

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah suatu lembaga yang mempunyai peran strategis terutama mendidik dan menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas dalam memegang estafet generasi sebelumnya. Keberadaan sekolah sebagai sub sistem tatanan kehidupan sosial, menempatkan lembaga sekolah sebagai bagian dari sistem sosial. Sebagai bagian dari sistem dan lembaga sosial, sekolah harus peka dan tanggap dengan harapan dan tuntutan masyarakat sekitarnya. Sekolah diharapkan menjalankan fungsinya dengan mencerdaskan kehidupan bangsa dengan optimal dan mengamankan diri dari pengaruh negatif lingkungan sekitar. Berdasarkan bentuknya sekolah dibagi menjadi sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA).

Sekolah menengah pertama (SMP) adalah jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus sekolah dasar (atau sederajat). Sekolah menengah pertama ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 7 sampai kelas 9. Eccles dkk (dalam Santrock, 2002) mengemukakan bahwa transisi memasuki sekolah menengah pertama (SMP) merupakan sebuah pengalaman normatif yang dialami oleh semua anak. Meskipun demikian, transisi tersebut dapat menimbulkan stres karena transisi ini terjadi secara simultan dengan banyak perubahan lain di dalam diri individu dan di sekolah. Perubahan-perubahan ini mencakup hal-hal yang berkaitan dengan perubahan guru, ruang

kelas, sekolah, peraturan dan prosedur kelas, ekspektasi kinerja, kesulitan pekerjaan, dan pertemanan (Schunk, Pintrich & Meece, 2008).

Para peneliti yang memetakan transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama menemukan bahwa tahun pertama di sekolah menengah pertama dapat menjadi situasi yang sulit bagi banyak siswa. Hirsch dan Rapkin mengemukakan bahwa sebuah penyelidikan mencoba mempelajari transisi dari kelas enam disekolah dasar menuju kelas tujuh di sekolah menengah pertama, di mana persepsi para remaja mengenai kualitas kehidupan sekolah merosot di kelas tujuh. Di kelas tujuh, para siswa kurang puas dengan sekolah, kurang memiliki komitmen terhadap sekolah, dan kurang menyukai guru-gurunya (dalam Santrock, 2002).

Selain itu dalam tahapan perkembangannya, siswa sekolah menengah pertama juga mengalami transisi dari masa anak ke masa remaja. Remaja berasal dari kata *adolescence* yang berasal dari kata dalam bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh menjadi dewasa atau tumbuh ke arah kematangan (maturasi). Kata *adolesence* didefinisikan sebagai suatu periode pertumbuhan antara masa anak dan masa dewasa, periode atau tahapan *intermediate* antara masa anak dan masa dewasa, periode transisi antara masa anak dan masa dewasa atau diumpamakan merupakan jembatan antara masa anak dengan masa dewasa yang harus dilalui setiap individu sebelum mereka menjadi orang dewasa yang matang, bertanggungjawab dan kreatif namun status remaja tidaklah jelas dan menimbulkan keraguan akan peran yang dilakukan.

Pada masa transisi ini, remaja tidak mau lagi diperlakukan oleh lingkungan keluarga dan masyarakat sebagian anak-anak. Namun dilihat dari pertumbuhan fisik, perkembangan psikis (kejiwaan), dan mentalnya belum menunjukkan tanda-tanda dewasa.

Siswa sekolah menengah pertama termasuk dalam remaja awal. Ada tiga gambaran perkembangan yang terjadi pada remaja awal tersebut, yaitu terjadinya pubertas diantaranya terjadi perubahan fisik, munculnya kemampuan-kemampuan berpikir yang lebih matang, dan adanya transisi ke dalam peran-peran baru di masyarakat (dalam Steinberg, 2002).

Hurlock (1997) menyatakan adanya perubahan fisik yang terjadi dengan sangat cepat tersebut memberikan dampak pada individu, yaitu individu mempunyai keinginan yang kuat untuk menyendiri dari teman sebaya atau anggota keluarga; individu merasakan kelelahan fisik dan tidak mau melakukan aktivitas-aktivitas yang sebelumnya disenanginya; individu merasakan gerakan-gerakan tubuhnya canggung dan kaku (tidak luwes); individu merasakan emosinya tidak stabil, mudah meledak dan suasana hatinya mudah berubah-ubah; individu tampak sulit diajak kerjasama, selalu menentang/ membangkang serta tidak toleran kepada orang lain; dan individu tampak kehilangan kepercayaan diri.

