

**PENYESUAIAN DIRI SISWA DI SEKOLAH DAN IMPLIKASINYA
TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh,
WERRY KURNIAWAN
1100557/2011

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

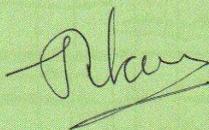
PENYESUAIAN DIRI SISWA DI SEKOLAH DAN IMPLIKASINYA
TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Nama : Werry Kurniawan
NIM/BP : 1100557/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Desember 2015

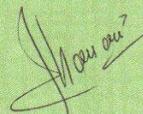
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons
NIP. 19540603 198110 1 001

Pembimbing II



Dra. Khairani, M.Pd., Kons
NIP. 19561013 198202 2 001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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

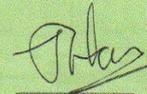
Judul : Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah dan Implikasinya
terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling
Nama : Werry Kurniawan
NIM/BP : 1100557/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 04 Desember 2015

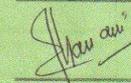
Tim Penguji:

Tanda Tangan

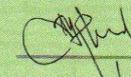
Ketua : Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons.



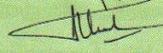
Sekretaris : Dra. Khairani, M.Pd., Kons.



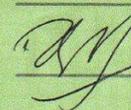
Anggota : Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons.



Anggota : Dra. Zikra, M.Pd., Kons.



Anggota : Dr. Afdal, M.Pd., Kons.



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Januari 2016

Yang Menyatakan,



Werry Kumiawan

ABSTRAK

Judul : **Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling**
Peneliti : **Werry Kurniawan**
Pembimbing : **1. Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons.**
2. Dra. Khairani, M.Pd., Kons.

Makna keberhasilan pendidikan seorang siswa terletak antara lain pada sejauh mana yang telah dipelajari itu dapat membantu yang bersangkutan menyesuaikan diri dengan kebutuhan dan tuntutan lingkungan kehidupannya. Setiap siswa mestinya mampu melakukan penyesuaian diri, namun pada kenyataannya masih ada siswa yang belum mampu melakukan penyesuaian diri di sekolah, diantaranya siswa tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, siswa tidak menyukai metode mengajar guru, dan masih ada siswa yang melanggar peraturan sekolah, seperti merusak fasilitas belajar sekolah, datang terlambat dan mengenakan seragam sekolah yang tidak rapi. Tujuan penelitian ini adalah mengungkapkan penyesuaian diri siswa di sekolah yang meliputi (1) penyesuaian diri terhadap guru, (2) penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, (3) penyesuaian diri terhadap teman sebaya, (4) penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah, dan (5) penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan populasi seluruh siswa kelas X, kelas XI, dan kelas XII di SMA Negeri 1 Painan sebanyak 782 siswa. Penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling*, dan diperoleh sampel sebesar 89 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dengan jumlah item pernyataan 42 butir. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik statistik dengan menentukan nilai mean, standar deviasi, dan skor untuk menentukan kategori penyesuaian diri siswa..

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa, (1) penyesuaian diri terhadap guru cenderung cukup baik, (2) penyesuaian diri terhadap mata pelajaran cenderung cukup baik, (3) penyesuaian diri terhadap teman sebaya cenderung cukup baik, (4) penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah cenderung cukup baik, dan (5) penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah cenderung baik.

Dari hasil penelitian yang diperoleh, disarankan kepada guru bimbingan dan konseling agar dapat merumuskan dan membuat program pelayanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa dalam meningkatkan penyesuaian diri di sekolah secara optimal. Kemudian kepada siswa diharapkan untuk bisa mengembangkan kemampuan penyesuaian diri di sekolah, agar tercapainya tujuan belajar dan sukses dalam prestasi akademik.

KATA PENGANTAR



Tiada ungkapan yang lebih berarti selain rasa syukur yang mendalam kehadiran Allah SWT, oleh karena kasih dan kemurahannya yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dengan segala keterbatasannya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”**. Shalawat beserta salam kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah mengantarkan kita ke alam yang berilmu pengetahuan.

Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, saran dan masukan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si.,Kons. selaku dosen pembimbing I dan Ibu Dra. Khairani, M.Pd., Kons selaku pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, ilmu dan saran kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Dosen penguji, Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons., Ibu Dra. Zikra, M.Pd., Kons., dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., yang telah bersedia menjadi penguji dalam penelitian ini.
3. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons. dan Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons. selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

4. Kepala SMA Negeri 1 Painan dan semua guru BK, staf pengajar dan pegawai tata usaha, serta siswa-siswi yang telah berusaha meluangkan waktu dan bersedia memberikan bantuan selama pengumpulan data dalam penelitian ini.
5. Kedua orangtua tercinta, Ibu Murnayenti, S.Pd dan Ayah Darlis beserta seluruh anggota keluarga tercinta yang senantiasa memberikan motivasi, semangat, kasih sayang dan bantuan secara moril untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling, khususnya angkatan 2011 yang senantiasa memberikan motivasi dan masukan demi penyelesaian skripsi ini.

Untuk kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bimbingan dan konseling. Tidak lupa peneliti ucapkan terima kasih atas saran dan kritikan yang diberikan demi kesempurnaan skripsi ini.

