) menjelaskan ada beberapa karakteristik penyesuaian diri pada remaja, (1) penyesuaian diri remaja terhadap peran dan identitas, (2) penyesuaian diri remaja terhadap pendidikan, (3) penyesuaian diri remaja terhadap kehidupan seks, (4) penyesuaian

diri remaja terhadap norma sosial, (5) penyesuaian diri remaja terhadap penggunaan waktu luang, (6) penyesuaian diri terhadap penggunaan uang, (7) penyesuaian diri remaja terhadap kecemasan, konflik, dan frustrasi. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Peran dan Identitas

Penyesuaian diri remaja bertujuan memperoleh identitas diri yang semakin jelas dan dapat dimengerti serta diterima lingkungannya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

b. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Pendidikan

Remaja dalam penyesuaian diri terhadap pendidikan berkaitan dengan perjuangan ingin meraih sukses dalam studi, tetapi dengan cara-cara yang menimbulkan perasaan bebas dan senang, terhindar dari tekanan dan konflik atau bahkan frustrasi.

c. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Kehidupan Seks

Penyesuaian diri remaja secara khas ingin memahami kondisi seksual dirinya dan lawan jenis, serta mampu bertindak untuk menyalurkan dorongan seksual yang dapat dimengerti dan dibenarkan oleh norma sosial dan agama.

d. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Norma Sosial

Penyesuaian diri remaja terhadap norma sosial, mengarah pada dua dimensi, yaitu remaja ingin diakui keberadaannya dalam masyarakat, dan remaja ingin bebas menciptakan aturan-aturan tersendiri yang

lebih sesuai untuk kelompoknya, tetapi menuntut agar dapat dimengerti dan diterima oleh masyarakat dewasa.

e. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Penggunaan Waktu Luang

Upaya penyesuaian diri remaja adalah melakukan penyesuaian antara dorongan kebebasannya serta inisiatif dan kreativitasnya dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat. Dengan demikian, penggunaan waktu luang akan menunjang pengembangan diri, dan manfaat sosial bagi remaja.

f. Penyesuaian Diri terhadap Penggunaan Uang

Perjuangan penyesuaian diri remaja adalah berusaha untuk mampu bertindak secara seimbang, melakukan penyesuaian antara kelayakan pemenuhan kebutuhannya dengan kondisi ekonomi orang tuanya. Dengan upaya penyesuaian, diharapkan penggunaan uang akan menjadi efektif dan efisien serta tidak menimbulkan keguncangan pada diri remaja itu sendiri.

g. Penyesuaian Diri Remaja terhadap Kecemasan, Konflik, dan Frustrasi

Strategi penyesuaian diri terhadap kecemasan, konflik dan frustrasi biasanya melalui suatu mekanisme yang disebut dengan mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*). Mekanisme pertahanan diri ini untuk menunjukkan proses tak sadar yang melindungi diri individu dari kecemasan, konflik, dan frustrasi melalui pemutarbalikan kenyataan.

3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Fatimah (2006) yang termasuk ke dalam aspek-aspek penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri sendiri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Keberhasilan penyesuaian diri pribadi ditandai oleh percaya terhadap potensi diri yang dimiliki. Sebaliknya, kegagalan penyesuaian pribadi ditandai oleh adanya kegoncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sehingga adanya jarak pemisah antara kemampuan individu dan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya.

b. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan sosial tersebut mencakup hubungan dengan anggota keluarga, masyarakat sekolah, teman sebaya atau anggota masyarakat luas secara umum.

Proses penyesuaian sosial dilakukan dengan adanya ikatan saling mempengaruhi satu sama lain yang terus menerus dan silih

berganti, terlebih lagi di lingkungan masyarakat. 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. Sebagai individu yang hidup di lingkungan masyarakat, yang harus dilakukan dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat tersebut. Setiap kelompok masyarakat atau suku bangsa memiliki sistem nilai dan norma sosial yang berbeda-beda. Saat terjadinya proses penyesuaian sosial, individu berkenalan dengan nilai dan norma sosial yang berbeda, lalu berusaha untuk mematuhi, sehingga menjadi bagian dan akan membentuk sebuah kebiasaan.

Selanjutnya, menurut Desmita (2011) penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, (1) kematangan emosional, (2) kematangan intelektual, (3) kematangan sosial, (4) tanggung jawab. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Kematangan Emosional

Kematangan emosional merupakan kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya dengan orang lain. Selain itu, mampu menyatakan emosinya secara perilaku yang wajar sesuai dengan fakta yang ada.