Tugas utama individu yang berada pada tahapan remaja awal adalah menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan tersebut. Berikutnya terjadi perubahan dalam kemampuan berpikir. Kemampuan berpikir individu menjadi lebih matang daripada periode sebelumnya. Individu menjadi memiliki kemampuan yang lebih baik untuk berpikir tentang hal-hal yang sifatnya hipotetis

(sesuatu yang belum terjadi tetapi akan terjadi, atau sesuatu yang tidak terjadi tetapi harus terjadi) dan memiliki kemampuan yang lebih baik untuk berpikir tentang konsep-konsep yang abstrak, seperti persahabatan, demokrasi atau moralitas (Keating dalam Steinberg, 2002).

Kedua Transisi dalam memasuki Sekolah menengah pertama tersebut menghadapkan individu pada perubahan-perubahan dan tuntutan-tuntutan baru sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan variasi kegiatan organisme dalam mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial (Chaplin, 1999). Tuntutan-tuntutan tersebut dapat digolongkan menjadi tuntutan internal dan tuntutan eksternal. Tuntutan internal dan eksternal merupakan tuntutan yang berupa dorongan atau kebutuhan yang timbul dari dalam dan luar yang bersifat fisik dan psikologis.

Penyesuaian diri berasal dari kata adaptasi dalam biologi yang berarti usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia hidup. Dalam psikologi ini dikenal dengan kata *adjustment* (penyesuaian diri), selama hidupnya manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri (Mu'tadin, 2002). Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Salah satu sekolah menengah pertama (SMP) yang ada di kota Medan adalah SMP Swasta Budi Agung. Berdasarkan data dan hasil wawancara kepada salah satu guru bimbingan konseling di sekolah tersebut, bahwa sebagian siswa mampu beradaptasi dengan kehidupan sekolah namun sebagian lagi masih bermasalah dengan proses penyesuaian dirinya. Hal yang paling terlihat adalah kurangnya tanggung jawab dalam mematuhi peraturan sekolah yang menjadi tuntutan mereka sebagai seorang siswa.

Data menunjukkan bahwa terdapat kurang lebih 30% dari siswa melakukan beberapa pelanggaran dalam kurun waktu satu semester termasuk siswa tahun pertama yaitu kelas VII. Pelanggaran yang terjadi disekolah merupakan wujud kurangnya disiplin siswa di sekolah. Menurut Scheineders (1964) kedisiplinan diri merupakan salah satu faktor yang menentukan proses

penyesuaian diri dimana pelanggaran-pelanggaran tersebut terjadi karena kurangnya tanggung jawab siswa dalam melaksanakan tuntutan-tuntutan yang ada dilingkungan sekolah.

Rasa tanggung jawab, kontrol dan pengembangan diri, bebas dari respon simtomatis, kemampuan bekerja sama dengan orang lain merupakan beberapa kriteria penyesuaian diri yang baik menurut Scheineders (1964). Kurangnya tanggung jawab siswa terhadap pelaksanaan tata tertib sekolah menyebabkan timbulnya masalah antara siswa dengan pihak sekolah. Hal yang terlihat dari pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan dalam aspek penyesuaian diri diantaranya masih adanya siswa yang sering terlambat datang ke sekolah sehingga harus berhadapan dengan guru, lalai dalam mengerjakan tugas sehingga harus dihukum oleh guru, mencoba mencontek, berpakaian tidak sesuai dengan peraturan seperti baju yang ketat dan celana yang sengaja dirobek sehingga siswa harus diberikan peringatan dan sanksi, terkadang terjadi perkelahian di kelas, sikap permusuhan antar teman, absen/ketidakhadiran yang meningkat setiap hari sabtu dengan alasan yang beragam baik dengan alasan sakit, urusan keluarga, hingga akhirnya diketahui karena mereka malas berada di sekolah.

Dari hasil wawancara juga dikatakan bahwa masalah pertemanan menjadi sumber masalah dari perselisihan antar siswa. Beberapa siswa juga mengaku bahwa mereka cemas saat memulai pelajaran, dan sebagian yang lain merasa tidak begitu peduli dengan pelajaran.

