

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA DI SMP ISLAM TERPADU AL FAKHRI**

SKRIPSI

M. IHZA SYAM PUTRA

16.860.0375



**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 26/10/23

Access From (repository.uma.ac.id)26/10/23

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA DI SMP ISLAM TERPADU AL FAKHRI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna Memenuhi
Gelar Sarjana Psikologi*

SKRIPSI

M. IHZA SYAM PUTRA

16.860.0375



**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

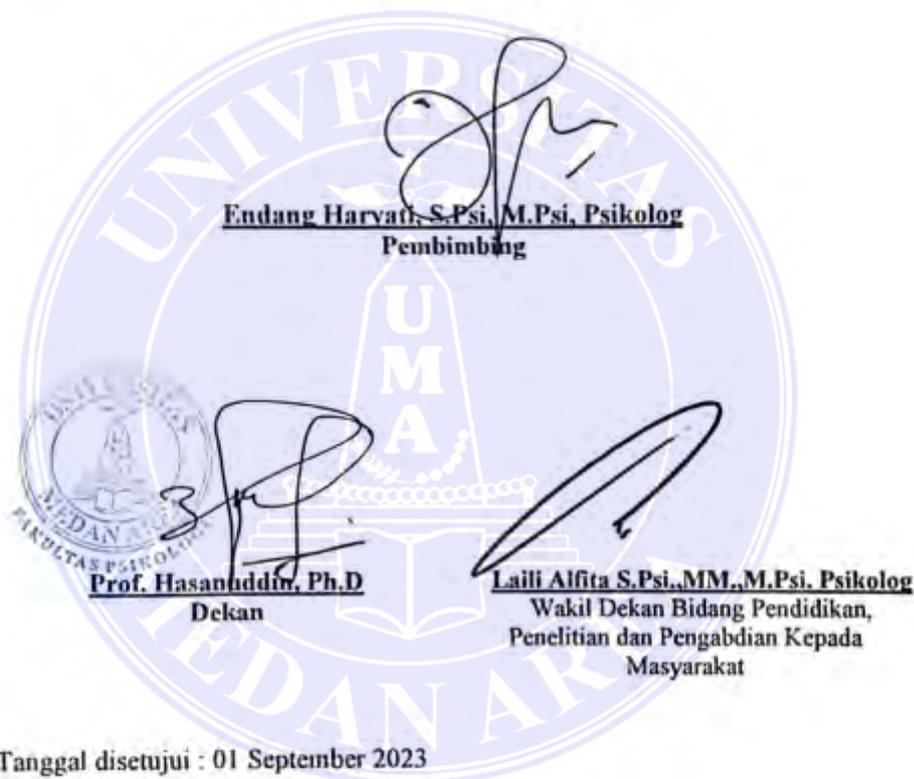
UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP
Islam Terpadu Al Fakhri
Nama : M.Ihza Syam Putra
NPM : 168600375
Fakultas : Psikologi

Disetujui Sidang Oleh



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini

Medan, 01 September 2023


M Ihza Syam Putra
168600375

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **M Ihza Syam Putra**
NPM : 168600375
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Skripsi

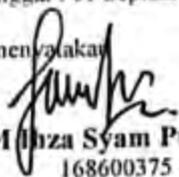
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 01 September 2023

Yang menandatangani


M Ihza Syam Putra
168600375

Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP Islam Terpadu Al Fakhri

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP Islam Terpadu Al Fakhri. Tipe penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Jumlah sampel sebanyak 50 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling*. Dukungan sosial dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Penyesuaian diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (2012), yaitu: *Adaptation, Comformity, Mastery, Individual variation*. Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r^{xy} = 0,974$, dengan Signifikan $p = 0,000 < 0,05$. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah $r^2 = 0.948$. Ini menunjukkan bahwa Dukungan sosial berdistribusi sebesar 94,80% terhadap Penyesuaian diri.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri

The Correlation between Social Support and Self-adjustment of Al Fakhri Integrated Islamic Middle School Students

Abstract

This study aims to determine the correlation between social support and self-adjustment of Al Fakhri Integrated Islamic Middle School students. The type of research used is quantitative. With a total sample of 50 students. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique. Social support in this study is measured based on aspects of social support Canava and Dolan (in Tarmidi and Rambe, 2010): Emotional Support, Appreciation Support, Instrumental Support, Information Support, and Social Network Support. According to Schneiders (2012), self-adjustment was compiled by researchers based on aspects of self-adjustment, namely: Adaptation, Conformity, Mastery, Individual variation. Based on the results of calculating the product moment correlation analysis, it can be seen that there is a positive relationship between social support and self-adjustment. This result is proven by the correlation coefficient $r_{xy} = 974$, with a significant $p = 0.000 < 0.05$. The determinant coefficient (r^2) of the relationship between the independent variable and the dependent variable is $r^2 = 0.948$. This shows that social support is distributed at 94.80% of self-adjustment.

Keywords: *Social Support, Adjustment*

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama M Ihza Syam Putra lahir di Kota Medan Provinsi Sumatera Utara pada tanggal 28 Agustus 1998. Penulis lahir dari pasangan SudarmanS,Pd dan Dra.Hj Syamsinar tlg . Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Adapun riwayat pendidikan penulis, yaitu pada tahun 2004 penulis masuk sekolah dasar SD Negeri 060927 Medan dan tamat tahun 2010. Kemudian melanjutkan ke sekolah menengah pertama di Mtsn 1 Medan dan lulus tiga tahun pada tahun 2013 . Selanjutnya masuk sekolah SMA Negeri 13 Medan dari tahun 2013 sampai dengan 2016 . Pada tahun 2016 penulis terdaftar pada salah satu perguruan tinggi swasta Program S1 Jurusan Psikologi Universitas Medan Area.

Berkat petunjuk dan pertolongan ALLAH SWT , usaha dan disertai doa dari kedua orang tua dalam menjalani aktivitas akademik di perguruan tinggi Universitas Medan Area. Alhamdulillah dengan rasa syukur penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di SMP Islam Terpadu Al Fakhri.”. Semoga dengan penulisan tugas akhir skripsi ini mampu memberikan kontribusi positif bagi dunia pendidikan dan menambah ilmu pengetahuan serta bermanfaat dan berguna bagi sesama.

Medan, 01 September 2022

KATA PENGHANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam hal ini peneliti telah banyak menerima bantuan serta bimbingan maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk membantu saya dan banyak memberikan masukan dan motivasi, dan selalu sabar dalam membimbing saya. Terimakasih sebesar-besarnya yang tidak bisa saya ungkapkan untuk kedua orang tua, Bapak Sudarman, S.Pd dan Ibu Dra.Hj Syamsinar tjt. yang telah memberikan cinta dan kasih sayangnya kepada saya, selalu memanjatkan doa untuk saya, dan selalu memberikan bantuan materi yang saya butuhkan demi terselesainya skripsi ini. Ayah dan mama adalah bentuk kasih sayang tuhan yang nyata untuk saya, Semoga Ayah dan mama selalu dalam lindungan Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat mendidik dan membangun sangat penulis harapkan sehingga skripsi ini menjadi lebih baik. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

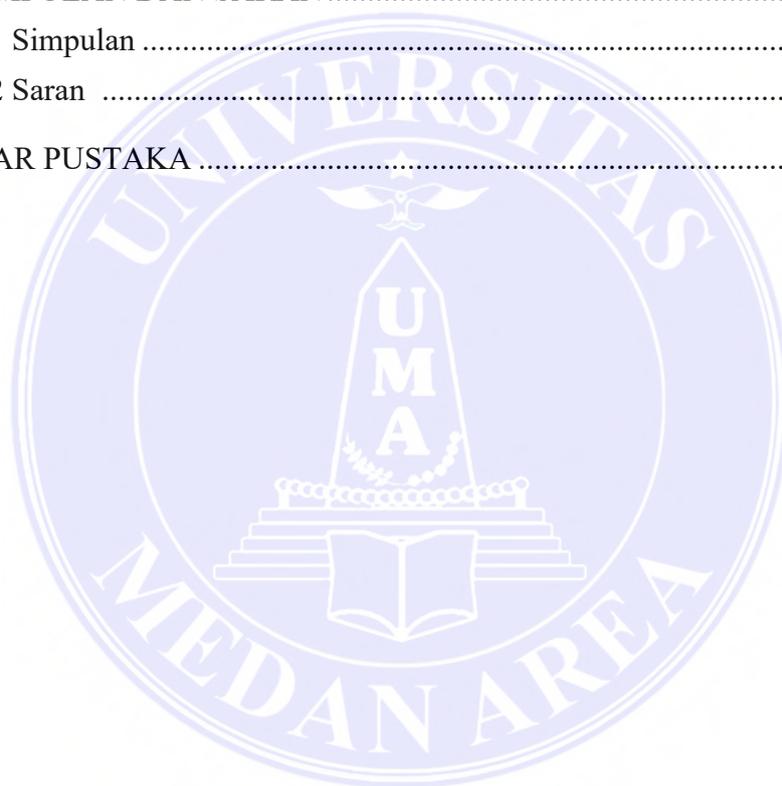
Hormat Saya

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Hipotesis Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Penyesuaian Diri	8
2.1 Pengertian Penyesuaian Diri	8
2.1.2 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	9
2.1.3 Aspek- Aspek Penyesuaian Diri	12
2.1.4 Dimensi Penyesuaian Diri.....	16
2.1.5 Karakteristik Penyesuaian Diri	17
2.2 Dukungan Sosial	24
2.2.1 Pengertian Dukungan Sosial	24
2.2.2 Faktor–faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	26
2.2.3 Aspek Dukungan Sosial.....	27
2.3 Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri.....	31
2.4 Kerangka Konseptual.....	33
III. METODE PENELITIAN.....	34
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	34

3.2 Bahan dan Alat.....	34
3.3 Metodologi Penelitian.....	36
3.4 Populasi dan Sampel.....	38
3.5 Prosedur Kerja.....	39
IV. LAPORAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Hasil Penelitian.....	43
4.2 Pembahasan.....	50
V. SIMPULAN DAN SARAN.....	53
5.1 Simpulan.....	53
5.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....	55



DAFTAR TABEL

1. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba	40
2. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala penyesuaian diri Sebelum Uji Coba	40
3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala dukungan sosial Setelah Uji Coba	43
4. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala penyesuaian diri Setelah Uji Coba	44
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas sebaran	45
6. Rangkuman Perhitungan Uji Linearitas	46
7. Rangkuman Perhitungan Uji Hipotesis	46
8. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik.....	49

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia pada hakikatnya merupakan individu yang hidupnya tidak dapat sendiri, melainkan makhluk yang tidak lepas dari pengaruh lingkungan sosial di sekitarnya. Manusia selalu hidup berdampingan dengan banyak orang. Karena manusia pada dasarnya hidup berbarengan dengan banyak orang dalam kehidupan sosialnya, maka manusia dituntut agar mampu melakukan penyesuaian sosial baik di lingkungan dalam rumah, lingkungan sekitar rumah, maupun di sekolah.