Kematangan emosional dalam penyesuaian diri mencakup beberapa aspek, yaitu (1) kemantapan suasana kehidupan emosional, (2) kemantapan suasana kehidupan bersama dengan orang lain, (3) kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelan, (4) sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.

b. Kematangan Intelektual

Kematangan intelektual merupakan kemampuan individu dalam memahami orang lain serta kemampuan dalam mengambil keputusan. Kematangan intelektual dalam penyesuaian diri mencakup beberapa aspek, yaitu (1) kemampuan mencapai wawasan diri sendiri, (2) kemampuan memahami orang lain dan keragamannya, (3) kemampuan mengambil keputusan, (4) keterbukaan dalam mengenal lingkungan.

c. Kematangan Sosial

Kematangan sosial merupakan keterlibatan individu dalam partisipasi sosial, kesediaan untuk berbagi serta memiliki hubungan yang baik dalam pergaulan. Kematangan sosial dalam penyesuaian diri mencakup beberapa aspek, yaitu, (1) keterlibatan dalam partisipasi sosial, (2) kesediaan kerja sama, (3) kemampuan kepemimpinan, (4) sikap toleransi, (5) keakraban dalam pergaulan.

d. Tanggung Jawab

Tanggung jawab individu dapat terlihat dari kemampuan individu dalam mengembangkan diri, kesediaan individu untuk menolong orang lain, dan mampu berempati kepada orang lain. Tanggung jawab dalam hal penyesuaian diri mencakup beberapa aspek, yaitu (1) sikap produktif dalam mengembangkan diri, (2) melakukan perencanaan dan melaksakanya secara fleksibel, (3) sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal, (4) kesadaran akan etika dan hidup jujur, (5) melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai, dan (6) kemampuan bertindak independen.

Johada (Rahmat, 2018) menyatakan bahwa dalam penyesuaian diri mempunyai empat unsur, (1) adaptasi (*adaption*), (2) konformitas (*conformity*), (3) penguasaan (*mastery*), (4) keberbedaan individu (*individual variation*). Penjelasannya sebagai berikut:

- a. Adaptasi (*Adaption*), yaitu penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan individu dalam beradaptasi. Individu yang penyesuaian dirinya baik berarti ia mempunyai hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya.
- b. Konformitas (*Conformity*), yaitu seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang baik apabila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya.

- c. Penguasaan (*Mastery*), yaitu orang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik mempunyai kemampuan dalam merencanakan dan mengorganisasikan sesuatu respon yang muncul dari dalam dirinya sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien.
- d. Keberbedaan Individu (*Individual variation*), yaitu ada perbedaan individu pada perilaku dan respon yang muncul dari tiap individu dalam menanggapi masalah.

4. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Faktor-faktor merupakan suatu penentu yang mendukung, mempengaruhi, atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian, yang identik dengan mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Ali & Asrori (2012) mengemukakan lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri remaja, (1) kondisi fisik, (2) kepribadian, (3) edukasi/pendidikan, (4) lingkungan, (5) agama dan budaya. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik yang mempunyai pengaruh terhadap proses penyesuaian diri, salah satunya struktur fisik dan tempramen sebagai disposisi yang diwariskan. Selanjutnya, yaitu sistem utama tubuh yang terdiri dari sistem syaraf, kelenjer, dan otot. Kondisi syaraf yang kurang baik akan berpengaruh terhadap kondisi mental yang membuat

penyesuaian dirinya kurang baik. Kesehatan dan penyakit jasmaniah juga merupakan suatu bentuk kondisi fisik yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang, dimana orang yang dalam keadaan sehat akan lebih mudah dalam penyesuaian dirinya. Karena kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan sebagainya.

b. Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri adalah (1) kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), (2) pengaturan diri (*self regulation*), (3) realisasi diri, (4) intelegensi.

c. Edukasi/Pendidikan

Belajar adalah unsur penting dalam pendidikan. Melalui proses belajar, individu dapat menyerap respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri yang akan berkembang.

d. Lingkungan

Lingkungan tersebut meliputi lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah yang berpengaruh kuat terhadap penyesuaian diri.

e. Agama dan Budaya

Agama dan budaya menentukan pola-pola penyesuaian diri individu, dimana individu tersebut dapat memahami baik-buruk, benar-salah dari agama dan lingkungan sosialnya.

Selanjutnya, Desmita (2011) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat dilihat dari konsep psikogenik dan sosiogenik. Psikogenik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis. Sedangkan, konsep sosiogenetik memandang penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat di dalamnya.

Konsep psikogenik lebih banyak berkaitan dengan latar belakang keluarga. Aspek-aspek keluarga yang akan mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu, (1) hubungan orangtua-anak, (2) iklim intelektual keluarga, (3) iklim emosional keluarga. Penjelasannya sebagai berikut:

- a. Hubungan orangtua-anak, merujuk pada iklim hubungan sosial dalam keluarga, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter. Hubungan ini terlihat dari (1) penerimaan-penolakan orangtua terhadap anak, (2) perlindungan dan kebebasan yang diberikan kepada anak, (3) sikap dominatif-integratif (permissif atau *sharing*), (4) pengembangan sikap mandiri-ketergantungan.