Padang, Desember 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Asumsi.....	8
G. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Penyesuaian Diri	10
1. Pengertian Penyesuaian Diri	10
2. Karakteristik Penyesuaian Diri.....	11
3. Macam-macam Penyesuaian Diri.....	13
4. Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....	16
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	18
6. Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah.....	19
B. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	24
C. Penelitian yang Relevan	27
D. Kerangka Konseptual	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	32
B. Defenisi Operasional.....	32
C. Populasi dan Sampel	33

1. Populasi	33
2. Sampel	34
D. Jenis dan Sumber Data	38
1. Jenis Data.	38
2. Sumber Data.....	38
E. Instrumen Penelitian.....	39
F. Pengumpulan Data	40
G. Teknik Analisis Data	44
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	45
1. Penyesuaian Diri terhadap Guru	45
2. Penyesuaian Diri terhadap Mata Pelajaran.....	46
3. Penyesuaian Diri terhadap Teman Sebaya	47
4. Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Fisik Sekolah	49
5. Penyesuaian Diri terhadap Peraturan Sekolah	50
6. Penyesuaian Diri Siswa secara Keseluruhan.....	51
B. Pembahasan Hasil Penelitian	54
1. Penyesuaian Diri terhadap Guru	56
2. Penyesuaian Diri terhadap Mata Pelajaran	58
3. Penyesuaian Diri terhadap Teman Sebaya.....	61
4. Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Fisik Sekolah	63
5. Penyesuaian Diri terhadap Peraturan Sekolah	65
6. Penyesuaian Diri Siswa secara Keseluruhan.	68
C. Keterbatasan Penelitian.....	70
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	71
KEPUSTAKAAN	74
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	34
2. Sampel Penelitian	37
3. Skor Alternatif Jawaban	40
4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	41
5. Kategori Hasil Data Penelitian	44
6. Penyesuaian Diri Siswa terhadap Guru.	45
7. Penyesuaian Diri Siswa terhadap Mata Pelajaran.	46
8. Penyesuaian Diri Siswa terhadap Teman Sebaya.	48
9. Penyesuaian Diri Siswa terhadap Lingkungan Fisik Sekolah	49
10. Penyesuaian Diri Siswa terhadap Peraturan Sekolah	50
11. Rekapitulasi Penyesuaian Diri Siswa Secara Keseluruhan	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Angket.....	77
2. Angket Penelitian.....	79
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	85
4. Tabulasi Hasil Pengolahan Data.....	87
5. Tabulasi Per Sub Variabel	89
6. Tabulasi Per Indikator.....	99
7. Surat Izin Penelitian dari Jurusan Bimbingan dan Konseling.....	109
8. Surat Izin dari Dinas Pendidikan Kabupaten Pesisir Selatan.....	110
9. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 1 Painan.....	111

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembangunan di bidang pendidikan merupakan usaha manusia untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berilmu pengetahuan, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pendidikan itu sendiri adalah kegiatan yang universal dalam kehidupan manusia, karena dimanapun dan kapanpun di dunia terdapat pendidikan (Syafri dan Zen, 2011:22).

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam membantu individu untuk berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Sebagaimana yang tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Pasal 1 Ayat 1 Tahun 2003 menyatakan bahwa:

pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara efektif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Untuk mencapai tujuan pendidikan dapat dilakukan melalui pendidikan formal. Salah satu lembaga pendidikan formal di Indonesia adalah sekolah. Menurut Abdullah Idi (2011:142) “sekolah adalah sebuah lembaga yang dirancang untuk pengajaran siswa (murid) di bawah pengawasan pendidik (guru)”. Sebagian besar negara memiliki sistem pendidikan formal, yang umumnya wajib dalam upaya menciptakan anak didik agar mengalami kemajuan setelah melalui proses pembelajaran.

Di sekolah nilai-nilai etik, moral, mental spiritual, perilaku, disiplin, ilmu pengetahuan dan keterampilan ditanam, disiram, ditumbuhkan, dan dikembangkan. Oleh karena itu setiap siswa diuntut untuk dapat mematuhi dan berperilaku sesuai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan di sekolah. Di samping itu, siswa juga dituntut untuk belajar menyesuaikan diri baik dengan lingkungan fisik sekolah maupun lingkungan sosial sekolah, serta memperluas keterampilan sosial siswa itu sendiri. Di sekolah setiap siswa akan dipertemukan oleh berbagai ragam latar belakang karakteristik yang dibawa oleh masing-masing siswa. Sehingga sekolah dapat dikatakan sebagai wahana yang sangat dominan terhadap pembentukan sikap, perilaku, dan prestasi seorang siswa.

Makna keberhasilan pendidikan seorang siswa terletak antara lain pada sejauh mana yang telah dipelajari itu dapat membantu yang bersangkutan menyesuaikan diri dengan kebutuhan dan tuntutan lingkungan kehidupannya. Sehubungan dengan ini, Enung Fatimah (2006:193) menjelaskan bahwa salah satu penyebab individu tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya dikarenakan ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan, baik lingkungan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan maupun masyarakat pada umumnya. Tidak sedikit orang-orang yang mengalami stres atau depresi akibat kegagalan mereka dalam melakukan penyesuaian diri dengan kondisi lingkungan yang ada.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih

sesuai dengan kondisi lingkungannya. Menurut Sunarto dan Agung Hartono (2008:222) “penyesuaian diri merupakan proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan”. Penyesuaian diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan bagaimana individu tersebut memperoleh keharmonisan baik secara jasmani ataupun rohani.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu upaya yang dilakukan oleh seorang individu yang bertujuan untuk mengubah dirinya agar sesuai dengan lingkungan yang baru di tempatnya.

Permasalahan penyesuaian diri siswa di sekolah pada umumnya terjadi pada masa transisi dimana saat siswa memasuki jenjang pendidikan sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah lanjutan atas. Remaja yang memasuki jenjang pendidikan sekolah yang baru seperti Sekolah Menengah Atas (SMA) harus mampu melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolahnya. Menurut Sri Rumini dan Siti Sundari (2004:67) remaja awal dalam keadaan yang kurang stabil ada kemungkinan cenderung untuk melakukan penyesuaian diri yang salah, kecuali remaja yang benar-benar mempunyai potensi kepribadian yang kuat dan memperoleh bimbingan dan pelatihan cenderung ke arah positif. Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti senang membenarkan diri sendiri, senang mengganggu orang lain, menunjukkan sikap merusak, keras kepala, balas dendam, dan marah secara sadis.