Pendidikan merupakan cara manusia menyesuaikan diri. Selama periode penyesuaian diri itu, ada masa dimana individu tidak dapat begitu saja dilepaskan pada pengaruh luar, sehingga dibentuklah usaha dalam cara mengatur pengaruh luar itu dengan sebaik-baiknya, disesuaikan dengan sifat-sifat kodrat anak didik yang dikenal dengan nama sekolah. Sedangkan selama hidup manusia diharapkan dengan proses penyesuaian diri terhadap keadaan baru, perubahan suasana, kebutuhan baru dan sebagainya.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Jika individu berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan bagi lingkungannya disebut penyesuaian diri dengan baik (*well adjusted*). Seandainya individu gagal dalam proses penyesuaian diri disebut (*maladjusted*).

Penyesuaian diri merupakan tuntutan untuk dapat tetap diterima di masyarakat dan proses yang melibatkan respon mental serta tingkah laku, untuk memenuhi kebutuhan yang tidak bertentangan dengan norma masyarakat. Di lingkungan sekolah misalnya, siswa-siswi di sekolah perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri agar mampu berinteraksi secara baik dengan teman-temannya (Wijayanto dalam Wijaya, 2007).

Permasalahan penyesuaian diri di sekolah timbul ketika siswa mulai memasuki jenjang sekolah yang baru. Siswa mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru-guru, teman, mata pelajaran, dan tata tertib sekolah. Siswa tertinggal dalam pelajaran karena guru berbeda-beda dalam cara mengajarnya. Selain itu masalah teman sebaya yang membuat siswa kehilangan teman lama dan terpaksa mencari teman baru. Banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mencari atau membentuk persahabatan dan hubungan sosial yang baru.

Haber & Runyon (*Psychologi of adjustment*, 2012) individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, umumnya memiliki ciri-ciri sebagai berikut : Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita. Pemahaman atau persepsi orang terhadap realita yang dihadapi adalah sama. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan. Orang yang mampu menyesuaikan diri, tidak selalu menghindari munculnya tekanan dan kecemasan. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya. Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan saat itu dialami serta mampu

mengekspresikan dalam spektrum yang luas dan juga mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi. Relasi interpersonal baik. Individu yang memiliki penyesuaian yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial, mampu menikmati disukai, dan direspon oleh orang lain di satu sisi, tetapi mampu memberikan respek dan menyukai orang lain.

Proses pembelajaran secara luring akan dikategorikan berhasil dengan efektif dan efisien apabila secara menyeluruh atau 70% siswa menunjukkan keaktifan secara fisik, mental, semangat dan mampu mengembangkan diri yang lebih percaya diri dalam belajar (Marta, 2018). Adapun peneliti temukan melalui observasi pembelajaran didalam kelas, siswa kurang begitu aktif dalam mengikuti pembelajaran didalam kelas. Dimana dari hasil data temuan peneliti, bahwa dalam satu kali siswa mengikuti pembelajaran secara luring di sekolah hanya mencapai 30% siswa, hal ini sangat tampak jelas bahwa siswa hanya mengikuti proses pembelajaran secara tidak bersemangat.

Penyesuaian diri seperti paparan teori diatas diharapkan terjadi pada siswa SMP IT Al Fakhri. Pada saat belajar di kelas memang lebih baik dimanfaatkan untuk membangun *chemistry* antara guru dengan peserta didik dibandingkan dengan mengejar ketuntasan materi. Akan tetapi siswa terlihat sulit memahami materi yang dijelaskan oleh guru hal ini karena kurangnya adaptasi siswa dengan lingkungan sekolah.

Penyesuaian diri tidak semua individu sama berhasilnya karena banyak hambatan yang menyebabkan seseorang tidak bisa melakukan penyesuaian secara optimal (Fatimah, 2011). Dalam kaitannya dengan pendidikan, peranan sekolah pada hakikatnya tidak jauh dari peranan keluarga yaitu sebagai rujukan dan tempat perlindungan jika anak didik mengalami masalah. Oleh karena itu setiap sekolah ditunjuk wali kelas untuk membantu anak didik jika mereka menghadapi kesulitan dalam pelajaran dan memberikan bimbingan dan penyuluhan untuk membantu anak didik yang mempunyai masalah pribadi, dan masalah penyesuaian diri baik terhadap dirinya maupun tuntunan sekolah (Sunarto & Hartono, 2013).

Terdapat faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial adalah pemberian bantuan seperti materi, emosi dan informasi. Dukungan sosial dapat membantu seseorang untuk menyesuaikan diri dalam situasi dan kondisi apapun, terutama dari keluarga (Rosa, 2020). Pemberian kasih sayang dari keluarga merupakan tempat pertama yang memperlakukan rasa diterima ataupun tidak diterima, berharga atau tidak berharga, karena sebelum anak mengenal ruang lingkup pendidikan dan masyarakat.

Dukungan sosial bisa dinilai merupakan suatu kondisi yang memiliki manfaat untuk seseorang yang didapatkan melalui individu lain yang bisa dipercayai. Hal ini seseorang akan merasa jika individu lain mencintai, memperhatikan, serta menghargainya (Kusrini & Prihartanti, 2014). Dukungan dapat bersumber melalui banyak sumber, misalnya teman sebaya, organisasi komunitas, orang tua maupun pasangan kekasih yang bisa membantu ketika diperlukan. Maka, dukungan sosial berfokus terhadap tindakan yang sesungguhnya dilaksanakan individu lain ataupun

mendapat dukungan. Dukungan yang dirasakan serta diterima bisa mempunyai dampak yang tidak sama tentang kesehatan.

Dukungan sosial diharapkan juga oleh siswa SMP IT Al Fakhri. Lingkungan yang nyaman dan aman dapat membantu mengembalikan semangat dalam proses pembelajaran. Siswa terlihat cenderung menyendiri pada saat jam istirahat, mereka terlihat menggunakan telepon genggam dibandingkan berinteraksi dengan teman. Selain itu siswa membutuhkan dukungan dari guru dalam memahami materi dan menanyakan kendala yang dihadapi misalnya: kurang memahami materi pelajaran, akan tetapi waktu yang disediakan sangatlah terbatas. Hal ini tentu membuat siswa kurang mendapatkan dukungan. Siswa membutuhkan guru dalam membantu mereka untuk dapat beradaptasi pada masa transisi pembelajaran jarak jauh menuju pembelajaran tatap muka ini. Bahkan sebenarnya mereka juga butuh dukungan sosial maupun dukungan secara mental agar benar-benar siap menjalankan pembelajaran tatap muka.

Menurut Corsini (dalam Rensi & Lucia, 2010), dukungan sosial yakni keuntungan yang diperoleh individu melalui hasil interaksi dengan individu lain. Individu yang berhubungan baik dengan individu lain seperti keluarga dan teman akan mampu meningkatkan kompetensi dirinya dalam mengelola masalah-masalah yang dihadapi setiap hari.

Berdasarkan gambaran fenomena yang diambil dari hasil observasi dan wawancara maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP Islam Terpadu Al Fakhri”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis merumuskan suatu masalah yang akan diteliti lebih lanjut, yaitu Apakah Ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP Islam Terpadu Al Fakhri.

1.3. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP Islam Terpadu Al Fakhri.

1.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian diatas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri, dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah penyesuaian diri.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan menjadi referensi dalam bidang psikologi tentang dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa,

- b. Sebagai tambahan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi para orangtua diharapkan dapat meningkatkan edukasi tentang cara menyesuaikan diri dalam menghadapi beragam fenomena di kalangan siswa.
- b. Bagi lingkungan diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat sebagai upaya mengoptimalkan hubungan sosial dalam menyesuaikan diri.
- c. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat memberikan referensi atau acuan untuk mengembangkan penelitian yang sejenis, khususnya mengenai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Kartono (2011) penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Maka dari itu penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar dari perubahan tingkah laku tersebut dapat terjadi hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungannya.

Lebih lanjut Semiun (2019) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin serta menelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup.

Penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (mastery), yaitu kemampuan untuk melakukan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah dalam menyesuaikan diri di lingkungan Schneiders (dalam Asrori, 2018) sebagai Hal ini juga berarti bahwa penguasaan memiliki kekuatan-kekuatan terhadap lingkungan, yaitu kemampuan menyesuaikan diri dengan realitas berdasarkan cara-cara yang

baik, akurat, sehat, dan mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif dan efisien sehingga penyesuaian diri dapat berlangsung dengan baik dilingkungan sekitarnya.

Penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneider (dalam Yusuf, 2011), penyesuaian merupakan suatu proses respon individu yang bersifat behavioral maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri, tegangan emosional, frustrasi, konflik dan memelihara keharmonisan antara pemenuhan kebutuhan tersebut dengan tuntutan (norma) lingkungan”. Selanjutnya Vembrianto (2010), penyesuaian diri merupakan suatu proses belajar sehingga individu mempelajari tingkah laku dalam menghadapi tuntutan-tuntutan lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses kemampuan individu untuk menyesuaikan keadaan dirinya dengan lingkungannya.

2. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Sari & Nuryoto (2012):

- a. Pendidikan, Tingkat kesadaran yang lebih tinggi akan dimiliki oleh individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi pula, sehingga individu melihat kearah luas dalam memandang dan memahami keadaan dirinya untuk mencapai penerimaan diri yang baik.
- b. Dukungan sosial, seseorang yang memperoleh dukungan dari lingkungan, akan memperoleh perlakuan baik dari orang-orang sekitar, sehingga

menimbulkan perasaan memiliki kepercayaan dan rasa aman didalam diri individu.

- c. Penerimaan diri, Seseorang mencapai keseimbangan hidup dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan dan terus menerus berusaha menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup.

Faktor-faktor penyesuaian diri dikemukakan Hurlock (2011) yaitu:

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri, hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan tidak kemampuannya. Individu yang dapat memahami dirinya sendiri tidak hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga pada kesempatannya untuk penemuan diri sendiri, maka semakin ia dapat menerima dirinya sendiri.
- b. Adanya hal yang realistik, hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan disesuaikan pada pemahaman dan kemampuan, dan bukan diarahkan pada orang lain dengan mencapai tujuannya dengan memiliki harapan yang realistik, maka akan semakin besar kesempatan ketercapainya harapan itu dan hal ini akan menimbulkan kepuasan diri yang merupakan hal penting dalam penerimaan diri.
- c. Adanya dukungan dari lingkungan, walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai.

- d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak menimbulkan prasangka, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan.
- e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat akan terciptanya individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.
- f. Pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Keberhasilan yang dialami individu akan dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya jika kegagalan yang dialami individu akan dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.
- g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik Individu yang mengidentifikasi dengan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri, dan bertingkah laku dengan baik yang menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik.
- h. Adanya perspektif diri yang luas. Memperhatikan pandangan orang lain tentang diri perspektif yang diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Dalam hal ini usia dan tingkat pendidikan memegang peranan penting bagi seseorang untuk mengembangkan perspektif dirinya.
- i. Pola asuh dimasa kecil yang baik. Seseorang remaja yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai individu yang dapat menghargai dirinya sendiri.