- b. Iklim intelektual keluarga, yang merujuk pada sejauhmana iklim keluarga memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual anak, pengembangan berpikir logis atau rasional. Hubungan ini terlihat dari, (1) kesempatan untuk berdialog logis, tukar pendapat dan gagasan, (2) kegemaran membaca dan minat kultural, (3) pengembangan kemampuan memecahkan masalah, (4) pengembangan hobi, (5) perhatian orangtua terhadap kegiatan belajar anak.
- c. Iklim emosional keluarga, merujuk pada sejauhmana stabilitas hubungan dan komunikasi di dalam keluarga terjadi. Hubungan ini terlihat dari, (1) intensitas kehadiran orang tua dalam keluarga, (2) hubungan persaudaraan dalam keluarga, (3) kehangatan hubungan ayah-ibu.

Sedangkan, konsep sosiogenetik yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa, yaitu, (1) hubungan guru-siswa, (2) iklim intelektual sekolah. Penjelasannya sebagai berikut:

- a. Hubungan guru-siswa, yang merujuk pada iklim hubungan sosial dalam sekolah, apakah hubungan tersebut bersifat demokratis atau otoriter. Hubungan ini terlihat dari, (1) penerimaan-penolakan guru terhadap siswa, (2) sikap dominatif (otoriter, kaku, banyak tuntutan) atau integratif (permissif, *sharing*, menghargai, dan mengenal perbedaan individu), (3) hubungan yang bebas ketegangan dengan penuh ketegangan.

- b. Iklim intelektual sekolah, yang merujuk pada sejauh mana perlakuan guru terhadap siswa dalam memberikan kemudahan bagi perkembangan intelektual siswa, sehingga tumbuh menjadi individu yang memiliki pengetahuan. Hubungan ini terlihat dari, (1) perhatian terhadap perbedaan individual siswa, (2) intensitas tugas-tugas belajar, (3) kecenderungan untuk mandiri atau berkonformitas pada siswa, (4) sistem penilaian, (5) kegiatan ekstrakurikuler, (6) pengembangan inisiatif siswa.

Selain itu, Fatimah (2006) menyebutkan pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya. Beberapa faktor lingkungan yang dianggap tepat menciptakan penyesuaian diri bagi remaja sesuai dengan Fatimah (2006), yaitu (1) lingkungan keluarga yang harmonis, (2) lingkungan sekolah, (3) lingkungan teman sebaya. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Lingkungan Keluarga yang Harmonis

Lingkungan keluarga yang harmonis yaitu di dalamnya terdapat cinta kasih, rasa menghormati, toleransi, rasa aman dan kehangatan, dimana seorang anak akan dapat melakukan penyesuaian diri secara sehat dan baik. Rasa dekat dengan keluarga merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwa seorang anak. Lingkungan keluarga juga merupakan lahan untuk mengembangkan berbagai kemampuan, yang dipelajarinya melalui permainan, senda

gurau, pengalaman sehari-hari di dalam keluarga. Dorongan semangat dan persaingan antar anggota keluarga yang dilakukan secara sehat memiliki pengaruh yang penting dalam perkembangan kejiwaan anak.

Di lingkungan keluarga, seorang anak mempelajari dasar-dasar dari cara-cara bergaul dengan orang lain. Biasanya yang menjadi acuan atau contoh figur adalah orangtua, tokoh pemimpin atau orang dewasa yang dituntut untuk menunjukkan sikap-sikap atau tindakan-tindakan yang baik.

Hasil interaksi seorang anak dengan keluarganya juga mempelajari sejumlah adat dan kebiasaan, seperti dalam hal makan, minum, berpakaian, cara berjalan, berbicara, duduk, dan sebagainya. Selain itu, di dalam keluarga masih banyak hal lain yang berperan dalam proses pembentukan kemampuan penyesuaian diri yang sehat, seperti rasa percaya pada orang lain atau diri sendiri, kerja sama, kehangatan dan rasa aman, semua hal itu sangat berguna bagi penyesuaian diri di masa depannya.

b. Lingkungan Teman Sebaya

Menjalin hubungan yang erat dan harmonis dengan teman sebaya sangatlah penting pada masa remaja. Suatu hal yang sulit bagi remaja adalah menjauh dan dijauhi oleh temannya. Remaja mencurahkan kepada teman-temannya apa yang tersimpan di dalam hatinya, dari angan-angan, pemikiran, dan perasaannya. Remaja akan

mengungkapkan kepada teman sebayanya yang akrab secara bebas dan terbuka tentang rencana, cita-cita dan kesulitan-kesulitan hidupnya.

Pengertian dan saran-saran dari teman-temannya akan membantu dalam menerima keadaan diri serta memahami hal-hal yang menjadikan dirinya berbeda dari orang lain dan anggota keluarganya. Semakin mengerti ia akan dirinya, semakin meningkatkan keadaannya untuk menerima diri sendiri, mengetahui kekuatan dan kelemahannya. Individu tersebut akan menemukan cara penyesuaian diri yang tepat yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya itu.

c. Lingkungan Sekolah

Sekolah mempunyai tugas yang tidak hanya terbatas pada masalah pengetahuan dan informasi saja, tetapi juga mencakup tanggung jawab moral dan sosial secara luas, dan kompleks. Demikian pula guru, tugasnya tidak hanya mengajar saja, tetapi juga berperan sebagai pendidik, pembimbing, dan pelatih bagi murid-muridnya. Pendidikan modern menuntut guru untuk mengamati perkembangan penyesuaian diri murid-muridnya serta mampu menyusun sistem pendidikan yang sesuai dengan perkembangan tersebut.