Beberapa penelitian tentang penyesuaian diri menyebutkan bahwa penyesuaian diri berhubungan dengan aspek psikologis yang lain. Schneiders

(1964) menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Kondisi psikologis meliputi keadaan mental individu yang sehat. Individu yang memiliki mental yang sehat mampu melakukan pengaturan terhadap dirinya sendiri dalam perilakunya secara efektif. Menurut Bandura (1997) untuk mengatur perilaku akan dibentuk atau tidak, individu tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang keuntungan dan kerugian, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana individu mampu mengatur perilaku tersebut. Kemampuan ini disebut dengan efikasi diri (*self efficacy*).

Efikasi diri (*self efficacy*) adalah perasaan individu akan kemampuannya mengerjakan suatu tugas. Efikasi diri mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan yang dibutuhkan untuk menampilkan kecakapan tertentu (Bandura, 1997). Siswa sebagai subjek didik dituntut untuk dapat menyesuaikan diri di sekolah agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik dan segala hal yang menyangkut akademik bisa diikuti demi kemajuan prestasi siswa. Untuk itu siswa diharapkan memiliki efikasi diri dalam mengikuti kegiatan akademik. Efikasi diri akademik didefinisikan sebagai perasaan individu akan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas akademik, yaitu tugas yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan yang harus dipelajari selama individu menempuh pendidikan.

Pada penelitian Poyrazli (dalam Wijaya, 2012) diungkapkan bahwa Efikasi diri dan penyesuaian diri menunjukkan hubungan yang bersifat positif. Bandura menyatakan bahwa efikasi diri yang kuat tentang kemampuan dan

kompetensi akan membantu seorang individu untuk beradaptasi secara emosional. Chamers & Garcia juga mengatakan bahwa efikasi diri yang tinggi mengakibatkan lebih sedikit tekanan, sehingga mengakibatkan lebih sedikit permasalahan kesehatan dan penyesuaian menjadi lebih baik sedangkan pada penelitian Wijaya (dalam Hartati dan Sandha, 2012) dikatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri siswa, semakin tinggi efikasi diri akademik maka penyesuaian diri siswa akan semakin baik, sebaliknya semakin rendah efikasi diri akademik, maka penyesuaian diri siswa semakin buruk.

Astuti (dalam Hatati dan Sudha, 2012) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa masa penyesuaian diri, individu membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Menurut House (dalam Sarafino, 2002) meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang dengan memberikan perhatian, rasa pengertian yang memenuhi aspek *emotional support*, penerimaan *feedback* terhadap hasil kerja subjek yang memenuhi aspek *appraisal support*, pemberi nasehat, dan informasi yang memenuhi aspek *instrumental support* akan menimbulkan perasaan memilih, meningkatkan harga diri subjek, serta menimbulkan perasaan positif subjek mengenai diri sendiri.

Penyesuaian diri siswa yang berada dalam lingkungan sekolah tidak lepas dari adanya teman sebaya. Teman sebaya didefinisikan sebagai individu-individu yang memiliki kedudukan yang sederajat dengan individu lain. Santrock (2002), menjelaskan bahwa teman-teman sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Beberapa ahli

perkembangan berpendapat bahwa teman sebaya adalah individu yang sejajar secara sosial, dan untuk beberapa waktu melakukan kompleksitas tingkah laku pada level yang sama. Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima kawan sebaya atau kelompok. Sebagai akibatnya, mereka akan merasa senang apabila diterima dan sebaliknya akan merasa sangat tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh teman sebayanya. Bagi mereka pandangan teman-teman sebaya sangat penting.

Para ahli psikologi mengatakan bahwa teman sebaya tidak hanya diartikan sebagai kumpulan teman bermain, tetapi lebih merupakan perpaduan dari interaksi dasar secara reguler, mempunyai rasa saling pengertian. memberikan norma yang spesifik secara implisit dan eksplisit mengenai bagaimana anggota dapat memperkirakan bagaimana bertingkah laku yang baik, mengembangkan struktur dan hierarki kelompok yang memungkinkan tiap anggotanya untuk dapat bekerja sama kearah tujuan dan prestasi bersama.