- j. Konsep diri yang stabil. Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil, akan sulit menunjukkan pada orang lain, siapa ia yang sebenarnya, sebab ia sendiri ambivalen terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah pendidikan, dukungan sosial, penerimaan diri, adanya pemahaman tentang diri sendiri, adanya hal yang realistis, adanya dukungan dari lingkungan, sikap-sikap, tidak adanya gangguan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami, identifikasi, adanya perspektif diri yang luas. pola asuh dan konsep diri yang stabil.

3. Aspek – Aspek Penyesuaian Diri.

Schneiders (2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri memiliki empat aspek, yaitu:

- a. *Adaptation*, artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik, berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam konotasi fisik.
- b. *Comformity*, artinya seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya.
- c. *Mastery*, artinya orang yang mempunyai penyesuaian diri baik mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respons diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien.

- d. *Individual variation*, artinya ada perbedaan individual pada perilaku dan responsnya dalam menanggapi masalah.

Selanjutnya Desmita (2016) penyesuaian diri yang sehat berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat. Maka secara garis besarnya penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu :

- a. Kematangan emosional merupakan proses dimana pribadi individu secara terus menerus berusaha mencapai suatu tingkatan emosi yang sehat, baik secara intrafisik maupun interpersonal. Kematangan emosional mencakup aspek-aspek: Kemantapan suasana kehidupan emosional, Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain, Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan, Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan menyatakan diri sendiri.
- b. Kematangan intelektual adalah kemampuan seseorang untuk berpikir secara rasional dan bertindak secara efektif dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek : Kemantapan suasana kehidupan emosional, Kemampuan memahami orang lain dan keagamaannya, Kemampuan mengambil keputusan, Keterbukaan dalam mengenal lingkungan.
- c. Kematangan sosial adalah kemampuan untuk berfungsi secara tanggung jawab yang tepat dan pemahaman tentang aturan-aturan **sosial** dan norma-norma di dalam budaya tertentu dan kemampuan untuk menggunakan pengetahuan secara tepat. Kematangan social mencakup aspek-aspek:

Keterlibatan dalam partisipasi sosial, Kesiediaan kerja sama, Kemampuan kepemimpinan, Sikap toleransi, Keakraban dalam pergaulan.

- d. Tanggung jawab adalah keadaan di mana wajib menanggung segala sesuatu sehingga kewajiban menanggung, memikul jawab, menanggung segala sesuatu yang menjadi akibat. Tanggungjawab mencakup aspek-aspek: Sikap produktif dalam mengembangkan diri, Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel, Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal, Kesadaran akan etika dan hidup jujur, Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai, Kemampuan bertindak independen.

Menurut Hasibuan (2010) aspek – aspek penyesuaian diri itu meliputi ;

- a. Kesadaran

Kesadaran adalah bentuk sikap penyesuaian diri yang menunjukkan kepekaan terhadap adanya suatu stimuli yang berupa objek, situasi dan problem yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap kerelaan mentaati norma – norma, serta sadar akan tugas dan tanggung jawab tanpa dasar paksaan.

- b. Pemahaman

Pemahaman merupakan suatu kemampuan untuk memisahkan dan memberikan batasan atas dasar pengertian yang menuntut adanya kemampuan untuk menghubungkan antara pengalaman yang lalu dengan sikap yang berani dalam menyelesaikan dan menanggulangi hambatan – hambatan.

c. Pengendalian Diri

Pengendalian diri adalah perbuatan individu dalam penyesuaiannya yang ditunjukkan dengan pembinaan tekad terhadap kemauan, semangat, dan pengarahannya tenaga untuk benar – benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan sehingga mencapai hasil yang baik.

d. Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian ini yaitu suatu kemampuan menerima keadaan dirinya sendiri dengan tidak merasa menyesal atau merasa berdosa dengan keadaan dirinya, serta percaya dengan kemampuan dirinya sendiri.

Sementara menurut Enung (dalam Noviana, 2010) aspek – aspek penyesuaian diri antara lain;

- a. Penyesuaian pribadi : kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya.
- b. Penyesuaian sosial, mencakup hubungan dengan masyarakat disekitar tempat tinggalnya, keluarga, teman atau masyarakat luas secara umum.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek penyesuaian diri meliputi aspek adaptation, conformity, mastery, individual variation, kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.

4. Dimensi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (dalam Agustiani, 2006) proses penyesuaian diri melibatkan tiga unsur, yaitu :

a. Motivasi

Motivasi sama halnya dengan kebutuhan, perasaan dan emosi yang merupakan kekuatan mental yang menyebabkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam organisme. Respon penyesuaian diri baik dan buruk secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya organisme mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara keseimbangan yang wajar. Kualitas respon itu sehat, efisien, merusak ditentukan terutama juga oleh hubungan individu dengan lingkungan.

b. Sikap terhadap realitas.

Sikap terhadap realitas yaitu berbagai tuntutan realitas, adanya pembatasan aturan dan norma-norma yang menuntut individu untuk terus belajar menghadapi dan mengatur suatu proses kearah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap dengan tuntutan eksternal dari realitas. Jika individu tidak tahan terhadap tuntutan-tuntutan itu, akan muncul situasi konflik, tekanan dan frustrasi dalam situasi seperti itu. Individu didorong untuk mencari perbedaan-perbedaan yang memungkinkan untuk membebaskan diri dari ketegangan-ketegangan yang dialaminya.

c. Pola dasar penyesuaian diri

Pola dasar penyesuaian diri yaitu individu dengan mengalami ketegangan dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan yang diinginkannya, maka individu tersebut akan berubah mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat tidak terpenuhi kebutuhannya tersebut, karena antara keinginan dan kebutuhan sering tidak sejalan sehingga menimbulkan stres bagi individu tersebut.

5. Karakteristik Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan karakteristik berikut ini Sunarto dan Sunartono (dalam Fakhriyani, 2019):

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yaitu apabila ketika individu mampu menghadapi suatu masalah yang dihadapi mampu menghadapi dengan tenang dan tidak menunjukkan ketegangan misalnya tenang, ramah, senang, dan tidak mudah tersinggung.
- b. Tidak menunjukkan adanya prestasi pribadi yaitu individu tidak menunjukkan perasaan cemas dan tegang pada situasi tertentu dan situasi yang baru, misalnya percaya diri dan tidak mudah putus asa.
- c. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri yaitu individu mampu menunjukkan atau memiliki pilihan yang tepat dan logis. Individu mampu menempatkan dan memposisikan diri sesuai dengan norma yang berlaku. Misalnya pertimbangkan dahulu apa yang akan dilakukan dan hati hati dalam memutuskan suatu.

- d. Mampu dalam belajar yaitu individu dapat mengikuti pelajaran yang ada di sekolah dan dapat memahami apa yang diperoleh dari hasil belajar, misalnya senang terhadap pelajaran dan berusaha menyelesaikan tugas dan diberikan oleh guru.
- e. Menghargai pengalaman yaitu individu mampu belajar dari pengalaman sebelumnya, dan individu dapat selektif dalam bersikap apabila menerima pengalaman yang baik atau yang buruk, misalnya belajar dari pengalaman dan tidak melakukan kesalahan yang sama.
- f. Bersikap Realistik dan objektif yaitu individu dapat bersikap sesuai dengan kenyataan yang ada di lingkungan sekitarnya, tidak beda beda kan antara satu dengan yang lainnya, dan bertindak sesuai aturan yang berlaku.

Karakteristik penyesuaian diri yang normal (Schneiders dalam Fakhriyani, 2019).

a. *Absence of excessive emotionality*

Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan merugikan diri sendiri dan orang lain, serta tidak mampu mengontrol diri. Sedangkan Fatimah (2012) menguraikan karakteristik penyesuaian diri ada dua yaitu penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang salah.

b. *Absence of Psychological mechanism*

Terhindar dari mekanisme mekanisme psikologis seperti rasionalisasi, agresi, kompensasi, dan sebagainya.

c. *Absence of the sense of personal frustration*

Terhindar dari perasaan prestasi dan perasaan kecewa karena tidak terpenuhi kebutuhannya.

d. Rational deliberation and self direction

Pertimbangan rasional yaitu mampu memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang dan mengarahkan diri sesuai dengan kebutuhan yang diambil.

e. Ability to learn

Kemampuan untuk belajar, mampu mengeksplor potensi, mengembangkan kemampuan, khususnya yang berkaitan dengan upaya memenuhi kebutuhan atau mengatasi masalah.

f. Utilization of past experience

Kemampuan untuk memanfaatkan pengalaman masa lalu, mencerminkan mak ke masa lalu baik yang berkaitan dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik.

g. Realistic, objective attitude

Mampu bersikap objectif dan realistik, mampu menerima kenyataan yang dihadapi secara wajar, mampu menghindari, merespon situasi yang masalah secara rasional, serta tidak dilandasi oleh Prasangka buruk.

Menurut Fakhriyani (2019) Aspek penyesuaian diri yaitu punya sendiri secara personal dan penyesuaian diri dari sosial. Penyesuaian diri personal terdiri atas

- a. Penyesuaian diri fisik dan emosi. Menurut Schneider Penyesuaian fisik dan emosi ditandai dengan adanya kesehatan fisik maupun mental dengan

ciri-ciri, Kecukupan istirahat, mampu mengontrol diri dan makanan, matang secara emosional, mampu mengontrol emosi.

- b. Supaya diri religius. Penyesuaian diri moral religius dapat dilihat dari beberapa ciri sebagai berikut: Mampu menerima diri serta Introfeksi diri dari nilai dan prinsip prinsip moral, Kecukupan ilmu mengenai fakta dan kebenaran reliji. Kesadaran dalam membentuk yang baik hubungan antar manusia.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik penyesuaian diri meliputi: penyesuaian diri terhadap peran dan identitas, penyesuaian diri terhadap pendidikan, penyesuaian diri terhadap seks, penyesuaian diri terhadap norma sosial, penyesuaian diri terhadap penggunaan waktu luang, penyesuaian diri terhadap kecemasan, konflik, dan frustrasi, penyesuaian diri yang positif, dan penyesuaian diri yang salah.

6. Ciri – Ciri Penyesuaian Diri

Haber & Runyon (*Psychologi of adjusment*, 2012) individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, umumnya memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita. Pemahaman atau persepsi orang terhadap realita yang dihadapi adalah sama. Perbedaan persepsi dipengaruhi oleh pengalaman masing-masing orang yang tentunya berbeda satu sama lain. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang relative objektif dalam memahami realita.
- b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan.

Orang yang mampu menyesuaikan diri, tidak selalu menghindari

munculnya tekanan dan kecemasan. Mereka justru belajar untuk mentoleransi dan mau menunda pemenuhan kepuasan selama diperlukan demi mencapai tujuan tertentu yang lebih penting.

- c. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya. Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki.
- d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan saat itu dialami serta mampu mengekspresikan dalam spektrum yang luas dan juga mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi.
- e. Relasi interpersonal baik. Individu yang memiliki penyesuaian yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial, mampu menikmati disukai, dan direspon oleh orang lain di satu sisi, tetapi mampu memberikan respek dan menyukai orang lain.