Menurut pendapat Sofyan S. Willis (2008:61-64) penyesuaian diri remaja di sekolah meliputi, a) penyesuaian diri terhadap guru, b) penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, c) penyesuaian diri terhadap teman sebaya, dan d) penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik dan sosial sekolah. Oleh karena itu siswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolahnya, agar siswa tersebut dapat mencapai prestasi belajar yang baik dan hasil belajar yang memuaskan. Akan tetapi pada kenyataannya tidak semua siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik di sekolah, hal ini terungkap dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Berdasarkan hasil penelitian Sulisworo Kusdiyati (2011), diperoleh gambaran bahwa terdapat sebanyak 86 siswa dengan persentase 47,5% yang melakukan penyesuaian diri di sekolah dengan baik, dan terdapat sebanyak 95 siswa dengan persentase 52,5% yang belum mampu menyesuaikan diri dengan baik. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa lebih dari 50% siswa mengalami penyesuaian diri yang buruk di sekolah. Ini artinya lebih dari separuh siswa belum mampu dalam mengemabangkan kemampuan penyesuaian diri di sekolah.

Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK yang mengajar di kelas X, kelas XI dan kelas XII di SMA Negeri 1 Painan pada tanggal 06 Maret 2015 mengenai penyesuaian diri siswa di sekolah, didapat keterangan bahwa masalah penyesuaian diri yang paling banyak terjadi pada siswa yaitu masalah mengenai kehadiran siswa. Guru BK menyebutkan bahwa terdapat siswa yang sering tidak datang ke sekolah tanpa

alasan jelas yang diberikan oleh pihak orang tua maupun dari siswa itu sendiri. Selanjutnya siswa juga bermasalah dalam belajar, seperti tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru di sekolah, dan bahkan masih ada siswa yang melanggar peraturan yang ditetapkan sekolah, seperti datang terlambat masuk sekolah, memakai seragam sekolah yang tidak rapi, merokok di luar pekarangan sekolah, berkelahi dengan teman sebaya di sekolah, merusak fasilitas belajar sekolah serta cabut pada saat proses belajar mengajar berlangsung.

Selanjutnya dari informasi yang peneliti dapatkan dari wawancara dengan guru BK, bahwa sebenarnya pihak SMA Negeri 1 Painan telah memiliki peraturan yang tegas mengenai tata tertib yang harus dipatuhi siswa di sekolah, dan peraturan tersebut telah dilaksanakan seoptimal mungkin, seperti siswa yang tidak membuat tugas diberi sanksi untuk mengerjakan tugas tersebut di depan kelas dengan cara berdiri, setelah itu bagi siswa yang datang terlambat akan diberi peringatan dan sanksi, kemudian bagi siswa yang tidak hadir selama tiga hari tanpa keterangan yang jelas dari pihak orang tua, dikenakan sanksi berupa satu sak semen dan apabila hal tersebut masih berlanjut, maka orang tua siswa akan dipanggil untuk datang menemui guru BK. Dari sekian banyaknya peraturan dan sanksi yang diberlakukan di sekolah, namun hal itu tidak membuat siswa jera untuk mengulang pelanggaran-pelanggaran tersebut. Siswa seakan tidak mempedulikan bahwa perilakunya itu dapat membuat hasil belajarnya rendah dan berdampak pada hasil rapor yang akan diterimanya di akhir semester.

Sehubungan dengan itu, peneliti juga mewawancarai lima orang siswa kelas X, tiga orang siswa kelas XI dan dua orang siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Painan pada tanggal 07 Maret 2015 mengenai penyesuaian diri siswa di sekolah. Dari kesepuluh orang siswa tersebut diperoleh keterangan bahwa siswa merasa sulit dalam menyesuaikan diri dengan peraturan yang ada di sekolah. Hal ini dikarenakan siswa belum terbiasa dengan peraturan yang diterapkan oleh pihak sekolah. Siswa juga merasa keberatan dengan adanya sanksi yang diterapkan oleh pihak sekolah, seperti denda berupa satu sak semen dan hukuman bagi siswa yang melanggar peraturan sekolah. Selain itu mengenai proses belajar mengajar di dalam kelas, siswa juga ada yang mengeluh dikarenakan cara mengajar dari beberapa guru tidak mereka suka, seperti sering marah-marah dalam mengajar, menjelaskan materi pelajaran dengan terlalu cepat, dan bersifat arogan. Sehingga membuat siswa malas dalam belajar dan sering malas dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru tersebut.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti akan mengkaji tentang bagaimana penyesuaian diri siswa di sekolah, dengan judul penelitian ***“Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”***.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka masalah yang teridentifikasi dari latar belakang tersebut adalah:

1. Masih ada siswa yang tidak hadir tanpa keterangan yang jelas dari orang tua.
2. Adanya siswa yang malas belajar di kelas karena metode mengajar guru yang kurang menarik.
3. Masih terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru di sekolah.
4. Masih ada siswa yang berkelahi dengan teman sebaya di sekolah.
5. Masih ada siswa yang terlambat masuk sekolah.
6. Siswa kurang memanfaatkan fasilitas belajar dengan baik.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri siswa di sekolah, yakni dalam hal:

1. Penyesuaian diri siswa terhadap guru.
2. Penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran.
3. Penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya.
4. Penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik sekolah.
5. Penyesuaian diri siswa terhadap peraturan 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 terhadap guru di sekolah?
2. Bagaimana penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran di sekolah?
3. Bagaimana penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya di sekolah?
4. Bagaimana penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik di sekolah?
5. Bagaimana penyesuaian diri siswa terhadap peraturan di sekolah?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu, sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa terhadap guru di sekolah.
2. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran di sekolah.
3. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya di sekolah.
4. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik di sekolah.
5. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa terhadap peraturan di sekolah.

F. Asumsi

Dalam penelitian ini yang menjadi asumsi adalah:

1. Penyesuaian diri diperlukan setiap individu dalam menghadapi situasi baru.

2. Kemampuan penyesuaian diri diperlukan setiap individu untuk dapat menjadi bagian dari lingkungan yang dimasukinya.

G. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dapat dilihat secara teoritis dan praktis:

1. Secara teoritis

Memperkaya khasanah keilmuan tentang penyesuaian diri khususnya penyesuaian diri siswa di sekolah serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling.