Teman-teman sebaya juga menyediakan pola-pola interaksi baru. Mereka mempelajari dan memperbaiki pemikiran-pemikiran, perasaan dan harapan serta tuntutan-tuntutan baru dari lingkungan. Interaksi dengan teman sebaya dapat membantu perkembangan berbagai kompetensi sosial dan personal, hal ini tidaklah mudah diperoleh oleh individu. Kontak dengan teman sebaya dapat memberikan kesempatan untuk memperluas interaksinya dan mengembangkan kompetensi sertapola tingkah laku yang sedikit banyak sama dengan lingkungan dimana individu berada.

Pertemanan berdasarkan tingkat usia dengan sendirinya akan terjadi meskipun sekolah tidak menetapkan sistem usia. Remaja dibiarkan sendiri untuk menentukan sendiri komposisi masyarakat mereka. Salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah sebagai sumber informasi mengenai dunia luar keluarga. Remaja usia belasan tahun ini menghadapi tekanan untuk mengikuti semua ketentuan-ketentuan dari kelompok dan akan menanggung resiko diasingkan apabila mereka gagal untuk melaksanakan aturan-aturan tersebut. Pada masa remaja, kelompok teman sebaya berpotensi untuk menumbangkan pengaruh-pengaruh positif dari orang tua dan guru, sehingga mampu mengembangkan tingkah laku anti sosial. Walaupun demikian perlu diketahui bahwa teman sebaya tidak hanya memberikan pengaruh negatif kepada remaja, karena pengalaman-pengalaman dalam kelompok teman sebaya lebih memiliki kemungkinan untuk memberikan pengaruh yang sehat dan pola tingkah laku yang adaptif dibandingkan pengaruh yang tidak sehat dan munculnya tingkah laku *maladaptive*.

Relasi yang baik di diantara teman-teman sebaya dibutuhkan bagi perkembangan sosial yang normal di masa remaja, isolasi sosial, atau ketidakmampuan untuk terjun dalam sebuah jaringan sosial, berkaitan dengan berbagai bentuk masalah dan gangguan, mulai dari masalah kenakalan dan masalah minuman keras dan depresi. Dalam sebuah studi mengenai remaja terungkap bahwa relasi yang positif dengan teman sebaya berkaitan dengan penyesuaian sosial yang positif. Dimana dalam studi tersebut dijelaskan bahwa remaja yang memiliki sahabat lebih berperilaku positif.

Berndt, Hawkins, dan Jiao mengatakan bahwa persahabatan dapat mempengaruhi keberhasilan siswa dalam transisi dari SD ke SMP . Berndt & Keefe juga menemukan bahwa siswa dengan kualitas persahabatan yang tinggi pada seluruh transisi menunjukkan adanya peningkatan kepemimpinan dan sosialisasi. Sehubungan dengan kualitas persahabatan, penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang memiliki kualitas persahabatan yang positif menampilkan perilaku prososial yang lebih besar, lebih populer, harga diri tinggi, memiliki masalah emosional yang lebih sedikit, memiliki sikap yang lebih baik terhadap sekolah, dan mencapai tingkat yang lebih tinggi di sekolah, dibandingkan dengan siswa lain (dalam Schunk, Pintrich & Meece, 2008).

Berdasarkan latar belakang di atas, akan dilihat apakah efikasi diri akademik dan dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri siswa berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yang diungkapkan oleh Schneiders (1964).

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, dianggap perlu melakukan penelitian apakah terdapat hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri siswa berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang dikemukakan di atas, maka didapat suatu rumusan masalah:

1. Apakah ada hubungan efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri siswa?
2. Apakah ada hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa?
3. Apakah ada hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri

D. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Adanya hubungan efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri siswa
2. Adanya hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa
3. Adanya hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis :

Dari segi teoritis dapat memberikan sumbangan ilmiah terhadap pengembangan psikologi pendidikan dan perkembangan, khususnya tentang masalah penyesuaian diri siswa di sekolah.

2. Manfaat Praktis :

- a. Bagi subjek, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan kepada siswa dan dalam mengenali efikasi diri dan dukungan yang diberikan teman sebaya, sehingga dapat membantu dalam penyesuaian diri akademik siswa.
- b. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tentang masalah penyesuaian diri dan membantu dalam penanganan siswa disekolah.
- c. Bagi peneliti lain, memberikan informasi dan hasil empiris sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya, khususnya tentang hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dari teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa.