

Tingkat Penyesuaian Diri Siswa di SMK Negeri 2 Semarang

Dyah Helen Permatasari¹, Siti Fitriana², Ariswati³

Universitas PGRI Semarang^{1,2}

SMK Negeri 2 Semarang³

Email: helenpermatasari.hp@gmail.com

Email: sitifitriana@upgris.ac.id

Email: ariswati63@gmail.com

Article Info	ABSTRACT
<p>Article history: Submitted: 26 April 2024 Accepted: 18 July 2024 Published: 04 September 2024</p>	<p><i>This research aims to determine the level of student adjustment. This research is a quantitative descriptive research with a survey method. Survey research was carried out with the aim of providing an overview of something. Data collection in this research used research instruments distributed online via Google Form in the class WhatsApp group. This instrument consists of 20 statements that have 4 alternative answers that must be filled in by students. Then it was calculated using the answer percentage formula and described using answer percentage interpretation criteria. The population in this study was all class X students specializing in marketing at SMK N 2 Semarang with a total of 72 students using a sampling technique, namely saturated sampling. Based on the results of this research, there are 8 students in the very low category with a percentage of 11%, 27 students in the low category with a percentage of 37.5%, 24 students in the high category with a percentage of 33% and 13 students in the very high category who have percentage 18%. The results of this research are regarding the level of self-adjustment of class X students at SMK N 2 Semarang with a saturated sample of 72 students from the marketing specialization. So, it can be seen from the research results that the majority of students have low levels of self-confidence.</i></p>
<p>Keyword: Penyesuaian diri, siswa SMK</p>	<p>ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri siswa. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian survei dilakukan dengan tujuan untuk memberikan suatu gambaran tentang sesuatu. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yang disebar secara online melalui Google Form di grup WhatsApp kelas. Instrumen ini yang terdiri dari 20 pernyataan yang memiliki 4 alternatif jawaban yang harus diisi oleh siswa - siswi. Kemudian dihitung dengan rumus presentase jawaban dan dideskripsikan menggunakan kriteria penafsiran presentase jawaban. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas X peminatan pemasaran di SMK N 2 Semarang dengan jumlah sebanyak 72 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu sampling jenuh. Berdasarkan hasil penelitian ini tingkat kepercayaan siswa terdapat 8 siswa dengan kategori sangat rendah yang memiliki presentase 11%, 27 siswa pada kategori rendah dengan presentase 37,5%, 24 siswa pada kategori tinggi dengan presentase 33% dan 13 siswa pada kategori sangat tinggi yang memiliki presentase 18%. Hasil penelitian ini mengenai tingkat penyesuaian diri siswa kelas X SMK N 2 Semarang dengan sampel jenuh 72 siswa berasal dari peminatan pemasaran. Maka dilihat dari hasil penelitian siswa – siswi mayoritas memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah.</p>
<hr/> <p>Corresponding Author: Author Name, Dyah Helen Permatasari Email: helenpermatasari.hp@gmail.com</p> <hr/>	

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang dalam kehidupannya memerlukan kehadiran orang lain untuk berinteraksi. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut, manusia harus mampu melakukan penyesuaian terhadap lingkungannya. Semua makhluk hidup secara alami dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan, agar dapat bertahan hidup. Namun pada kenyataannya banyak individu yang gagal dalam menyesuaikan diri karena individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik. Seorang pun tidak dilahirkan dalam keadaan telah mampu menyesuaikan atau tidak mampu menyesuaikan diri. Kondisi fisik, mental, serta emosional dipengaruhi oleh faktor lingkungan dimana kemungkinan akan berkembang proses penyesuaian diri yang baik ataupun buruk. Sejak lahir sampai meninggal seorang individu merupakan organisme yang aktif, aktif dengan tujuan serta aktivitas yang berkesinambungan. Individu telah berusaha untuk memuaskan kebutuhan jasmaninya serta semua dorongan yang memberi peluang kepadanya sebagai anggota kelompok di lingkungannya (Sunarto, 2018).

(Sunarto, 2018) menjelaskan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, dimana penyesuaian diri memiliki kemampuan membentuk rencana serta pengorganisir respon yang sedemikian rupa sehingga mampu mengatasi segala konflik, kesulitan serta frustrasi secara lebih efisien. Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu membuat sebuah rencana agar hidupnya lebih terorganisir dan tertata.

Menurut (Sobur, 2016) penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Hidup manusia sejak lahir sampai mati tidak lain adalah penyesuaian diri. Kelainan-kelainan kepribadian tidak lain adalah kelainan-kelainan penyesuaian. Gerungan (Sunaryo, 2004) penyesuaian diri mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan keinginan diri. Penyesuaian diri merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit (Hurlock, 2016) Mengacu pada seberapa jauhnya kepribadian seseorang individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat.