2. Secara praktis

- a. Bagi guru Bimbingan dan Konseling, sebagai salah satu masukan dalam merumuskan program dan memberikan pelayanan yang optimal untuk membantu proses penyesuaian diri siswa di sekolah.
- b. Bagi siswa, dapat mengetahui cara penyesuaian diri di sekolah yang baik, dan bentuk pelayanan bimbingan dan konseling yang dapat diterima untuk meningkatkan penyesuaian diri di sekolah ke arah yang lebih baik.
- c. Peneliti, dapat menambah wawasan dan pengetahuan berkenaan dengan membangun penyesuaian diri siswa di sekolah melalui layanan Bimbingan dan Konseling, sekaligus menyelesaikan jenjang pendidikan S1.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa berinteraksi dengan dirinya, orang lain, dan lingkungannya guna memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari. Sejak manusia dilahirkan ia selalu berusaha untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya tersebut, seperti kebutuhan fisik, psikis dan sosial. Pemenuhan kebutuhan dilakukan karena adanya dorongan-dorongan yang mengharapkan pemuasan. Jika pemuasan tercapai dengan baik, maka individu akan memperoleh keseimbangan di dalam kehidupannya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Lazarus (dalam Siti Sundari 2005:39) *adjustment involves a reaction of the person to demand imposed upon him*, yang mana artinya yaitu penyesuaian diri termasuk reaksi seseorang karena adanya tuntutan yang dibebankan pada dirinya. Sehubungan dengan itu menurut pendapat Thorndike dan Hogen (dalam Siti Sundari 2005:39) menyebutkan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk mendapatkan ketentraman secara internal dan hubungannya dengan dunia sekitar. Dari penjelasan yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga mencapai ketentraman batin dalam kehidupannya.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya keseimbangan di dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Namun dalam kenyataannya, tidak selalu individu akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, tentunya hal ini disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan individu tidak mampu menyesuaikan diri secara optimal. Hambatan-hambatan tersebut dapat bersumber dari dalam diri individu maupun dari luar diri individu. Oleh sebab itu ada sebagian individu yang mampu dalam melakukan penyesuaian diri secara tepat dan ada juga sebagian individu yang kurang mampu dalam melakukan penyesuaian diri secara tepat.

2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa tidak selamanya individu dapat berhasil dalam melakukan penyesuaian diri. Karena disebabkan oleh beberapa hambatan yang mungkin terdapat dalam diri individu maupun di luar diri individu. Demikian juga siswa dalam menjalani proses belajar di lingkungan sekolah barunya juga dapat mengalami berbagai hambatan dan rintangan. Cara untuk mengatasi hambatan dan rintangan itulah yang disebut dengan penyesuaian diri.

Sehubungan dengan hal ini, menurut Sunarto dan Agung Hartono (2008:224-225) ada dua karakteristik penyesuaian diri, yaitu penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri yang salah.

a. Penyesuaian diri secara positif

- 1) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.

- 2) Tidak menunjukkan adanya mekanisme psikologis.
- 3) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- 4) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
- 5) Mampu dalam belajar.
- 6) Menghargai pengalaman.
- 7) Bersikap realistis dan objektif.

b. Penyesuaian diri yang salah

1) Reaksi bertahan (*Defence reaction*).

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Ia selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain: a) rasionalisasi yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya, b) represi yaitu berusaha untuk menahan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar, c) proyeksi yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima, d) *sour grapes* (anggur kecut) yaitu memutar balikan kenyataan.

2) Reaksi menyerang (*Aggressive reaction*).

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya, ia tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi-rekasinya antara lain: a) selalu membenarkan diri sendiri, b) mau

berkuasa dalam setiap situasi, c) mau memiliki segalanya, d) bersikap senang mengganggu orang lain, e) menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan, f) menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka, g) menunjukkan sikap menyerang dan merusak, h) keras kepala, i) bersikap balas dendam, j) memperkosa hak orang lain, k) tindakan yang serampangan, dan l) marah secara sadis.

3) Reaksi melarikan diri (*Escape reaction*).

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain: a) banyak tidur, b) minum-minuman keras, c) menjadi pecandu narkoba, d) regresi yaitu kembali pada tingkat perkembangan yang lalu.

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai karakteristik penyesuaian diri, maka dalam penelitian ini siswa yang mempunyai penyesuaian diri yang positif dan siswa yang mempunyai penyesuaian diri yang salah dapat diketahui, sehingga membantu peneliti untuk mengkategorikan siswa dalam tingkat penyesuaian diri yang tinggi atau rendah.

3. Macam-Macam Penyesuaian Diri

Dalam hal ini seorang individu dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian diri baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Siti Sundari (2005:40-42) membagi enam macam penyesuaian diri, yaitu sebagai berikut:

a. Penyesuaian diri terhadap keluarga (*Family adjustment*)

Setiap anggota keluarga berusaha mengadakan penyesuaian diri dalam keluarganya, antara lain: 1) mempunyai relasi yang sehat dengan segenap anggota keluarga, 2) mempunyai solidaritas dan loyalitas keluarga serta membantu usaha keluarga dalam mencapai tujuan tertentu, 3) mempunyai kesadaran dengan adanya emansipasi, 4) mempunyai kesadaran adanya otoritas orang tua, dan 5) mempunyai kesadaran bertanggung jawab dalam menjalankan aturan larangan secara disiplin.

b. Penyesuaian diri terhadap sosial (*Social adjustment*)

Agar terjadi keharmonisan dalam masyarakat, maka dapat dilakukan sebagai berikut: 1) ada kesanggupan mengadakan relasi yang sehat terhadap masyarakat, 2) bereaksi secara efektif dan harmonis terhadap kenyataan sosial, 3) kesanggupan menghargai dan menjalankan hukum tertulis maupun tidak tertulis, 4) sanggup dalam menghargai orang lain mengenai hak dan pribadinya, 5) sanggup bergaul dengan orang lain dalam bentuk persahabatan, dan 6) adanya simpati terhadap kesejahteraan orang lain.

c. Penyesuaian diri terhadap sekolah (*School adjustment*)

Sekolah merupakan wadah bagi peserta didik dalam mengembangkan potensinya, terutama perkembangan inteligensi maupun pribadinya. Maka dari itu sekolah harus mampu menumbuhkan penyesuaian diri yang baik pada diri peserta didik.

d. Penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi (*College adjustment*)

Perguruan tinggi merupakan tempat pendidikan tertinggi untuk mendapatkan suatu gelar, dan tempat yang menyenangkan serta penuh kenangan. Penyesuaian diri di perguruan tinggi hampir sama di sekolah, akan tetapi harus ditambah dengan: 1) pengembangan kepribadian yang seimbang yaitu dapat memenuhi tuntutan ilmiah, jasmani, dan rohani yang sehat serta tanggung jawab sosial yang masak, 2) dapat belajar menyesuaikan diri di tempat kelak bekerja. 3) siap menghadapi persaingan dan ulet dalam menghadapi segala persoalan.

e. Penyesuaian diri terhadap jabatan (*Vocational adjustment*)

Secara ideal jabatan pekerjaan menunjukkan latar belakang studi seseorang, serta menggambarkan status sosial, status ekonominya. Pemegang jabatan seharusnya mempunyai kriteria sebagai berikut: 1) sudah masak dalam memegang jabatan, 2) senang dan mencintai jabatan atau pekerjaannya, dan 3) bercita-cita atau berusaha mencapai kemajuan setingkat demi setingkat.

f. Penyesuaian diri terhadap perkawinan (*Marriage adjustment*)

Dalam hal ini individu yang menjalankan bahtera perkawinan harus melakukan penyesuaian dalam perkawinan. Menurut Arkoff (dalam Siti Sundari 2005:42) perkawinan yang baik bersifat permanen dan bersifat kebahagiaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penyesuaian diri di sekolah merupakan salah satu bentuk penyesuaian diri yang perlu dimiliki oleh seorang siswa, agar bisa memperoleh keseimbangan dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah dengan optimal.

4. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek, yaitu penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian sosial (Enung Fatimah, 2006:207-208).

a. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Ia menyatakan sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya serta mampu bertindak secara objektif sesuai dengan kondisi dan potensi dirinya.

b. Penyesuaian sosial

Penyesuaian sosial merupakan usaha individu dalam mencapai keharmonisan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungannya untuk dapat diterima dalam kelompok serta dapat memenuhi kebutuhan hidup baik fisik maupun psikis.

Sehubungan dengan itu Desmita (2012:195-196) mengemukakan penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu:

- a. Kematangan emosional, mencakup aspek-aspek.
 - 1) Kemantapan suasana kehidupan sosial.
 - 2) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain.
 - 3) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan.
 - 4) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.
- b. Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek.
 - 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 mencakup aspek-aspek.
 - 1) Keterlibatan dalam partisipasi sosial.
 - 2) Kesiediaan kerja sama.
 - 3) Kemampuan kepemimpinan.
 - 4) Sikap dan toleransi.
 - 5) Keakraban dalam pergaulan.
- d. Tanggung jawab mencakup aspek-aspek.
 - 1) Sikap produktif dalam mengembangkan diri.
 - 2) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya 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.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri yang sehat itu mengacu kepada empat aspek, seperti kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. Menurut Enung Fatimah (2006:199-203) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu, sebagai berikut:

a. Faktor fisiologis.

Kondisi tubuh yang baik merupakan syarat tercapainya proses penyesuaian diri yang baik pula. Kesehatan dan penyakit jasmaniah juga berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Ini berarti bahwa gangguan jasmaniah yang diderita oleh seseorang akan mengganggu proses penyesuaian dirinya.

b. Faktor psikologis.

Banyak faktor psikologis yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri, seperti pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-kebutuhan, aktualisasi diri, frustrasi, depresi, dan sebagainya.

c. Faktor perkembangan dan kematangan.

Dalam proses perkembangan, respons berkembang dari respons yang bersifat *instinktif* menjadi respon yang bersifat hasil belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia, perubahan dan

perkembangan respons, tidak hanya diperoleh melalui proses belajar, tetapi juga perbuatan individu telah matang untuk melakukan respons dan ini menentukan pola penyesuaian diri.

d. Faktor lingkungan

Berbagai lingkungan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yaitu, sebagai berikut: 1) lingkungan keluarga, 2) lingkungan sekolah, dan 3) lingkungan masyarakat.

e. Faktor budaya dan agama.

Lingkungan kultural tempat individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Selanjutnya agama juga memegang peran penting dalam proses penyesuaian diri seseorang.

Dari uraian yang telah dijelaskan di atas, jelaslah bahwa tidak hanya faktor internal saja yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri seorang siswa, akan tetapi faktor eksternal juga mempengaruhi penyesuaian diri siswa, seperti faktor lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

6. Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah

Sekolah mempunyai peranan sebagai media untuk mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial, dan moral para siswa. Suasana di sekolah baik sosial maupun psikologis menentukan proses dan pola penyesuaian diri siswa. Permasalahan penyesuaian diri siswa di sekolah mungkin akan timbul ketika siswa mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah lanjutan atas. Mereka mungkin

mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru-guru, teman, dan mata pelajaran. Oleh karena itu siswa dituntut untuk memiliki kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri di sekolah.

Penyesuaian diri di sekolah adalah suatu usaha atau proses yang dilakukan seorang siswa dalam keadaan di lingkungan sekolah yang baru dikenalnya dengan tujuan untuk mencapai hubungan yang harmonis antara lingkungan sekolah yang baru dengan siswa tersebut, demi tercapainya tujuan belajar dan sukses dalam prestasi akademik. Menurut Siti Sundari (2005:41) penyesuaian diri siswa di sekolah meliputi: 1) disiplin terhadap peraturan yang ada di sekolah, 2) pengakuan otoritas guru atau pendidik, 3) *interes* terhadap mata pelajaran di sekolah, 4) situasi dan fasilitas yang terdapat di sekolah. Selanjutnya menurut Sofyan S. Willis (2008:61-64) menyebutkan ada empat bentuk penyesuaian diri siswa di sekolah, yaitu: 1) penyesuaian diri terhadap guru, 2) penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, 3) penyesuaian diri terhadap teman sebaya, dan 4) penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik dan sosial sekolah.

a. Penyesuaian diri terhadap guru.

Siswa yang memasuki sekolah menengah akan dihadapkan dengan kenyataan bahwa untuk menempuh sejumlah bidang studi ia harus berhadapan dengan sejumlah karakter kepribadian guru yang tidak sama. Hal ini mengharuskan siswa untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri dengan tuntutan, harapan dan corak kepribadian guru di sekolah. Begitupun sebaliknya penyesuaian diri

siswa terhadap guru banyak tergantung pada sikap guru dalam menghadapi murid-muridnya. Guru yang banyak memahami tentang perbedaan muridnya akan lebih mudah mengadakan pendekatan terhadap berbagai masalah yang dihadapi muridnya.

b. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran.

Krisis identitas atau masa topan badai pada diri siswa yang berada pada periode remaja seringkali menimbulkan kendala dalam penyesuaian diri terhadap kegiatan belajarnya. Hal ini terlihat dari ketidaksukaan siswa terhadap mata pelajaran yang dipelajarinya. Akibatnya seringkali ditemukan siswa yang malas dan tidak disiplin dalam belajar.

Selain itu penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran, kurikulum hendaknya disesuaikan dengan umur, tingkat kecerdasan, dan kebutuhan siswa. Selain itu penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran juga banyak bergantung kepada gurunya, yaitu kemampuan menggunakan metode mengajar yang tepat. Dengan demikian siswa akan lebih mudah menyesuaikan dirinya terhadap mata pelajaran yang diberikan kepadanya.

c. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya.

Beraneka ragam kepribadian siswa di sekolah akan terlihat pada pola dan corak perilaku mereka. Hal ini menuntut kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dari seorang siswa. Sikap sosial, suka berteman dan toleransi merupakan sesuatu yang diperlukan siswa

dalam melakukan penyesuaian diri dengan teman sebaya. Anak yang manja, egois dan sombong apabila masuk dalam kelompok teman sebaya lama kelamaan akan dapat mengubah sikapnya menjadi anak yang sosial, karena di dalam pergaulan dengan teman sebaya ia akan dikritik jika mempunyai sikap yang bertentangan dengan nilai-nilai atau norma-norma kelompok. Jika masih juga belum berubah, besar kemungkinan ia dimusuhi oleh kelompok atau dipencilkan. Hal itu didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Karl C. Garrison (dalam Andi Mappiare, 1982:102) remaja diharapkan memiliki hubungan sosial yang matang dengan teman sebaya dalam kelompok-kelompok mereka, dan mereka harus mendapat penerimaan dalam hubungan sosial.

d. Penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik dan sosial sekolah.

Penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik dan sosial sekolah dalam hal ini meliputi: gedung sekolah, alat-alat sekolah, fasilitas belajar, dan lingkungan sosial lainnya yang terdapat di sekolah. Kurangnya fasilitas belajar atau alat-alat yang membantu kelancaran pendidikan dapat membuat siswa kesulitan dalam belajar.

e. Penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah.

Siswa yang memasuki lingkungan sekolah yang baru sering mengalami kesulitan dalam mematuhi peraturan yang diterapkan oleh pihak sekolah. Untuk mencapai kenyamanan dan ketenangan siswa dalam menjalani aktivitas di sekolah, hal siswa harus memiliki

kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan peraturan yang diterapkan oleh pihak sekolah dengan cara mematuhi semua tata tertib yang ada di sekolah. Sehubungan dengan ini menurut Suharsimi Arikunto (1990:122) peraturan tata tertib merupakan sesuatu untuk mengatur perilaku yang diharapkan terjadi pada siswa. Peraturan menunjuk pada patokan atau standar yang sifatnya umum yang harus dipatuhi oleh siswa. Misalnya, peraturan tentang kondisi yang harus dipenuhi oleh siswa di dalam kelas pada waktu jam pelajaran berlangsung. Tata tertib menunjuk pada patokan atau standar untuk aktivitas khusus. Misalnya tentang, penggunaan seragam, penggunaan laboratorium, mengikuti upacara bendera, mengerjakan tugas rumah, pembayaran SPP dan lain sebagainya.

Sehubungan dengan itu, penyesuaian diri siswa di sekolah juga tidak terlepas dari tiga bentuk penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, 2012:173-174) yaitu, sebagai berikut:

a. Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*).

Suatu bentuk penyesuaian diri yang lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, atau biologis.

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*).

Bentuk penyesuaian diri yang mengharuskan individu untuk bisa mengikuti tuntutan yang ada di lingkungan sekitarnya. Dengan memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, menyiratkan

bahwa di sana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik moral, sosial, maupun emosional.

c. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).

Bentuk penyesuaian diri yang mengarahkan pada penguasaan terhadap tuntutan lingkungan, dalam mengembangkan diri. Sehingga dorongan emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, penyesuaian diri siswa di sekolah merupakan kemampuan yang harus dimiliki seorang siswa dalam mensosialisasikan dirinya terhadap lingkungan sekolah. Selanjutnya berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian ditekankan kepada penyesuaian diri siswa di sekolah yang meliputi, penyesuaian diri siswa terhadap guru, penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya, penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik sekolah, dan penyesuaian diri siswa terhadap peraturan sekolah.

B. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah menjadikan individu menjadi mandiri dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya serta mengubah KES-T menjadi KES. Menurut Prayitno (2004:99).

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Selanjutnya konseling menurut Prayitno (2004:105) adalah “proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli atau konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah atau klien yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien”.

Layanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu program dalam sistem pendidikan di sekolah yang dapat membantu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami siswa sehubungan dengan pelaksanaan tugas-tugas perkembangannya, khususnya dalam menyesuaikan diri di sekolah. Jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan terkait dengan penyesuaian diri siswa di sekolah antara lain, sebagai berikut:

1. Layanan Orientasi

Menurut Prayitno (2012:30) layanan orientasi berupaya menjembatani kesenjangan antara kondisi seseorang dengan suasana ataupun objek-objek baru. Melalui layanan ini individu mampu menyesuaikan diri dan mendapatkan manfaat tertentu dari berbagai sumber yang ada pada suasana atau lingkungan baru tersebut. Materi layanan orientasi yang dapat diberikan kepada siswa yang berhubungan dengan penyesuaian diri siswa seperti pengenalan lingkungan dan fasilitas sekolah, dan pengenalan peraturan yang diterapkan di sekolah.

2. Layanan Informasi

Layanan informasi bertujuan membekali individu dengan pengetahuan tentang lingkungan yang dihadapinya, dapat berkaitan

dengan pendidikan, maupun sosial. Menurut Prayitno dan Erman Amti, (2004:260) “layanan informasi bermaksud memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki”. Materi layanan informasi yang dapat diberikan kepada siswa yang berhubungan dengan penyesuaian diri siswa seperti, belajar efektif, pentingnya sikap disiplin, dan kerja sama.

3. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Menurut Prayitno (2012:68) layanan penempatan dan penyaluran membantu individu untuk dapat terhindar (fungsi pencegahan) dari kondisi *mismatch*. Individu dengan potensi dan kondisi diri tertentu ditempatkan pada lingkungan yang lebih serasi agar potensi yang ada dapat berkembang secara optimal. Dengan adanya layanan penempatan dan penyaluran ini, dapat mempermudah siswa dalam melakukan penyesuaian diri yang sesuai dengan kepribadian yang dimiliki oleh siswa tersebut.

4. Layanan Konseling Individual

Menurut Prayitno (2012:105) “layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien”. Dengan layanan ini diharapkan siswa mengalami suatu rangkaian perubahan dalam dirinya sendiri, yang memungkinkan masalah yang mula-mula dihadapi

akhirnya dapat terselesaikan secara tuntas, khususnya dalam masalah penyesuaian diri siswa di sekolah.

5. Layanan Bimbingan Kelompok.

Layanan bimbingan adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut Gazda (dalam Prayino dan Erman Amti, 2004:309) mengemukakan bahwa “bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat”. Berdasarkan hasil penelitian, guru BK/konselor dapat memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa dengan topik tugas seperti bahaya pelanggaran tata tertib sekolah.

Dari beberapa layanan bimbingan dan konseling, kemungkinan yang bisa diberikan sesuai dengan hasil penelitian ini adalah layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan konseling individual dan layanan bimbingan kelompok. Dimana layanan bimbingan dan konseling yang terkait dengan penelitian ini dapat membantu siswa dalam menyesuaikan diri di sekolah

C. Penelitian yang Relevan

Untuk mendukung teori yang telah dikemukakan pada kajian teori, diambil beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Verlanda Yuca (2012) dengan judul “Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII

di SMP Negeri 25 Padang”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan penyesuaian diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan hasil skor *post-test* lebih besar dari skor *pre-test*.

Penyesuaian diri yang dikaji dari kedua penelitian memiliki aspek yang berbeda, penyesuaian diri yang penulis teliti lebih mengkhususkan pada aspek penyesuaian diri siswa di sekolah yang meliputi penyesuaian diri terhadap guru, penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah dan penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah. Sedangkan aspek penyesuaian diri yang dikaji dalam penelitian ini adalah tentang peningkatan penyesuaian diri siswa di sekolah melalui layanan bimbingan kelompok.

2. Achlis Nurfuad (2013) dengan judul “Meningkatkan Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri Juwana Tahun 2012/2013”. Hasil penelitiannya memperlihatkan bahwa, secara keseluruhan penyesuaian diri positif sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok/*pre-test* menunjukkan persentase sebesar 60,96%, dan masuk kategori sedang. Setelah mendapat layanan bimbingan kelompok/*post-test* penyesuaian diri positif menunjukkan persentase sebesar 72,28%, dan masuk kategori tinggi. Ini berarti penyesuaian diri positif yang meliputi beberapa aspek seperti; tidak menunjukkan ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya

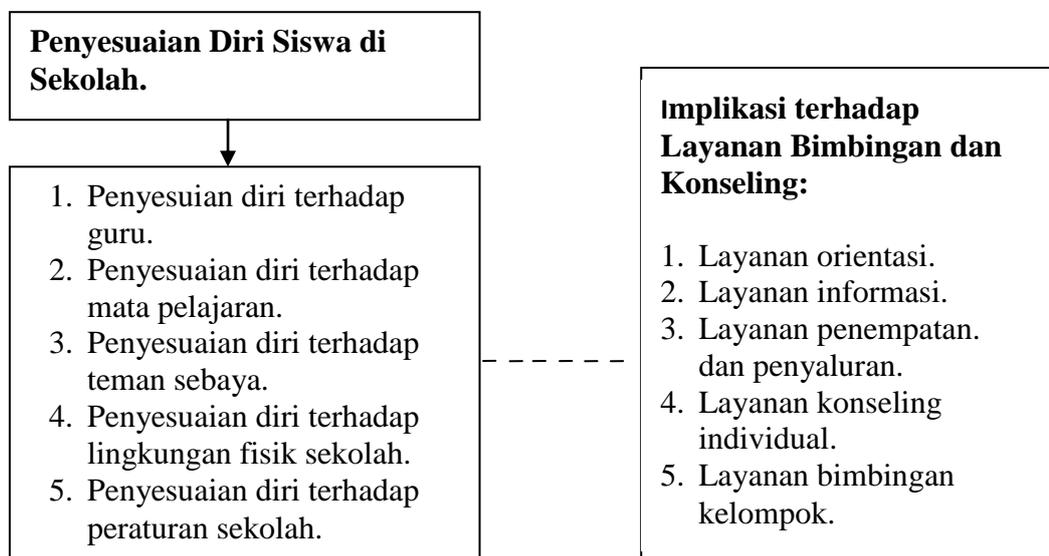
frustasi, memiliki pertimbangan rasional, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, bersikap realistis dan objektif mengalami peningkatan sebesar 11,32%. Selanjutnya pada penyesuaian diri negatif sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok/*pre-test* menunjukkan persentase sebesar 61,46%, dan masuk dalam kategori sedang. Setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok/*post-test* penyesuaian diri negatif menunjukkan persentase sebesar 69,58%, dan masih masuk dalam kategori sedang. Ini berarti penyesuaian diri negatif mengalami peningkatan sebesar 8,12%. Aspek dalam penyesuaian diri negatif yang menunjukkan adanya peningkatan diantaranya, tidak menunjukkan adanya reaksi bertahan, masih sedikit memiliki reaksi untuk menyerang, dan tidak memiliki reaksi untuk melarikan diri. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah mengalami peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. penyesuaian diri.