Schneiders (dalam Fakhriyani, 2019) membagi penyesuaian diri ke dalam beberapa kategori. Pembagian itu berdasarkan konteks situasional dari respon yang dimunculkan individu, terdiri dari

- a. Penyesuaian Personal (Pribadi),

Penyesuaian diri personal adalah penyesuaian diri yang diarahkan kepada diri sendiri. Penyesuaian diri meliputi:

- 1) Penyesuaian diri fisik dan emosi

Penyesuaian diri ini melibatkan respon respon fisik dan emosional sehingga dapat dalam penyesuaian diri fisik ini kesehatan fisik merupakan pokok untuk pencapaian. Penyesuaian diri yang sehat. Berkaitan dengan hal ini ada hal penting berupa tidak menguasai emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi.

2) Penyesuaian diri seksual

Penyesuaian diri seksual merupakan kapasitas bereaksi terhadap Realitas seksual (implusif-implus, nafsu, pikiran, konflik konflik, prestasi, perasaan bersalah, dan perbedaan seks).

3) Penyesuaian diri moral dan religius

Dikatakan moralitas adalah kapasitas untuk memenuhi moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi ke dalam kehidupan yang baik dan dari individuals

b. Penyesuaian Sosial,

Menurut Schneiders (dalam Fakhriyani, 2019) rumah, sekolah, dan masyarakat merupakan aspek khusus dari kelompok sosial dan melibatkan pola pola hubungan diantara kelompok tersebut dan saling berhubungan secara integral diantara ketiganya penyesuaian diri ini meliputi:

1) Penyesuaian diri terhadap sekolah

Penyesuaian diri ini berupa perhatian dan penerimaan murid atau anak beserta partisipannya terhadap fungsi dan aktivitas sekolah, manfaat hubungan dengan teman sekolah, guru, konselor, penerimaan keterbatasan tanggung jawab dan membantu sekolah untuk

merealisasikan tujuan intrinsik dan ekstrinsik. Hal tersebut merupakan cara penyesuaian diri terhadap kehidupan di sekolah.

2) Penyesuaian diri terhadap masyarakat

Penyesuaian diri ini menandakan kapasitas untuk menga reaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas.

c. Penyesuaian Perkawinan,

Penyesuaian diri ini pada dasarnya adalah seni kehidupan yang efektif dan bermanfaat dalam kerangka tanggung jawab omongan dan harapan yang terdapat dalam kerangka perkawinan.

d. Penyesuaian Vokasional (pekerjaan).

Penyesuaian diri jabatan dan vokasional. Penyesuaian diri ini berhubungan dengan penyesuaian diri akademis.

Hurlock (2011) juga mengemukakan beberapa ciri penyesuaian diri yang baik, yaitu sebagai berikut:

- a. Penampilan nyata, Artinya bila perilaku sosial individu seperti yang dinilai berdasarkan standar kelompoknya, seperti memenuhi harapan kelompok maka akan dapat menjadi anggota yang diterima pada suatu kelompok.
- b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, Individu dapat menempatkan atau menyesuaikan dirinya dengan baik terhadap berbagai kelompok.
- c. Memiliki sikap sosial, Individu harus menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipan sosial, dan

terhadap perannya didalam kelompok sosial, bila ingin dinilai sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial.

- d. Adanya kepuasan pribadi, Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, individu harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap perannya dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin maupun sebagai anggota.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ciri – ciri penyesuaian diri adalah : memiliki persepsi yang akurat terhadap realita, Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan, Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya, relasi interpersonal baik, kesehatan fisik yang baik, kenyamanan psikologis, efisiensi kerja, penerimaan sosial.

2.2 Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Sarafino (dalam Smet, 2018) mengemukakan bahwa dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Baron dkk (2008) sebagai informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau yang berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang

merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Dukungan sosial (social support) merupakan sumber eksternal yang membantu individu untuk mengatasi sesuatu permasalahan, adapun wujud dukungan yang diberikan. Dukungan sosial dapat menjelaskan mengapa sebagian orang mampu mengatasi lebih baik dibandingkan dengan orang lain dihadapkan pada kondisi stres yang sama (Sarwono, 2012). Dukungan sosial oleh Gottlieb (dalam Sears 2016) didefinisikan sebagai informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan, yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Cohen (dalam Sarwono, 2012) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian, dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Cobb (dalam Sarwono 2012) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai adanya kenyamanan lima kondisinya, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima dukungan sosial tersebut diperoleh dari individu maupun kelompok.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu pengaruh yang ditimbulkan oleh lingkungan yang disekitar

individu yang membuat individu merasa diperhatikan sehingga individu tersebut menjadi lebih optimis dalam menghadapi kehidupannya.

2. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Stanley (2012), faktor- faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut:

- a. **Kebutuhan fisik**, Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial. Adapun kebutuhan fisik meliputi sandang, dan pangan. Apabila seseorang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka seseorang tersebut kurang mendapat dukungan sosial.
- b. **Kebutuhan sosial**, Dengan aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih kenal oleh masyarakat daripada orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Orang yang mempunyai aktualisasi diri yang baik cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan masyarakat. Untuk itu pengakuan sangat diperlukan untuk memberikan penghargaan.
- c. **Kebutuhan psikis**, Dalam kebutuhan psikis pasien praoperasional di dalamnya termasuk rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius, tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Apalagi jika orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial.

Lebih lanjut Myers (dalam Maslihah, 2011) mengemukakan bahwa ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

a. Empati

Empati merupakan turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesulitan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

b. Norma dan nilai sosial, Norma dan nilai sosial berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupannya.

c. Pertukaran sosial, Hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah: keintiman, harga diri, keterampilan sosial, empati, norma dan pertukaran sosial.

3. Aspek Dukungan Sosial

Menurut Canava dan Dolan (dalam Tarmidi dan Rambe, 2013) mengemukakan beberapa aspek dukungan sosial antara lain :

a. Dukungan emosional (*Emotional Support*)

Dinyatakan dalam bentuk bantuan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengungkapan simpati. Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain tersebut maupun memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya.

b. Dukungan penghargaan (*Esteem Support*)

Menyatakan bahwa dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.

c. Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*)

Mencakup bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan melakukan suatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas-tugas individu. Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain sebagai contohnya adalah peralatan, perkembangan dan sarana pendukung lain dan termasuk didalamnya memberikan peluang.

d. Dukungan Informasi (*Informational Support*)

Memberikan informasi, nasehat, sugesti, atau pun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

e. Dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*)

Jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*companionship support*) yang merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain, yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.

Aspek dukungan sosial Handono (dalam Meilianawati, 2015) yaitu:

- a. Dukungan emosional, yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.
- b. Dukungan penghargaan, yaitu terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif bagi orang itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang lain.
- c. Dukungan instrumental, yaitu mencakup bantuan langsung untuk mempermudah perilaku yang secara langsung untuk mempermudah perilaku secara langsung menolong individu. Misalnya bantuan benda, pekerjaan, dan waktu.
- d. Dukungan informatif, yaitu mencakup pemberian nasehat, saran-saran, atau umpan balik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif dan dukungan jaringan sosial.

3 Siswa

1. Pengertian Siswa

Siswa merupakan pelajar yang duduk dimeja belajar setrata sekolah dasar maupun menengah pertama (SMP), sekolah menengah keatas (SMA). Siswa-siswa tersebut belajar untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dan untuk mencapai pemahaman ilmu yang telah didapat dunia pendidikan.

Siswa atau pesetra didik adalah mereka yang secara khusus diserahkan oleh kedua orang tuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan di sekolah, dengan tujuan untuk menjadi manusia yang berilmu pengetahuan, berkepribadian, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak mulia, dan mandiri (Kompas, 2001).

Siswa/siswi istilah bagi peserta didik pada jenjang pendidikan menengah pertama dan menengah atas. Siswa adalah komponen masukan dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Sebagai suatu komponen pendidikan, siswa dapat ditinjau dari berbagai pendekatan, antara lain: pendekatan sosial, pendekatan psikologis, dan pendekatan edukatif/pedagogis.

Siswa menurut Wikipedia, siswa adalah anggota masyarakat yang berusaha meningkatkan potensi diri melalui proses pembelajaran pada jalur pendidikan baik pendidikan formal maupun non-formal, pada jenjang pendidikan dan jenis pendidikan tertentu. Istilah siswa dalam dunia pendidikan meliputi :

1. Siswa adalah istilah bagi peserta didik pada jenjang pendidikan dasar dan menengah.
2. Mahasiswa adalah istilah umum bagi peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi.
3. Warga Belajar adalah istilah bagi peserta didik pada jalur pendidikan non-formal seperti pusat kegiatan belajar masyarakat (PKMB), baik paket A, Paket B, Paket C.
4. Pelajar adalah istilah lain yang digunakan bagi peserta didik yang mengikuti pendidikan formal tingkat dasar maupun pendidikan formal

tingkat menengah (Kompasina, 2013). Menurut Naqawi (dalam Aly, 2008) menyebutkan bahwa kata murid berasal dari bahasa arab, yang artinya orang yang menginginkan (*the willer*).

Dari penjelasan diatas, maka peneliti menyimpulkan siswa merupakan peserta didik atau pelajar yang mengikuti proses pembelajaran baik formal maupun non formal untuk mencapai pemahaman ilmu yang diajarkan. Dari proses pembelajaran siswa diharapkan menjadi pribadi yang berwawasan, berkarakter baik dan memiliki potensi diri untuk kehidupan selanjutnya.

2.3 Hubungan antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian Diri

Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri Sari & Nuryoto (2012) adalah dukungan sosial. Seseorang yang memperoleh dukungan dari lingkungan, akan memperoleh perlakuan baik dari orang-orang sekitar, sehingga menimbulkan perasaan memiliki kepercayaan dan rasa aman didalam diri individu. Pemberian dukungan sosial dalam bentuk apapun berperan penting untuk membantu menciptakan mental yang sehat sehingga proses penyesuaian diri dapat dilakukan dengan baik. Dukungan sosial bisa dinilai merupakan suatu kondisi yang memiliki manfaat untuk seseorang yang didapatkan melalui individu lain yang bisa dipercayai. Hal ini seseorang akan merasa jika individu lain mencintai, memperhatikan, serta menghargainya (Kusrini & Prihartanti, 2014). Dukungan dapat bersumber melalui banyak sumber, misalnya teman sebaya, organisasi komunitas, orang tua maupun pasangan kekasih yang bisa membantu ketika diperlukan. Maka, dukungan sosial berfokus terhadap tindakan yang sesungguhnya

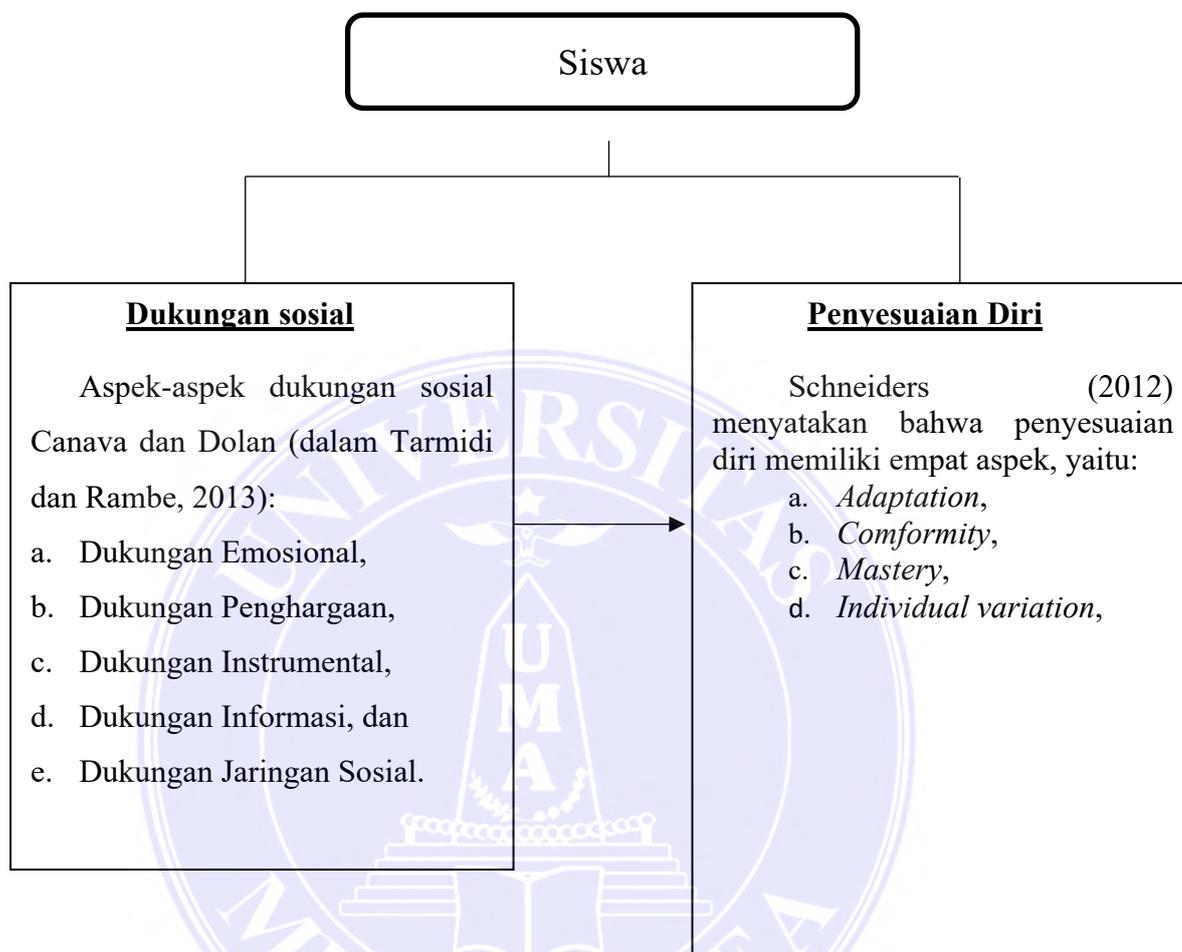
dilaksanakan individu lain ataupun mendapat dukungan. Dukungan yang dirasakan serta diterima bisa mempunyai dampak yang tidak sama tentang kesehatan.

Adapun penelitian terdahulu tentang: Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar (Widiasavitri, 2019). Hasil dari penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,558 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan. Sumbangan efektif dari variabel dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan adalah sebesar 31,2%.

Penelitian selanjutnya: Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang (Handayani, 2021). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri dengan $R = 0,264$ $F_{hitung} = 38,464$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin baik penyesuaian diri di pesantren. Sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel dukungan sosial terhadap penyesuaian diri adalah sebesar 26,4%.

Penelitian pendukung lainnya: Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTs) Pondok Pesantren di Sukoharjo (Ekanita, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri santriwati dengan nilai $r = 0,595$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

2.4 Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di SMP IT Al Fakhri sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Pelaksanaan pengambilan data dalam rangka uji coba alat ukur dan penelitian dilakukan bersamaan hanya sekali pengambilan karena peneliti menggunakan teknik *tryout* terpakai. Pelaksanaan penelitian dilakukan di wilayah SMP IT Al Fakhri. Dalam tahap uji coba dan penelitian ini, peneliti terlebih dahulu menghubungi pihak SMP IT Al Fakhri untuk membantu menyebarkan skala kepada siswa SMP IT Al Fakhri.

1. Visi Sekolah

Menciptakan generasi cerdas spiritual, intelektual, dan sosial emosional dalam menghadapi perkembangan zaman dengan mengamalkan nilai-nilai Islam.

2. Misi Sekolah

- Melaksanakan pembelajaran sesuai dengan tahap perkembangan anak didik pada usianya dengan pendekatan holistik integratif.
- Melaksanakan kegiatan ibadah sesuai dengan ajaran Islam.
- Membangun sikap berempati dan mampu bekerjasama antar seluruh warga sekolah.
- Menumbuhkan minat belajar, menciptakan budaya literasi dan riset, serta kemampuan berdaya saing.

- Melaksanakan budaya 5S (senyum, sapa, salam, sopan, dan santun), serta membiasakan ucapan “3Magicwords” (terima kasih, tolong, dan maaf).
- Melaksanakan program kegiatan ekstra kurikuler bidang teknologi, seni dan kreativitas, serta kewirausahaan.
- Melaksanakan program cinta Al-Qur’an, Rasul, dan kegiatan keagamaan (Hafalan Qur’an dan Hadis)

3. Tujuan Sekolah

- Menghadirkan kegiatan pembelajaran yang berpusat pada anak dan menyenangkan sesuai dengan tahap perkembangan dan bakat anak.
- Membiasakan anak didik dan warga sekolah untuk disiplin menjalankan ibadah sesuai dengan ajaran Islam.
- Menghasilkan anak didik yang memiliki sikap empati dan mampu bekerjasama dengan seluruh warga sekolah.
- Menghadirkan lingkungan sekolah yang warga sekolahnya memiliki minat belajar, mencintai literasi dan riset, serta berdaya saing.
- Menghadirkan suasana kekeluargaan di lingkungan sekolah, cinta damai, tolong menolong, dan saling membantu.
- Menghasilkan anak didik yang mahir teknologi, kreatif, dan memiliki jiwa wirausaha.

- Menghasilkan warga sekolah yang cinta Al-Qur'an, Rasul, dan berakhlak mulia.

3.2. Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berbentuk kertas, peneliti mencetak kuesioner dengan menggunakan seperangkat komputer dan printer. Kuesioner adalah daftar yang berisi pertanyaan atau pernyataan-pernyataan secara tertulis yang harus dijawab oleh responden secara tertulis (Supratik, 2015). Setelah itu peneliti membagikan kuesioner kepada para remaja yang berada di tempat penelitian. Kemudian remaja tersebut mengisi pernyataan-pernyataan yang berada di kuesioner menggunakan alat tulis (pulpen).

Adapun alat penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah perangkat keras dan perangkat lunak. Perangkat keras terdiri atas sebuah laptop dengan spesifikasi prosesor Intel Celeron Inside, sedangkan perangkat lunak yang digunakan berupa sistem operasi Microsoft Windows 10. Adapun untuk keperluan analisis data dengan menggunakan SPSS versi 23.0 *for windows*. Kemudian skor yang mewakili pilihan subjek pada setiap butir pernyataan dipindahkan ke tahap berikutnya yaitu *Microsoft Excel 2010*.

3.3. Metodologi Penelitian

Metode penelitian adalah dasar untuk melakukan sebuah penelitian yang di dalamnya terkandung alat apa yang digunakan serta bagaimana prosedur pelaksanaannya. Dalam metode penelitian terdapat sejumlah langkah-langkah yang harus ditempuh untuk memperoleh suatu kesimpulan yang merupakan jawaban bagi

permasalahan yang diteliti. Oleh karena itu dalam bab ini akan dijelaskan beberapa hal yang berkaitan dengan metode penelitian yang meliputi tipe dan desain penelitian. Identifikasi variabel penelitian, populasi dan sampel, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, serta metode analisis data.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Penelitian korelasional merupakan tipe penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa ubahan dengan satu atau beberapa ubahan lain. Penelitian korelasional kadang-kadang disebut juga “*associational research*”. Dalam *associational research*, relasi hubungan diantara dua atau lebih ubahan yang dipelajari tanpa mencoba mempengaruhi ubahan-ubahan tersebut. Data kuantitatif yang dikumpulkan dalam penelitian korelasional, nantinya diolah dengan rumus-rumus statistik baik secara manual ataupun dengan menggunakan aplikasi SPSS.

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah suatu pengaruh yang ditimbulkan oleh lingkungan yang disekitar individu yang membuat individu merasa diperhatikan sehingga individu tersebut menjadi lebih optimis dalam menghadapi kehidupannya. Dukungan sosial dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial Canava dan Dolan (dalam Tarmidi dan Rambe,2010): Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasi, dan Dukungan Jaringan Sosial.

2. Penyesuain Diri

Penyesuaian diri adalah suatu proses kemampuan individu untuk menyesuaikan keadaan dirinya dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam

penelitian ini diukur dengan menggunakan skala penyesuaian diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (2012), yaitu: *Adaptation, Comformity, Mastery, Individual variation*,

3. 4. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Sugiono (2013) mengemukakan bahwa populasi atau target populasi adalah kelompok dari mana peneliti mengumpulkan informasi dan kepada siapa kesimpulan akan digambarkan. Populasi dalam penelitian ini 127 Siswa SMP IT AL Fakhri.

2. Sampel

Sugiono (2013) mengemukakan bahwa sampel adalah suatu jumlah yang terbatas dari unsur yang terpilih dari suatu populasi, dan unsur tersebut hendaklah mewakili populasi. Adapun sampel penelitian ini sebanyak 50 Siswa SMP IT AL Fakhri.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive sampling adalah pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya (Notoadmodjo, 2010). Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 orang dengan ciri: Siswa/I SMP IT Al Fakhri Kelas VIII.

3.5 Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, prosedur atau langkah pada penelitian ini yang akan dijalankan yaitu :

3.5.1 Persiapan Penelitian

Persiapan administrasi yang dilakukan yaitu persiapan surat perizinan terlebih dahulu untuk mengumpulkan data penelitian yang diperoleh dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Setelah persiapan administrasi yang diperlukan selesai, surat izin untuk melakukan pengambilan data diberikan kepada SMP IT Al Fakhri.

3.5.2. Persiapan Alat Ukur

Sebelum melakukan persiapan administrasi untuk penelitian, peneliti juga melakukan persiapan alat ukur untuk mempermudah peneliti dalam memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian. Persiapan pengujian data dimulai dari penyusunan aspek dukungan sosial. Kemudian yang menjadi dasar pembuatan alat ukur ini digunakan dalam penelitian dalam bentuk skala, yaitu skala dukungan sosial.