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Begitu pentingnya hal ini sampai-sampai dalam berbagai literatur, kita sering

menjumpai ungkapan-ungkapan, seperti “Hidup manusia sejak lahir sampai mati tidak lain adalah penyesuaian diri”. Dalam lapangan psikologi klinis pun, sering kita temukan berbagai pernyataan parah ahli yang menyebutkan bahwa kelainan-kelainan kepribadian tidak lain adalah kelainan-kelainan penyesuaian diri.

Sesuai dengan hasil AKPD (Angket Kebutuhan Peserta Didik) yang sudah disebarakan kepada siswa kelas X didapatkan hasil bahwa banyak siswa yang masih belum bisa menyesuaikan diri dengan baik, dengan dibuktikan pada pernyataan “saya merasa kesulitan berinteraksi dengan orang yang baru dikenal”. Pada permasalahan yang dihadapi oleh mayoritas siswa tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Tingkah Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMA N 2 Semarang”.

Penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Menurut (Sunarto, 2018) mengatakan bahwa penentu penyesuaian diri selalu diidentikan dengan faktor pembentuk pribadi serta pengaturan perkembangan secara bertahap dapat dikelompokkan sebagai berikut: 1) Kondisi Jasmaniah, 2) Perkembangan, Kematangan dan Penyesuaian Diri dan 3) Penentu psikologis, 4) Kondisi Lingkungan, 5) Penentu Kultur.

Dari pengertian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri di sekolah dapat diartikan sebagai kemampuan siswa dalam beradaptasi terhadap lingkungan sekolah secara wajar sehingga memberikan kepuasan bagi diri dan lingkungannya dan kemampuan yang dimiliki individu untuk berinteraksi dengan orang lain yang bertujuan untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, baik secara pribadi ataupun sosial.

METODE PENELITIAN

Menurut (Sugiyono, 2018) menjelaskan bahwa metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuantitatif Deskriptif dengan jenis penelitian survey. (Sugiyono, 2023) Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian filosofis yang digunakan untuk mempelajari populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dan analisis

data kuantitatif/statistik. Melalui penelitian deskriptif ini, peneliti menggambarkan apa yang sebenarnya terjadi pada situasi yang sedang diteliti. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah kegiatan mengumpulkan informasi yang luas tentang keadaan beberapa peristiwa atau variabel.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian survey. Menurut (Maidiana, 2021) penelitian survey dalam pendidikan digunakan untuk menghimpun data siswa terkait sikap, minat, kebiasaan dsb. Penelitian survey dilakukan dengan tujuan untuk memberikan suatu gambaran tentang sesuatu. Survey deskriptif memerlukan teknik pengumpulan data berupa angket atau observasi.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner/angket dan observasi. Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan pertanyaan-pertanyaan yang telah disusun secara sistematis. Responden diminta untuk memberikan tanggapan yang dapat diukur melalui opsi jawaban yang telah ditentukan atau dengan mengisi ruang kosong. Angket atau kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari sampel yang lebih besar dalam penelitian kuantitatif (Creswell, 2014). Observasi terstruktur melibatkan pengamatan sistematis terhadap variabel-variabel yang telah ditentukan sebelumnya. Peneliti menggunakan daftar periksa atau instrumen pengamatan untuk mencatat dan mengukur perilaku, interaksi, atau fenomena yang diamati. Observasi terstruktur bertujuan untuk mengumpulkan data numerik yang dapat dianalisis secara statistik (Creswell, 2014). Teknik analisis data deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu data yang didapat, yang mana analisis data disajikan dalam bentuk table, grafik, mean, standar deviasi dan perhitungan presentase (Sugiyono, 2023).

Menurut (Sappaile, 2007) instrumen merupakan alat untuk memenuhi persyaratan akademis yang berguna untuk mengukur suatu objek atau untuk mengumpulkan suatu data mengenai suatu variabel. Pada penelitian ini menggunakan instrumen angket dalam mengumpulkan data. Menurut (Makbul, 2021) angket merupakan instrumen penelitian mengenai pernyataan atau pertanyaan yang berisikan seputar data atau informasi yang harus dijawab oleh responden.

Angket disusun menggunakan butir-butir instrumen dengan menggunakan skala linkert.