Penyesuaian diri yang dikaji dalam kedua penelitian memiliki aspek yang berbeda, penyesuaian diri yang penulis teliti lebih mengkhususkan pada aspek-aspek penyesuaian diri siswa di sekolah, sedangkan penyesuaian diri yang dikaji dalam penelitian ini adalah tentang meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah. Di samping itu karakteristik responden penelitian pada kedua penelitian ini berbeda, pada penelitian ini responden penelitian adalah siswa SMP sedangkan responden penelitian yang penulis teliti adalah siswa SMA. Penelitian ini

memberikan kontribusi tentang teori peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah melalui layanan bimbingan kelompok.

D. Kerangka Konseptual

Agar penelitian ini dapat terarah sesuai dengan tujuan yang dimaksud, maka peneliti mencoba untuk membuat bagan yang dapat menuntun pemikiran peneliti dalam mengembangkan kegiatan penelitian ini. Adapun bagan yang dimaksud adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Keterangan:

----- Kemungkinan layanan yang akan diberikan

———— Aspek yang diteliti

Dari kerangka konseptual tersebut, dapat diketahui bahwa penelitian ini akan mengungkapkan penyesuaian diri siswa di sekolah yang meliputi penyesuaian diri terhadap guru, penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah, dan penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah.

Selanjutnya menjelaskan bagaimana implikasinya terhadap pelayanan bimbingan dan konseling.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan penyesuaian diri siswa di sekolah SMA Negeri 1 Painan secara umum berada pada kategori:

1. Penyesuaian diri siswa terhadap guru cenderung berada pada kategori cukup baik, ini berarti siswa cukup baik dalam memahami perilaku, karakter dan corak guru di sekolah.
2. Penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran cenderung berada pada kategori cukup baik, ini berarti siswa memiliki kemauan yang cukup baik dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah.
3. Penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya cenderung berada pada kategori cukup baik, ini berarti adanya hubungan yang harmonis antara siswa di sekolah.
4. Penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan fisik sekolah cenderung berada pada kategori cukup baik, ini berarti adanya sikap penerimaan dan pemeliharaan oleh siswa terhadap lingkungan fisik sekolah.
5. Penyesuaian diri siswa terhadap peraturan sekolah cenderung berada pada kategori baik, ini berarti siswa memiliki sikap pengendalian diri yang baik saat berada di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian, maka dengan ini peneliti mengemukakan beberapa saran:

1. Kepada guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat membuat dan merumuskan program pelayanan Bimbingan dan Konseling berkaitan dengan penyesuaian diri siswa di sekolah melalui berbagai jenis layanan Bimbingan dan Konseling, seperti: layanan orientasi menggunakan format klasikal dengan materi pengenalan lingkungan fisik sekolah, layanan informasi menggunakan format klasikal dengan materi pentingnya sikap disiplin, belajar efektif dan menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya, layanan penempatan dan penyaluran menggunakan format klasikal dengan materi pembagian minat dan bakat siswa, layanan konseling individual sesuai dengan masalah yang dialami siswa dan layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas seperti bahaya pelanggaran tata tertib sekolah. Sehingga berguna untuk meningkatkan proses penyesuaian diri siswa di sekolah, serta mampu mengatasi berbagai permasalahan yang dialami siswa dalam penyesuaian diri.
2. Kepada siswa diharapkan untuk bisa mengembangkan kemampuan penyesuaian diri di sekolah kearah yang lebih baik lagi, khususnya pada penyesuaian diri terhadap guru, penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah dan penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah, sehingga dapat mencapai tujuan belajar dan sukses dalam prestasi akademik.
3. Kepada peneliti selanjutnya, bahwa penelitian ini hanya mendeskripsikan tentang penyesuaian diri siswa di sekolah yang meliputi, penyesuaian diri

terhadap guru, penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah, dan penyesuaian diri terhadap peraturan sekolah. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan penyesuaian diri, misalnya hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri yang ditinjau dari aspek-aspek kematangan emosi.

KEPUSTAKAAN

- A Muri Yusuf. 2010. *Metodologi Penelitian*. Padang: Universitas Negeri Padang Press.
- Abdullah Idi. 2011. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Achlis Nurfuad. 2013. "Meningkatkan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 2 Juwana". *Jurnal*. Semarang: BK FIP Universitas Negeri Semarang.
- Anas Sudijono. 2012. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Andi Mappiare. 1982. *Psikologi Remaja*. Surabaya. Usaha Offset.
- Danang Sunyoto. 2009. *Analisis Regresi dan Uji Hipotesis*. Yogyakarta: Media Press.
- Depdikbud. 1980. *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Enung Fatimah. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hurlock. 1999. *Perkembangan Anak. Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: PPK FIP UNP.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riduwan. 2011. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Saifudin Azwar. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Remaja.
- Siti Sundari. 2005. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Sofyan S, Willis. 2008. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Sri Rumini dan Siti Sundari. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 1990. *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulisworo Kusdiyati. 2011. "Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung". *Jurnal*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
- Sunarto dan Agung Hartono. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syafril & Zelhendri Zen. 2011. *Pengantar Pendidikan*. Padang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Verlanda Yuca. 2012. "Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah melalui Layanan Bimbingan Kelompok". (Skripsi) *tidak diterbitkan*. Padang: BK FIP UNP.