Dengan demikian, proses pendidikan merupakan pembentukan penyesuaian antara individu dengan nilai-nilai yang diharuskan oleh lingkungan, yang sesuai menurut kepentingan perkembangan individu.

Keberhasilan proses ini sangat bergantung pada cara kerja dan metode yang digunakan oleh guru dalam proses penyesuaian tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri merupakan syarat untuk memahami proses-proses penyesuaian diri, karena penyesuaian tumbuh dari hubungan-hubungan antara faktor-faktor tersebut dan tuntutan individu itu sendiri. Dari uraian yang telah dijelaskan di atas, jelaslah bahwa tidak hanya faktor internal saja yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri seseorang, akan tetapi faktor eksternal juga mempengaruhi penyesuaian diri.

B. Dukungan Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya

Teman sebaya adalah individu dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama (Santrock, 2003). Sementara itu, Papalia, Olds & Feldman (2009) berpendapat teman sebaya yaitu sebuah kelompok yang memberikan kasih sayang, simpati, pemahaman, dan proses sosialisasi, serta tempat bagi sebuah eksperimen dan pengaturan untuk mencapai kepuasan diri serta kemandirian dari orang tua. Teman sebaya merupakan tempat selain dari keluarga yang berada di rumah, yang memberikan kedekatan, perhatian serta pengaruh kepada remaja.

Santrock (2003) menjelaskan bahwa dalam perkembangan yang terjadi pada remaja peran teman sebaya sangat penting, karena teman sebaya

menyediakan sarana perbandingan dan sumber informasi di luar keluarga. Saat seseorang memasuki tahap remaja, ia dituntut untuk dapat mengembangkan kemampuan bersosialisasi dan mulai mandiri, lepas dari orang tua ataupun orang dewasa lainnya.

Teman sebaya mempunyai fungsi yang hampir sama dengan orangtua, yang bisa memberikan ketenangan ketika mengalami kekhawatiran (Desmita, 2011). Pada masa remaja waktu yang dihabiskan dengan teman sebaya lebih banyak dibandingkan dengan keluarga, itu membuat pengaruh teman sebaya sangat berpengaruh terhadap remaja. Ini disebabkan karena remaja memiliki waktu beraktivitas di luar rumah lebih tinggi dan hubungan serta interaksi dengan keluarga menjadi berkurang, sehingga membuat remaja tersebut mencari sosok dan kelompok yang diperlukannya pada saat itu.

Cowwie (2000) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya dibangun di atas sumber daya yang secara spontan ditawarkan teman satu sama lain dan dapat terjadi di mana saja, seperti di organisasi dan di kelompok mana pun. Dukungan teman sebaya sangat penting remaja karena remaja memiliki keinginan untuk diterima dalam kelompoknya, apa yang digunakan atau disampaikan oleh temannya membuat remaja cenderung untuk menirunya.

Tsalits (2013) mengatakan bahwa dukungan teman sebaya itu sendiri merupakan bagian dari dukungan sosial sehingga dukungan teman sebaya

dapat didefinisi sebagai dukungan sosial. Dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, serta dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Sarafino & Smith (2008) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain ataupun kelompok. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, teman sebaya, atau anggota masyarakat. Hal tersebut menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan menjadi dukungan sosial atau tidak, tergantung sejauh mana individu merasakan hal tersebut sebagai dukungan sosial.

Jadi, dukungan teman sebaya dapat disimpulkan bahwa suatu bentuk interaksi individu dengan tingkat usia yang sama, berupa dukungan serta melibatkan keakraban yang relatif besar di antara kelompoknya. Dengan adanya dukungan teman sebaya, dapat membantu remaja merasa diterima di kelompoknya sendiri. Teman sebaya dapat menjadi media dalam usaha pengarahan moral dan perilaku kedisiplinan, sehingga dukungan sosial teman sebaya berpengaruh pada pembentukan kepatuhan individu terhadap peraturan.

2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya

Cobb (dalam Del, Bravo & Lopez, 2010) mengatakan terdapat tiga komponen dalam dukungan sosial, yaitu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari jaringan sosial. Dukungan sosial yang diberikan individu kepada individu yang lain, terdapat beberapa bentuk menurut Sarafino & Smith (2008) yaitu, (1) dukungan emosional, (2) dukungan penghargaan, (3) dukung instrumental, dan (4) dukungan informatif. Penjelasannya sebagai berikut:

a. Dukungan Emosional

Aspek dukungan ini mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini membuat individu merasa orang-orang yang ada di sekitarnya memberikan perhatian pribadi pada dirinya dan membantu memecahkan masalah. Dukungan ini menyediakan rasa aman, ketentraman hati, perasaan dicintai bagi seseorang yang mendapatkannya.

b. Dukungan Penghargaan

Aspek dukungan ini terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif orang itu dengan orang lain.

c. Dukungan Instrumental

Aspek dukungan ini mencakup bantuan langsung, seperti saat orang memberi pinjaman uang kepada orang lain atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stres.

d. Dukungan Informatif

Aspek dukungan ini mencakup bantuan berupa nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik yang dibutuhkan.

Dari penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa dalam penyesuaian diri terdapat komponen-komponen yang akan membentuk aspek-aspek dukungan sosial yang diberikan, dimana aspek-aspeknya yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

3. Fungsi Dukungan Teman Sebaya

Agustina (2014) menjelaskan mengenai fungsi dari teman sebaya bagi remaja, sebagai proses belajar sosial (*sosial learning*), mempelajari kebudayaan masyarakat dan mempelajari peranan sosial yang baru. Teman sebaya memberikan kesempatan untuk mempersiapkan kehidupan dewasa nantinya, serta melalui teman sebaya, remaja akan belajar menjadi manusia yang baik sesuai dengan gambaran dan cita-cita masyarakatnya tentang kejujuran, keadilan, kerja sama, dan tanggung jawab.

Remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebayanya akan merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga

meningkatkan rasa harga diri mereka (Fadhilah, 2016). Seseorang dengan harga diri tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang positif, dalam hal meningkatkan sosial dengan lingkungan.

Jadi, fungsi dari dukungan teman sebaya itu sendiri merupakan interaksi awal bagi anak-anak dan remaja pada lingkungan sosial, selain keluarga. Kelompok teman sebaya berfungsi paling penting sebagai penyediaan suatu sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga.

C. Kaitan Dukungan Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa

Penyesuaian diri adalah suatu keadaan dimana individu dapat berinteraksi dengan lingkungannya untuk memenuhi kebutuhan bersosialisasi. Fatimah (2006) menjelaskan bahwa pada dasarnya, penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya. Beberapa faktor lingkungan yang dianggap tepat menciptakan penyesuaian diri yang sehat bagi remaja, yaitu lingkungan keluarga yang harmonis, lingkungan teman sebaya dan lingkungan sekolah.

Berdasarkan pemaparan di atas, bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh keadaan lingkungannya, dimana salah satunya yaitu lingkungan teman sebaya, jadi dapat dikatakan bahwa dukungan teman sebaya mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Remaja yang mendapatkan dukungan dari teman sebaya membantu dirinya melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri pada remaja merupakan suatu bentuk dari pengendalian dirinya dengan keadaan lingkungannya. Prayitno (2006) mengatakan bahwa pada remaja terjadi proses sosialisasi dengan aturan-aturan yang berlaku di masyarakat, sehingga nantinya mereka dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan kelompok teman sebaya maupun pada masyarakat umumnya. Peran teman sebaya bagi remaja yaitu sebagai penentu di terima atau tidaknya dalam kelompok dan sebagai tempat untuk meniru.

D. Layanan Bimbingan dan Konseling

Penyesuaian diri adalah salah satu aspek penting dalam usaha manusia untuk menguasai perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan akibat dorongan kebutuhan, serta usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan diri sendiri dengan tuntutan lingkungan, dan usaha untuk menyelaraskan hubungan tersebut secara realitas. Fatimah (2006) mengatakan lingkungan sekolah mempunyai pengaruh yang besar dalam membantu perkembangan mental remaja, yang termasuk di dalamnya penyesuaian diri. Salah satunya dengan adanya guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.

Bimbingan dan konseling merupakan program yang sangat membantu para siswa dalam mengembangkan perilaku belajar yang diharapkan, sehingga memungkinkan pengoptimalan capaian hasil belajar. Lebih khusus bagi siswa SMP dan SMA, karena selain menghadapi masalah kehidupan secara pribadi

serta tuntutan dalam keluarga dan masyarakat, pergaulannya sebagai remaja juga menghadapi hal-hal yang berbeda dari masa kanak-kanak (Sundah, 2016).

Prayitno (2012) menyebutkan bahwa bagi guru BK terdapat beberapa jenis layanan yang diberikan kepada siswa atau konseli yang membutuhkan bantuan. Sesuai dengan Permendikbud No. 81A tahun 2013 tentang implementasi kurikulum, menyebutkan layanan bimbingan dan konseling adalah kegiatan guru Bimbingan dan Konseling atau konselor dalam menyusun rencana pelayanan bimbingan dan konseling, melaksanakan pelayanan, bimbingan dan konseling, mengevaluasi proses dan hasil pelayanan bimbingan dan konseling serta melakukan perbaikan tindak lanjut memanfaatkan hasil evaluasi.

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, juga di atur dalam Permendikbud No. 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Permendikbud ini menjelaskan tujuan khusus pelaksanaan BK di sekolah, yaitu memfasilitas guru BK dalam merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi dan tindak lanjut layanan bimbingan dan konseling. Selanjutnya, memberi acuan dalam mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling secara utuh dan optimal dengan memperhatikan hasil evaluasi serta daya dukung sarana dan prasarana yang dimiliki. Selanjutnya, memberi acuan dalam *monitoring*, evaluasi dan supervisi penyelenggaraan bimbingan dan konseling.