Tabel 1 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba

Dukungan Sosial	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Dukungan Emosional	Perhatian	3,7	2,10	4
	Empati	1,11	6,22	4
Dukungan Penghargaan	Penilaian positif	21,23	4,24	4
	Pendapat	5,13	8,20	4
Dukungan Instrumental	Membantu secara moril	9,19	12,14	4
	Membantu secara materil	17,25	16,40	4
Dukungan Informasi	Nasehat	29,39	26,30	4
	Motivasi	15,35	18,34	4
Dukungan Jaringan Sosial	Aktifitas sosial	27,31	28,36	4
	Interaksi	33,37	32,38	4
Total		20	20	40

Selanjutnya dilakukan pengukuran penyesuaian diri. Kemudian yang menjadi dasar pembuatan alat ukur ini digunakan dalam penelitian dalam bentuk skala, yaitu skala penyesuaian diri.

Tabel 2 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Skala penyesuaian diri Sebelum Uji Coba

NO	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	<i>Adaptation</i>	Penyesuaian	1,3,7,13	2,6,8,12	16
		Pembiasaan	5,9,11,23	4,10,24,56	
2.	<i>conformity</i>	Kesesuaian	15,17,25	14,16,54	12
		Keseimbangan	21,27,55	18,20,28	
3.	<i>Mastery</i>	Penguasaan	19,29,51,53	22,26,32,52	14
		Pengaruh	31,33,49	30,38,50	
4.	<i>Individual variation</i>	Perbedaan	35,41,43	34,40,48	14
		Ketidaksamaan	37,39,45,47	36,42,44,46	
Total			28	28	56

3.5.3 Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukurnya. Hadi (2014) alat ukur dapat dikatakan validitas tinggi apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil yang sesuai dengan besar kecilnya gejala ataupun bagian yang diukur. Untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dengan menggunakan *Product Moment* yang dikemukakan oleh Pearson dan dianalisis dengan menggunakan SPSS.

Konsep reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Yusuf (2014) suatu instrument dikatakan reliabel apabila instrument itu dicobakan *kepada* subjek yang sama secara berulang namun hasilnya tetap sama atau relatif sama.

Reliabilitas merupakan konsistensi atau kestabilan skor atau instrument penelitian terhadap *individu* yang sama, dan diberikan dalam waktu yang berbeda. Reliabilitas secara umum dikatakan sebagai adanya konsistensi hasil pengukuran hal yang sama jika dilakukan dalam konteks waktu yang berbeda (Sarwono dalam Nurmalasari dkk, 2018). Analisis reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS Versi 24.0 *for Windows*.

3.5.4 Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka menentukan kesimpulan untuk mencapai tujuan penelitian. Metode analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik korelasi product moment dari Karl Person, dimana apabila ingin melihat hubungan dua variabel dan data yang

dikumpulkan bukan ordinal maupun nominal, maka teknik yang paling sesuai adalah *product moment correlation*.

Sebelum melakukan analisis data, semua data yang diperoleh dari subjek penelitian terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi :

1. Uji normalitas

Uji normalitas adalah usaha untuk menentukan apakah data variabel yang kita miliki mendekati populasi distribusi normal atau tidak. Bahasa lainnya apakah data kita terdistribusi normal atau tidak. Data yang terdistribusi normal adalah data yang memiliki kurva normal (dalam belajar otodidak SPSS pasti bisa, Sufren Yonathan 2014).

2. Uji Linearitas

Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat.

Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan sosial dengan Penyesuaian diri. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 974$, dengan Signifikan $p = 0,000 < 0,05$.
2. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah $r^2 = 0.948$. Ini menunjukkan bahwa Dukungan sosial berdistribusi sebesar 94,80% terhadap Penyesuaian diri.

5.2 Saran

Berdasarkan pengkajian hasil penelitian di lapangan, maka penulis bermaksud memberikan saran yang kiranya dapat bermanfaat bagi lembaga maupun bagi peneliti selanjutnya, yaitu:

1. Saran kepada sampel

Disarankan kepada para sampel agar meningkatkan penyesuaian diri dengan cara: melatih kepercayaan diri, karena percaya diri langkah awal agar bisa menyesuaikan diri di lingkungan sekolah. Selanjutnya melatih cara mengungkapkan segala perasaan yang sedang dirasakan, karena pada dasarnya kemampuan penyesuaian diri bisa dikembangkan ketika ada niat dari dalam diri sendiri untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian dirinya.

2. Saran kepada sekolah

Melihat pentingnya sekolah dalam membantu menumbuhkan penyesuaian diri maka disarankan agar hendaknya memberikan dukungan kepada siswa, mengevaluasi hal-hal yang dapat memudahkan siswa dalam menyesuaikan diri, dan menciptakan lingkungan sekolah yang menarik.

3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan maka disarankan kepada peneliti selanjutnya Untuk dapat memperdalam kajian mengenai faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri seperti pendidikan, dukungan sosial, penerimaan diri, adanya pemahaman tentang diri sendiri, adanya hal yang realistis, adanya dukungan dari lingkungan, sikap-sikap, tidak adanya gangguan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami, identifikasi, adanya perspektif diri yang luas. pola asuh dan konsep diri yang stabil.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan, Widiyono.2020. Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, Vol. 8, No. 2, Tahun 2020.
- Agung Hartono & Sunarto 2012, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta).
- Ali, M. & Asrori, M. (2018). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alwi, Hasan. 2013. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (edisi Ketiga)*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Baran, Stanley J. 2012. *Pengantar Komunikasi Massa Jilid 1 Edisi 5*. Jakarta: Erlangga
- Canavan, J., Dolan P., & Pinkerton J. (2000). *Family support direction from diversity*.
- Creswell, W, John. (2016). *Research Desain Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, E. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Ghufron, M & Risnawati, Rini. (2010). *Teori – teori Psikologi*. Jokjakarta: Ar Ruzz Media.

- Ginting, P. J. P. (2019). Penyesuaian Diri Dalam Organisasi. *MPU PROCURATIO*, 1(2 Oktober), 219-225.
- Gottlieb. (2000). *Social support strategies guideness formental health*. New York : Sage Publication.
- Haber, Audrey., & Runyon, Richard. (2012). *Psychology Of Adjustment*. Illisionis: The Dorsey Press Homewood.
- Handayani. A. 2021. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective* 3 (1), 23-26, 2021
- Handoko, O.T, Bashori, K. (2013). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stress Lingkungan pada Santri Baru*. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Vol 1. No 2. ISSN : 2303-114X
- Hurlock, B. E. (2002). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kartono, K. 2011. *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers
- Lathifah, A. S (2015). *Hubungan antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Remaja Pondok Pesantren al-Luqmaniyah Yogyakarta*. Skripsi. UIN Sunan Kalijaga.
- Lestari, V. (2016). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan penyesuaian diri remaja dengan orangtua bercerai. *Jurnal Psikologi* , 2(2), 44-50.
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia dipanti werdha budi dharma Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 1-7.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 10, No 2.
- Monks, F., & dkk. (2014). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Myers, G. D. (2012). Psikologi Sosial edisi 10. Jakarta: Salemba Humanik.
- Papalia, Diane, E., & dkk. (2009). Human development perkembangan manusia. Jakarta: Salemba Humanika.
- Pramadi,A.(2019).Teori Pengembangan Organisasi: Hubungan Antara Kemampuan Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Tugas dan Hasil Kerja'. Anima. No. 43.
- Prawira, P. A. (2016). Psikologi pendidikan dalam perspektif baru. Jogjakarta: Ar ruzz Media.
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal dipondok pesantren modern nurul izzah gresik pada tahun pertama. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 2(3), 134-143.
- Rosa, N. N. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Daring Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. Journal Of Education and Teaching, 148.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). Health Psychology Eight Edition. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarwono, Wirawan Sarlito, 2012. Psikologi Remaja: Definisi Remaja, Jakarta: Rajagrafindo Persada
- Schneiders, A. A. (2012). Personal adjustment and mental health. New York: Rinehart and Winston.
- Sears, D. O., Freedman, J. L., & Peplau, L.A. (2016). Psikologi Sosial Jilid 1. Jakarta : Erlangga
- Semiun, Y. (2019). Kesehatan Mental. Yogyakarta: Kanisius.
- Singgih, D. G. (2007). Psikologi remaja. Jakarta: Gunung Mulia.
- Smet, & Bart. (2018). Psikologi kesehatan. Jakarta: Grasindo.
- Sofyan, W. (2010). Remaja & masalahnya. Bandung: Alfabeta.
- Soeparwoto, dkk. (2004). Psikologi perkembangan. Semarang: Unnes Press.
- Sri Indrawati, E, Fauziah N. (2012). Attachment dan Penyesuaian Diri dalam Perkawinan. Jurnal Psikologi Undip. Vol 11, No 1. 1 – 10.

- Tarmidi dan Rambe A . 2013. Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Self-Directed Learning Pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*. Volume 37. Nomor 02. Halaman 216-223
- Tricahyani, I. A., & Wideasavitri, N. P. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udaya*, 169.
- Vembriarto. 2010. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia
- Wahyuni, N. S. (2016). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan bersosialisasi pada siswa SMK Negeri 3 Medan. *Jurnal Diversita*, 2(2), 1-11.
- Widiyono, A. (2020). Efektifitas perkuliahan daring (online) pada mahasiswa PGSD di saat pandemi covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 169–177. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v8i2.458>
- Yusuf, Syamsu dan M. Nani Sugandhi. 2011. *Perkembangan peserta didik*. Bandung: PT. Rajagrafindo Persada



KATA PENGANTAR

Perkenalkan saya Mahasiswa asal dari Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area. Tujuan saya mengambil bahan penelitian skripsi ini untuk menyelesaikan program studi sarjana (S1) saya.

Bersama ini saya memohon kesediaan dan partisipasi Adik-adik untuk mengisi kuesioner ini sesuai dengan keadaan sebenarnya dan sejujurnya tanpa paksaan dari pihak manapun. Kerahasiaan identitas Adik-adik akan dijaga sesuai dengan kode etik penelitian.

Bantuan dan kerja sama Adik-adik dalam menjawab pernyataan pada skala ini merupakan bantuan yang amat besar bagi keberhasilan penelitian ini. Atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Hormat saya

Peneliti

Petunjuk Pengisian Identitas Responden:

Isilah sesuai dengan identitas diri Anda

1. Inisial :
2. Kelas :

Skala ini terdiri dari sekelompok pernyataan untuk dijawab sesuai dengan daftar pilihan yang dijelaskan dalam petunjuk pengisian. Untuk itu saya berharap agar Saudara-saudara memperhatikan setiap petunjuk pengisian dengan baik.

Dalam memilih daftar pilihan, jawaban yang benar adalah jawaban yang jujur atau sesuai dengan keadaan diri Saudara. Untuk itu sangat diharapkan agar Saudara-saudara menjawab dengan jujur dan tidak mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini saja.

Petunjuk Pengisian Angket

Setiap pernyataan memiliki 4 alternatif jawaban:

- SS :Sangat Setuju
- S :Setuju
- TS :Tidak Setuju
- STS :Sangat Tidak Setuju

Berikan respon sesuai dengan apa yang Saudara rasakan dan alami, dengan cara memberi tanda silang (X) di kolom yang tepat.

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Teman saya bersedia untuk membantu saya membuat keputusan	SS	S	TS	STS

2.	Apabila saya tidak hadir pada aktivitas dilingkungan, tidak ada teman yang menghubungi saya	SS	S	TS	STS
3.	Apabila saya tidak terlihat dalam kegiatan dilingkungan, teman akan menanyakan kabar	SS	S	TS	STS
4.	Saya tidak pernah dinilai baik	SS	S	TS	STS
5.	Saya senang kerabat bisa mengoreksi kekurangan saya	SS	S	TS	STS
6.	Teman saya tidak ikut bersedih saat saya memiliki masalah	SS	S	TS	STS
7.	Teman saya bersedia mengunjungi saya kerumah	SS	S	TS	STS
8.	Saya tidak senang dikoreksi teman	SS	S	TS	STS
9.	Teman akan membantu saya untuk menambah ilmu pengetahuan	SS	S	TS	STS
10.	Teman saya tidak bersedia berkunjung kerumah saya	SS	S	TS	STS
11.	Teman saya ikut merasakan kesedihan yang saya alami	SS	S	TS	STS
12.	Tidak ada kerabat yang mengerti ketika saya membutuhkannya	SS	S	TS	STS
13.	Saya dapat menanyakan arahan teman-teman saya ketika saya melakukan kesalahan	SS	S	TS	STS
14.	Teman saya tidak senang jika saya meminjam buku	SS	S	TS	STS
15.	Teman-teman akan mengajak saya untuk mampu memahami pelajaran sekolah	SS	S	TS	STS
16.	Saya tidak pernah diberikan pinjaman uang oleh teman saya	SS	S	TS	STS
17.	Teman saya mempercayai saya jika saya meminjam uang untuk membeli buku anak saya	SS	S	TS	STS
18.	Saya tidak mampu memahami pelajaran saya seperti teman yang lain	SS	S	TS	STS
19.	Teman meminjamkan buku pelajaran	SS	S	TS	STS
20.	Teman-teman saya tidak bisa diajak tukar pikiran	SS	S	TS	STS
21.	Teman sering memuji saya	SS	S	TS	STS
22.	Teman saya tidak membantu saya dalam mengambil keputusan	SS	S	TS	STS
23.	Teman saya menilai saya karena saya rapi	SS	S	TS	STS
24.	Teman lebih sering menjauhi saya	SS	S	TS	STS
25.	Apabila membutuhkan pinjaman, teman saya akan membantu	SS	S	TS	STS
26.	Saya tidak memiliki teman yang bisa memberikan saya contoh teladan	SS	S	TS	STS
27.	Saya dan teman-teman sering menghabiskan waktu bersama	SS	S	TS	STS
28.	Saya tidak pernah diajak teman membahas tugas yang tidak saya pahami	SS	S	TS	STS
29.	Saya senang ada teman yang bisa saya teladani	SS	S	TS	STS

30.	Teman-teman tidak pernah mengingatkan saya	SS	S	TS	STS
31.	Teman sering mengajak saya ngumpul bersama membahas pelajaran sekolah	SS	S	TS	STS
32.	Saya tidak memiliki teman yang memahami saya	SS	S	TS	STS
33.	Saya dan teman senang berbincang-bincang	SS	S	TS	STS
34.	Teman-teman tidak pernah membantu saya	SS	S	TS	STS
35.	Teman-teman saya memberikan saya dukungan untuk memahami teknologi	SS	S	TS	STS
36.	Saya sering menghabiskan waktu sendiri	SS	S	TS	STS
37.	Saya punya teman dimana saya bisa berbagi suka dan duka saya	SS	S	TS	STS
38.	Saya menghindari diskusi dengan teman	SS	S	TS	STS
39.	Teman-teman mengingatkan saya dalam menghadapi masalah	SS	S	TS	STS
40.	Saya sulit mendapatkan pinjaman dari teman	SS	S	TS	STS

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mudah berbaur dengan lingkungan baru	SS	S	TS	STS
2.	Saya kesulitan berbaur dengan lingkungan baru	SS	S	TS	STS
3.	Saya suka mengikuti kegiatan yang diadakan sekolah	SS	S	TS	STS
4.	Saya tidak peduli perilaku saya yang mengganggu orang lain	SS	S	TS	STS
5.	Saya membiasakan hidup mengantri di manapun saya berada	SS	S	TS	STS
6.	Saya rasa peraturan yang dibuat tidak sesuai dengan keinginan saya	SS	S	TS	STS
7.	Saya mudah mendapatkan teman baru	SS	S	TS	STS
8.	Saya sulit untuk mendapatkan teman baru	SS	S	TS	STS
9.	Saya tidak merasa terganggu dengan suasana ramai	SS	S	TS	STS
10.	Saya tidak nyaman dengan kehadiran teman saya	SS	S	TS	STS
11.	Saya tetap nyaman berada diantara teman-teman	SS	S	TS	STS
12.	Lebih baik saya berdiam diri dari pada terlibat dalam kegiatan apapun	SS	S	TS	STS
13.	Saya menerima dengan baik peraturan yang telah dibuat sekolah	SS	S	TS	STS
14.	Ketika ada teman yang terlihat sedih saya tidak akan memperdulikannya	SS	S	TS	STS
15.	Saya senang dengan teman yang mau bertukar pikiran dengan saya	SS	S	TS	STS

16.	Saya memakai baju sekolah yang menurut saya bagus saya pakai	SS	S	TS	STS
17.	Ketika ada teman yang terlihat sedih saya akan menghiburnya	SS	S	TS	STS
18.	Saya malas membereskan buku pelajaran	SS	S	TS	STS
19.	Ketika ada teman yang tidak memiliki uang saya akan membantu meminjamkan uang saya	SS	S	TS	STS
20.	Saya memilih untuk tidur dari pada mengikuti kegiatan gotong royong	SS	S	TS	STS
21.	Saya rajin mengulangi pelajaran	SS	S	TS	STS
22.	Saya tidak akan meminjamkan uang saya kepada siapapun	SS	S	TS	STS
23.	Saya memperhatikan perilaku saya agar tidak mengganggu orang lain	SS	S	TS	STS
24.	Saya tidak terbiasa dengan kebiasaan mengantri	SS	S	TS	STS
25.	Saya memakai seragam sesuai hari yang ditentukan	SS	S	TS	STS
26.	Saya akan menolong orang ketika diminta	SS	S	TS	STS
27.	Saya rutin mengecek buku setiap malam	SS	S	TS	STS
28.	Saya tidak mengulang pelajaran dirumah	SS	S	TS	STS
29.	Saya mampu mencari solusi untuk masalah saya	SS	S	TS	STS
30.	Jika saya berbuat salah saya tidak pernah melihat kembali kesalahan yang saya perbuat	SS	S	TS	STS
31.	Saya akan menerima teman yang mengkritik	SS	S	TS	STS
32.	Seriap membuat keputusan saya tidak pernah memikirkan konsekuensi yang terjadi	SS	S	TS	STS
33.	Saya akan meminta maaf apabila saya melakukan kesalahan	SS	S	TS	STS
34.	Saya rasa sakit merupakan hal yang wajar	SS	S	TS	STS
35.	Saya tidak malu meminta bantuan dengan teman	SS	S	TS	STS
36.	Ketika sedang emosi maka saya cenderung bersikap dingin kepada siapapun	SS	S	TS	STS
37.	Ketika teman sedang belajar saya berusaha menjaga ketenangan	SS	S	TS	STS
38.	Setiap membuat keputusan saya tidak pernah memikirkan konsekuensi yang terjadi	SS	S	TS	STS
39.	Ketika ada teman yang kesusahan sebisa mungkin akan saya bantu	SS	S	TS	STS
40.	Saya tidak peduli dengan masalah yang terjadi	SS	S	TS	STS
41.	Saya menunjukkan kesedihan ketika ada teman yang sakit	SS	S	TS	STS
42.	Saya tidak peduli saat ada teman yang sedang belajar	SS	S	TS	STS

43.	Ketika ada masalah disekolah saya akan membantu mencari solusinya	SS	S	TS	STS
44.	Saya tidak suka dengan teman yang memiliki prestasi lebih tinggi dari saya	SS	S	TS	STS
45.	Saya akan tetap bersikap ramah kepada siapapun walaupun sedang emosi	SS	S	TS	STS
46.	Saya tidak peduli dengan keadaan orang lain	SS	S	TS	STS
47.	Saya turut senang ketika ada teman yang memiliki prestasi diatas saya	SS	S	TS	STS
48.	Saya malu meminta bantuan dengan teman ketika ada pelajaran yang tidak saya pahami	SS	S	TS	STS
49.	Saya belajar dari kesalahan yang saya perbuat	SS	S	TS	STS
50.	saya tidak suka di kritik oleh siapapun	SS	S	TS	STS
51.	Saya senang ketika tawaran pertolongan saya diterima orang lain	SS	S	TS	STS
52.	Saya akan mengadu dengan orang tua jika sedang ada masalah	SS	S	TS	STS
53.	Saya akan memikirkan konsekuensi yang terjadi sebelum membuat keputusan	SS	S	TS	STS
54.	Saya tertutup dengan siapa saja	SS	S	TS	STS
55.	Saya senang mengikuti kegiatan gotong royong	SS	S	TS	STS
56.	Saya terganggu dengan suasana ramai	SS	S	TS	STS



LAMPIRAN B
SEBARAN DATA PENELITIAN

NO	2	3	4	5	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67
2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64
3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70
4	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	68
6	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	66
7	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	67	
8	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	63
9	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	68
10	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	64	
11	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	71
12	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	66
13	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	65
14	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	65	
15	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	74	
16	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	66	
17	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	85	
18	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	76	
19	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	64	
20	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	67	
21	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
22	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	73	
23	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	67	

24	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	65		
25	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	65	
26	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	75			
27	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	65		
28	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	91	
29	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	
30	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61	
31	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	70
32	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	65
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69
34	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	68
35	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	67
36	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	66
37	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	67
38	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	67
39	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	72
40	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	66
41	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	65
42	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	65
43	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	76
44	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	64
45	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	80
46	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	75
47	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	65



Reliability

Notes

Output Created		12-JUL-2023 19:43:41	
Comments			
Input	Active Dataset	DataSet0	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File	50	
Missing Value Handling	Matrix Input		
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
Syntax	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.	
		RELIABILITY	
		/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038 VAR00039 VAR00040	
		/SCALE('dukungan sosial') ALL	
		/MODEL=ALPHA	
		/STATISTICS=SCALE	
		/SUMMARY=TOTAL.	
	Resources	Processor Time	00:00:00.02
		Elapsed Time	00:00:00.01

Scale: dukungan sosial

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.921	40

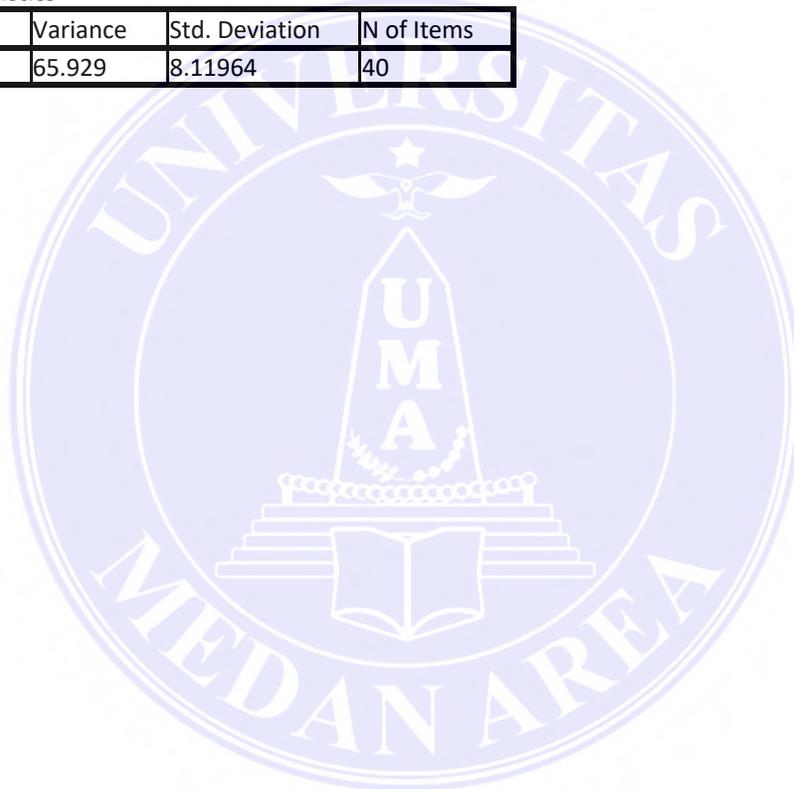
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	77.4400	64.456	.240	.921
VAR00002	77.3200	62.508	.478	.919
VAR00003	77.3600	61.827	.525	.919
VAR00004	77.3000	62.133	.570	.918
VAR00005	77.3600	63.337	.317	.921
VAR00006	77.2600	62.196	.563	.918
VAR00007	77.3400	61.576	.486	.919
VAR00008	77.2400	62.104	.754	.917
VAR00009	77.3200	63.324	.410	.920
VAR00010	77.2800	63.226	.513	.919
VAR00011	77.3400	64.637	.209	.922
VAR00012	77.3400	65.413	.095	.922
VAR00013	77.2800	63.675	.350	.920
VAR00014	77.4000	64.000	.308	.921
VAR00015	77.3000	61.724	.564	.918
VAR00016	77.4000	62.571	.429	.920
VAR00017	77.3400	61.739	.564	.918
VAR00018	77.3200	61.242	.602	.918
VAR00019	77.3000	61.480	.599	.918
VAR00020	77.3000	61.724	.509	.919
VAR00021	77.2600	62.523	.598	.918
VAR00022	77.3000	64.133	.252	.922
VAR00023	77.3400	64.474	.200	.922
VAR00024	77.3600	63.868	.322	.921
VAR00025	77.2800	62.287	.587	.918
VAR00026	77.2800	61.879	.574	.918
VAR00027	77.3200	63.936	.371	.920
VAR00028	77.3800	62.812	.472	.919
VAR00029	77.3000	62.255	.551	.918
VAR00030	77.3400	61.413	.553	.918
VAR00031	77.2800	61.430	.643	.917
VAR00032	77.3200	62.263	.419	.920

VAR00033	77.2800	62.124	.537	.918
VAR00034	77.3200	62.630	.410	.920
VAR00035	77.2600	62.809	.678	.918
VAR00036	77.2800	63.471	.464	.919
VAR00037	77.3000	63.194	.470	.919
VAR00038	77.3600	63.419	.345	.921
VAR00039	77.3200	63.242	.424	.920
VAR00040	77.2800	62.940	.413	.920

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
79.3000	65.929	8.11964	40



Notes

Output Created		12-JUL-2023 19:47:02
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax		RELIABILITY
		/VARIABLES=VAR00001 VAR00002
		VAR00003 VAR00004 VAR00005
		VAR00006 VAR00007 VAR00008
		VAR00009 VAR00010 VAR00011
		VAR00012 VAR00013 VAR00014
		VAR00015 VAR00016 VAR00017
		VAR00018 VAR00019 VAR00020
		VAR00021 VAR00022 VAR00023
		VAR00024 VAR00025 VAR00026
		VAR00027 VAR00028 VAR00029
		VAR00030 VAR00031 VAR00032
		VAR00033 VAR00034 VAR00035
		VAR00036 VAR00037 VAR00038
		VAR00039 VAR00040 VAR00041
	VAR00042 VAR00043 VAR00044	
	VAR00045 VAR00046 VAR00047	
	VAR00048 VAR00049 VAR00050	
	VAR00051 VAR00052 VAR00053	
	VAR00054 VAR00055	
	VAR00056	
	/SCALE('Penyesuaian dii') ALL	
	/MODEL=ALPHA	
	/STATISTICS=SCALE	
	/SUMMARY=TOTAL.	
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.04

Scale: Penyesuaian diri**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.952	56

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	109.4800	142.540	.475	.952
VAR00002	109.4200	142.412	.514	.951
VAR00003	109.4200	140.575	.569	.951
VAR00004	109.3800	140.444	.646	.951
VAR00005	109.4200	140.820	.499	.952
VAR00006	109.3400	139.902	.635	.951
VAR00007	109.4200	140.738	.506	.952
VAR00008	109.3400	141.290	.777	.951
VAR00009	109.3800	142.322	.524	.951
VAR00010	109.4000	142.735	.517	.952
VAR00011	109.4200	143.881	.349	.952
VAR00012	109.4000	143.184	.463	.952
VAR00013	109.4000	143.796	.333	.952
VAR00014	109.4800	143.602	.361	.952
VAR00015	109.4600	143.070	.445	.952
VAR00016	109.4400	142.415	.480	.952
VAR00017	109.4000	140.939	.634	.951
VAR00018	109.4200	140.861	.543	.951
VAR00019	109.4000	141.918	.530	.951
VAR00020	109.4200	140.616	.516	.952
VAR00021	109.3600	140.358	.700	.951

VAR00022	109.3600	140.847	.574	.951
VAR00023	109.4200	141.636	.526	.951
VAR00024	109.4000	143.347	.443	.952
VAR00025	109.3800	141.832	.579	.951
VAR00026	109.3800	142.730	.417	.952
VAR00027	109.4400	145.109	.293	.952
VAR00028	109.3600	142.766	.443	.952
VAR00029	109.5000	141.806	.468	.952
VAR00030	109.4200	141.310	.559	.951
VAR00031	109.4400	142.292	.493	.952
VAR00032	109.4000	141.143	.544	.951
VAR00033	109.4600	142.049	.490	.952
VAR00034	109.3800	142.281	.631	.951
VAR00035	109.4200	141.106	.521	.951
VAR00036	109.3800	142.281	.529	.951
VAR00037	109.4400	141.762	.441	.952
VAR00038	109.3800	141.914	.570	.951
VAR00039	109.4600	143.968	.344	.952
VAR00040	109.4400	143.109	.407	.952
VAR00041	109.4200	142.698	.482	.952
VAR00042	109.4600	143.356	.413	.952
VAR00043	109.3600	142.113	.512	.951
VAR00044	109.4600	142.498	.445	.952
VAR00045	109.4600	141.723	.523	.951
VAR00046	109.4000	140.735	.583	.951
VAR00047	109.4000	139.510	.635	.951
VAR00048	109.4000	140.735	.486	.952
VAR00049	109.3800	142.159	.542	.951
VAR00050	109.4200	142.493	.441	.952
VAR00051	109.3600	141.704	.648	.951
VAR00052	109.3800	141.955	.495	.952
VAR00053	109.4200	143.065	.527	.952
VAR00054	109.4000	144.204	.340	.952
VAR00055	109.4000	142.776	.512	.952
VAR00056	109.4200	144.004	.335	.952

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
111.4000	147.184	12.13193	56



LAMPIRAN D
UJI NORMALITAS

NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=x y

/MISSING ANALYSIS.

NPar Tests**Notes**

Output Created		12-JUL-2023 19:57:13
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax		NPAP TESTS /K-S(NORMAL)=x y /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00
	Number of Cases Allowed ^a	157286

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		dukungan sosial	penyesuaian diri
N		50	50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	69.5600	109.4400
	Std. Deviation	7.70677	12.04610
	Absolute	.260	.280
Most Extreme Differences	Positive	.260	.280
	Negative	-.195	-.188
Kolmogorov-Smirnov Z		1.320	1.330
Asymp. Sig. (2-tailed)		.053	.052

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.



LAMPIRAN E
UJI LINIERITAS

MEANS TABLES=y BY x
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS LINEARITY.

Means

Notes

Output Created	12-JUL-2023 19:58:52
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 50
Missing Value Handling	Definition of Missing For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing. Cases Used Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax	MEANS TABLES=y BY x /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS LINEARITY.
Resources	Processor Time 00:00:00.00 Elapsed Time 00:00:00.00

[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
penyesuaian diri * dukungan sosial	50	100.0%	0	0.0%	50	100.0%

Report

penyesuaian diri			
dukungan sosial	Mean	N	Std. Deviation
61.00	95.0000	1	.

63.00	103.0000	1	.
64.00	102.2000	5	1.09545
65.00	101.9000	10	1.44914
66.00	102.8000	5	.44721
67.00	107.0000	9	3.90512
68.00	105.3333	3	2.08167
69.00	107.0000	1	.
70.00	109.5000	2	3.53553
71.00	110.0000	1	.
72.00	111.0000	1	.
73.00	114.0000	1	.
74.00	117.0000	1	.
75.00	118.0000	2	.00000
76.00	118.0000	2	.00000
80.00	125.0000	1	.
85.00	137.0000	1	.
91.00	140.0000	1	.
92.00	152.0000	1	.
98.00	147.0000	1	.
Total	109.4400	50	12.04610

ANOVA Table

			Sum of Squares	df
penyesuaian diri * dukungan sosial	(Combined)		6942.653	19
	Between Groups	Linearity	6742.236	1
		Deviation from Linearity	200.417	18
	Within Groups		167.667	30
	Total		7110.320	49

ANOVA Table

			Mean Square	F
penyesuaian diri * dukungan sosial	(Combined)		365.403	65.380
	Between Groups	Linearity	6742.236	1206.364
		Deviation from Linearity	11.134	1.992
	Within Groups		5.589	
	Total			

ANOVA Table

			Sig.
penyesuaian diri * dukungan sosial	(Combined)		.000
	Between Groups	Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.046
	Within Groups		
	Total		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
penyesuaian diri * dukungan sosial	.974	.948	.988	.976





```

CORRELATIONS
/VARIABLES=x y
/PRINT=ONETAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.
    
```

Correlations

Notes

Output Created		12-JUL-2023 19:59:33
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	50
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=x y /PRINT=ONETAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.00

[DataSet0]

Correlations

		dukungan sosial	penyesuaian diri
dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.974**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	50	50
penyesuaian diri	Pearson Correlation	.974**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).



**LAMPIRAN G
SURAT PENELITIAN**