Penyebaran skala linkert yang digunakan adalah melalui Google Form yang akan disebarakan melalui WhatsApp grup kelas. Peneliti menggunakan interval untuk membuat alternatif jawaban dimasing-masing pernyataan sebagai berikut:

Tabel 1. Alternatif Jawaban

Jawaban	Skor Favorabel	Skor Unfavorabel
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Peneliti menggunakan skala linkert dari hasil peneliti lain yaitu Siti Nur Rahmawati yang sudah teruji validitas dan reabilitasnya sehingga peneliti tidak perlu melakukan uji validitas dan reabilitas ulang.

PEMBAHASAN

Responden pada penelitian ini berjumlah 72 siswa yang terbagi menjadi 4 siswa laki-laki dan 68 siswa perempuan yang dapat dilihat dari tabel 2.

Tabel 2. Responden Menurut Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi
1	Laki-laki	4
2	Perempuan	68
	Total	72

Dari hasil responden pada penelitian ini dapat dipresentasikan menjadi laki-laki 6% dan perempuan 94%. Maka responden banyak dari jenis kelamin perempuan. Pada skala penyesuaian diri terdapat 20 butir item yang memiliki nilai terendah adalah 27 sedangkan nilai tertinggi adalah 70. Terdapat 4 banyak kelas yaitu sangat rendah, rendah, tinggi dan sangat tinggi. Panjang interval diketahui $84 : 4 = 21$.

Berdasarkan hasil dari 20 butir item yang diisi oleh 72 siswa dapat diketahui skor terendah yaitu 27 sedangkan skor tertinggi yaitu 70. Adapun tabel distribusi frekuensi penyesuaian diri siswa sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri

No	Rentan	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	27-37	Sangat Rendah	8	11%
2	38-48	Rendah	27	37,5%
3	49-59	Tinggi	24	33%
4	60-70	Sangat Tinggi	13	18%

Berdasarkan hasil diatas mengenai penyesuaian diri siswa diketahui ada 8 siswa dengan kategori sangat rendah yang memiliki presentase 11%, 27 siswa pada kategori rendah dengan presentase 37,5%, 24 siswa pada kategori tinggi dengan presentase 33% dan 13 siswa pada kategori sangat tinggi yang memiliki presentase 18%. Hasil penelitian ini mengenai tingkat penyesuaian diri siswa kelas X SMK N 2 Semarang dengan sampel jenuh 72 siswa berasal dari peminatan pemasaran.

Menurut (Ghufron, Nur, 2017), penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan tercipta keselarasan antara individu dengan realitas. Individu adalah makhluk yang unik dan dinamik, tumbuh dan berkembang, serta memiliki keragaman kebutuhan, baik dalam jenis, tataran (level), maupun intensitasnya.

Penyesuaian diri merupakan aspek yang penting, proses penyesuaian diri bagi setiap orang baik itu anak-anak, remaja, orang dewasa, maupun orang tua sangat diperlukan dan harus dilalui oleh setiap manusia secara berkesinambungan dalam kehidupannya. Terlebih penyesuaian diri sangat diperlukan pada masa remaja, masa remaja ini sering diidentifikasi sebagai masa rawan, karena menimbulkan kekhawatiran bagi para orangtua, serta sering menjadi bahan pembahasan dalam masalah yang sering muncul saat ini.

PENUTUP

Hasil penelitian ini mengungkapkan distribusi tingkat penyesuaian diri siswa, dengan 8 siswa (11%) berada dalam kategori sangat rendah, 27 siswa (37,5%) dalam kategori rendah, 24 siswa (33%) dalam kategori tinggi, dan 13 siswa (18%) dalam kategori sangat tinggi. Temuan ini sejalan dengan survei yang dilakukan pada Santri Putri di Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Pedurungan Semarang,

yang menunjukkan bahwa 91% santri berada dalam kategori penyesuaian diri rendah. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah.

DAFTAR RUJUKAN

- Atiyah, K. (2020). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri remaja. *Maddah: Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, 2(2), 42-51.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.).
- Ghufron, N., & Risnawati, R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hosnan. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Hurlock, E. B. (2016). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Maidiana, M. (2021). Penelitian survey. *Journal of Education*, 20–29.
- Makbul, M. (2021). Metode pengumpulan data dan instrumen penelitian.
- Qulub, H. S. (2020). Tingkat penyesuaian diri santri putri di Pondok Pesantren Al-Hikmah Pedurungan Semarang. (Skripsi Sarjana, Universitas PGRI Semarang).
- Sappaile, B. I. (2007). Konsep instrumen penelitian pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 13(66), 1-7.
- Selliana, S. (2021). Hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMK Tunas Pelita Binjai. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 01-10.
- Sobur, A. (2016). Psikologi Umum. *Jurnal Neo Konseling*, 1. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Sunarto, A. H. (2018). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: Buku Kedokteran.