Jenis-jenis layanan dalam BK yaitu, layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan koseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi, dan layanan advokasi.

Dari sepuluh jenis layanan BK tersebut, layanan yang dapat membantu siswa dalam masalah tentang penyesuaian diri adalah, (1) layanan informasi, (2) layanan penguasaan konten, (3) layanan bimbingan kelompok, (4) layanan konseling kelompok. Penjelasannya sebagai berikut:

1. Layanan Informasi

Layanan informasi berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Syafaruddin, Syarqawi & Siahaan (2019) mengatakan layanan informasi diberikan karena setiap orang membutuhkan informasi, dengan informasi setiap individu dapat mendapatkan berbagai kondisi tentang sesuatu. Sehingga dengan informasi itu, individu mendapatkan berbagai hal untuk menambah wawasan, pemahaman yang lebih mantap.

Pada saat memberikan layanan informasi kepada siswa, guru BK menentukan topik yang akan disampaikan sesuai dengan permasalahan yang sedang dialami oleh siswanya. Informasi dalam layanan ini mengacu pada seluruh bidang pelayanan konseling, yaitu bidang pengembangan pribadi, sosial, kegiatan belajar, perencanaan karir, kehidupan berkeluarga,

dan beragama. Topik layanan informasi yang diberikan pada siswa contohnya berkenaan dengan bagaimana tips agar mudah bergaul di lingkungan sekolah. Diharapkan setelah diberikan informasi mengenai bagaimana penyesuaian diri siswa dan dapat mengembangkan perilaku siswa ke arah yang lebih baik. Materi layanan informasi yang dapat diberikan mengenai dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri salah satunya yaitu tata krama pergaulan dengan teman sebaya.

2. Layanan Penguasaan Konten

Salah satu layanan yang ada dalam BK ialah layanan penguasaan konten. Layanan penguasaan konten menurut Prayitno (2012) yaitu layanan bantuan kepada individu untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar.

Layanan penguasaan konten diberikan agar siswa memiliki keterampilan tertentu sehingga ke depannya para siswa memiliki keahlian-keahlian yang dapat dijadikan sebagai kemampuan pribadinya. Layanan ini perlu diberikan kepada siswa agar wawasan, kemampuan, pemahaman siswa semakin bertambah sesuai dengan tuntutan masyarakat (Syafaruddin, Syarqawi & Siahaan, 2019).

Layanan penguasaan konten yang dapat diberikan guru BK pada siswa mengenai penyesuaian diri diantaranya cara bergaul dan berteman yang baik, cara berinteraksi yang benar, cara membangun ikatan hubungan yang baik dengan teman dan lingkungan. Dengan diberikannya layanan

penguasaan konten pada siswa diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai bagaimana penyesuaian diri yang baik di sekolah. Materi layanan penguasaan konten yang dapat diberikan mengenai dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri yaitu cara-cara berkomunikasi dengan teman sebaya.

3. Layanan Bimbingan Kelompok

Syafaruddin, Syarqawi & Siahaan (2019) menjelaskan layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada klien secara kelompok dengan jumlah anggota kelompok berkisar antara 10-15 orang. Dalam pelaksanaannya bimbingan kelompok dipimpin oleh satu orang konselor yang telah terampil dalam memimpin kegiatan kelompok, selanjutnya yang dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok yaitu membahas permasalahan atau topik umum tertentu yang hasil pembahasannya berguna bagi para anggota kelompok.

Salah satu topik yang dibahas yaitu berkaitan dengan penyesuaian diri di sekolah, baik itu masalah yang dibicarakan terkait dengan isu yang sedang hangat-hangatnya atau masalah penyesuaian diri yang sering dialami siswa di sekolah. Diharapkan dengan adanya layanan ini selain membantu mengentaskan masalah juga menambah wawasan dari anggota kelompok itu sendiri mengenai topik yang dibahas.

4. Layanan Konseling Kelompok

Syafaruddin, Syarqawi & Siahaan (2019) menjelaskan layanan konseling kelompok adalah layanan yang pelaksanaannya sama dengan layanan bimbingan kelompok namun pada layanan konseling kelompok topik atau masalah yang dibahas bersifat pribadi yaitu masalah itu memang merupakan masalah pribadi yang secara langsung dialami oleh para anggota kelompok yang menyampaikan topik atau masalah itu.

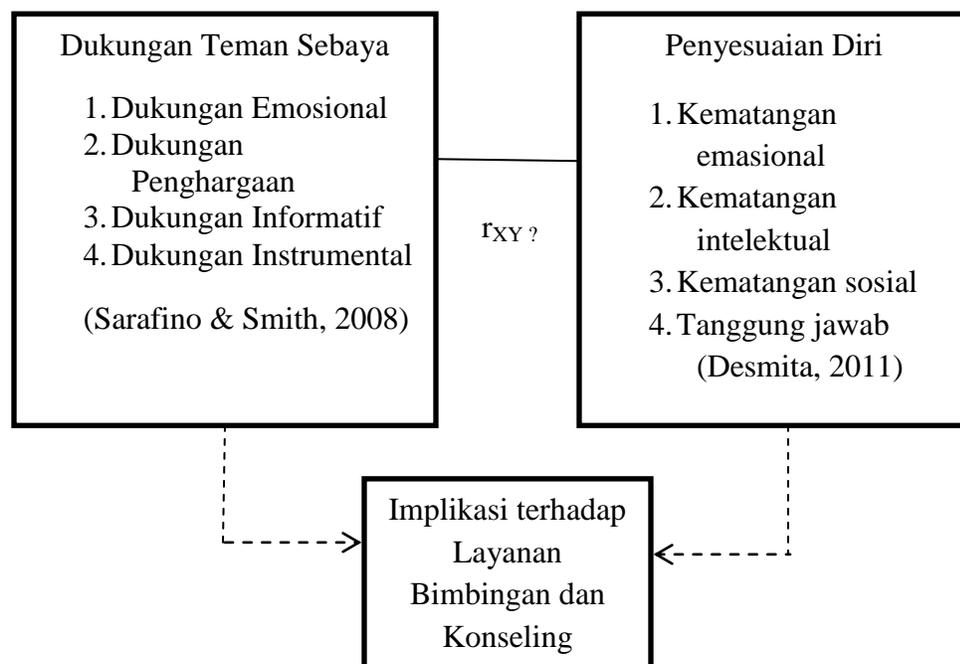
Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dilakukan layanan konseling kelompok, dengan salah satu masalahnya berhubungan dengan penyesuaian diri siswa. Siswa yang memiliki masalah ini dapat menceritakan masalah yang dihadapinya dan dapat bertukar pikiran dengan anggota kelompok sehingga permasalahan yang dialami dapat terentaskan.

E. Penelitian Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Kusdayanti, Halimah & Faisaluddin (2011) di SMA Pasundan 2 Bandung kelas XI, didapatkan hasil sebanyak 47,5% siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik, sedangkan 52,5% siswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik. Fenomena yang terlihat banyaknya siswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan situasi sosial, adanya siswa yang membolos, terlambat datang ke sekolah, lalai dalam mengerjakan tugas, mencontek, berpakaian tidak sesuai dengan aturan sekolah, merokok bahkan minum-minuman beralkohol dan menggunakan obat terlarang di lingkungan sekolah.

2. Penelitian yang dilakukan Rufaida & Kustanti (2017) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau di Universitas Diponegoro dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) 0,582 dengan $p > 0,05$. Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi skor dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi penyesuaian diri, dan begitu juga sebaliknya.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Handono & Bashori (2013) mendapatkan hasil semakin rendah dukungan sosial yang didapat seseorang maka semakin rendah penyesuaian diri yang dilakukan dimana ini akan menyebabkan terjadinya stres lingkungan.

F. Kerangka Konseptual



Gambar 1: Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual ini menjelaskan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk mengungkapkan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa, serta hubungan dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa.

G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

H_a : Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Dukungan teman sebaya pada siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi pada umumnya berada pada kategori tinggi. Artinya siswa telah mendapatkan dukungan dari teman sebaya dengan baik, namun masih terdapat siswa dengan dukungan dalam kategori sedang dan rendah.
2. Penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi pada umumnya berada pada kategori tinggi. Artinya sebagian besar siswa memiliki penyesuaian diri yang baik, namun masih masih terdapat siswa dengan penyesuaian diri dalam kategori sedang dan rendah.
3. Terdapat hubungan yang positif signifikan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 7 Bukittinggi. Data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pada tingkat koefisien kuat. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi penyesuaian diri dan sebaliknya jika semakin rendah dukungan teman sebaya, maka semakin rendah penyesuaian diri siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan penelitian, saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan dukungan kepada guru BK untuk dapat menyelenggarakan pelayanan Bimbingan dan Konseling untuk mencapai tugas perkembangannya secara pribadi dan sosial. Misalnya memberikan fasilitas berupa sarana dan prasarana agar guru BK mampu mempertahankan, meningkatkan keadaan diri siswa secara optimal, mengadakan acara-acara yang dapat memotivasi siswa agar berani dan bersikap bertanggung jawab serta berprestasi dalam bidang akademik atau non akademik.
2. Bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK), adanya hasil penelitian yang membuktikan bahwa keadaan dukungan teman sebaya dan penyesuaian diri berada pada kategori tinggi. Diharapkan guru BK juga dapat memberikan pelayanan BK yang tepat untuk membantu siswa yang masih kesulitan dalam menampilkan diri dan berhubungan dengan lingkungan sosialnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, terutama yang ingin meneliti dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri ini sebagai bahan rujukan dan meneliti secara lebih luas dan mendalam.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina, N. (2014). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Amrullah, N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Universitas Muhamadiyah Surakarta*, 1–12.
- Ardi, Z., Ibrahim, Y., & Said, A. (2012). Capaian Tugas Perkembangan Sosial Siswa dengan Kelompok Teman Sebaya dan Implikasinya Terhadap Program Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konselor*, 1(1), 1–8.
- Arikunto, S. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astarini, D., Nirwana, H., & Ahmad, R. (2016). Hubungan antara Konsep Diri Sosial, Persepsi Siswa tentang Dukungan Sosial Orangtua, dan Teman Sebaya dengan Komunikasi Interpersonal Siswa dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konselor*, 5(4), 247–257.
- Chaplin, J., P. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Cowie, H., & W. (2000). *Peer Support In Action*. London: Sage Publications Ltd.
- Del, V., J., F., Bravo, A., & Lopez, M. (2010). Parent and Peers as Providers of Support in Adolescent's Social Network. A Developmental perspective *Journal of Community Psychology. A Developmental Perspective Journal of Community Psychology*, 38(01), 16–27.
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fadhilah, F., F. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial Sebaya dan Gaya Pengasuh Ustadzah dengan Kepatuhan terhadap Peraturan pada Santriwati MTs Pondok Pesantren Mondren Islam Assalam Sukoharjo. *Thesis: Universitas Negeri Semarang*.

- Fatimah, E. (2006). *Psikoogi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fitri, N. F., & Adelya, B. (2017). Kematangan Emosi Remaja dalam Pengentasan Masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(2), 30–39.
- Fitria, & Zikra. (2021). Self Adjustment of High School Students with Peers and Its Implications in Guidance and Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 61–67.
- Gerungan. (2009). *Psikologi Sosial*. Bandung: Eresco.
- Habib, F. (2019). Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya. dengan Mekanisme Koping Lanjut Usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jember*, 1–7.
- Handaramon, Y., Syahniar, & Netrawati. (2019). Self-Adjustment of Truant Students In Vocational High School 5 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–7.
- Handono, O., T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Lingkungan pada Santri Baru. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79–89.
- Hendayani, N., & Abdullah, M. S. (2018). Dukungan Teman Sebaya dan Kematangan Karier Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 06(01), 28–40.
- Irianto, A. (2010). *Statistik: Konsep Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya*. Jakarta: Kencana Perdana Media Group.
- Kemendikbud. (2013). *Permendikbud Nomor 81A tentang Implementasi Kurikulum* Jakarta: Kemendikbud.
- Kemendikbud. (2014). *Permendikbud No. 111 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kumalasari, F., Ahyani, L., N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1).

- Kusdayanti, S., Halimah, L., & Faisaluddin. (2011). Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung. *Humanitas*, 08(02), 171–194.
- Marwa, S. L. (2020). Kematangan Sosial pada Mahasiswa Merantau di IAIN Surakarta Social Maturity Of Foreign Student At IAIN Surakarta. *Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(1), 1–16.
- Mayesti, S., & Ilyas, A. (2019). Adjustment of Students in Boarding Houses (Descriptive-Comparative Study of Students from Outside and in Sumatera Barat). *Jurnal Neo Konseling*, 1(1), 1–6.
- Melka, F., D., Ahmad, R., Firman., Syukur, Y., Sukmawati, I., & Handayani, P., G. (2017). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penerimaan Teman Sebaya serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Neo Konseling*, 00, 1–7.
- Papalia D., E., Olds S., W., & Feldman R., D. (2009). *Human Development (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prawira. P., T. (2016). *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan UNP.
- Prayitno, E. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Rahmat, P., S. (2018). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Bumi Aksara.
- Riduwan. (2015). *Metode dan Teknik Penyusunan Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rufaida, H., & Kustanti, E., R. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(3), 217–222.
- Sagita, D., D., Erlamsyah. & Syahniar. (2013). Hubungan antara Perlakuan Orangtua dengan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1(3), 1–10.

- Santrock, J., W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E., P., & Smith, T., W. (2008). *Healthy Psychology Biopsychosocial Interaction*. New York: Jhon Willey & Sons, Inc.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence*. New York: Mc. Graw Hill Companies.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto & Hartono, A. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Sundah, A. (2016). *Wawasan Konseling*. Sulawesi Utara: Yayasan Makaria Waya.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental (Sejarah Kesehatan Mental)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryani, L., Syahniar, & Zikra. (2013). Penyesuaian Diri pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2, 136–140.
- Syafaruddin, Syarqawi, A., & Siahaan, D., N. (2019). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling (Telaah Konsep, Teori, dan Praktik)*. Medan: Perdana Publishing.
- Tsalits, H., L. (2013). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Kontrol Perilaku dalam Merokok dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja SLTA. *Thesis: Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Wills, S., S. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Alfabeta.
- Winarsunu, T. (2002). *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, A., M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Zarniati, Alizamar, & Zikra. (2014). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Kegiatan Belajar Peserta Didik. *Jurnal Konselor*, 3(1), 12–16.