

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA ASRAMA SMA VIRGO FIDELIS
BAWEN**

**Yusup Susanto
15010113120053**

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
email: yusupsusanto69@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen. Populasi penelitian berjumlah 60 siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling. Metode pengambilan data menggunakan skala penyesuaian diri (37 aitem $\alpha=0.937$) dan skala dukungan teman sebaya (34 aitem $\alpha=0.923$). Data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai $r_{xy} = 0.705$, dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$), artinya terdapat hubungan positif antara variabel dukungan teman sebaya dengan variabel penyesuaian diri. Dukungan teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 49.7% terhadap penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi semakin positif persepsi dukungan teman sebaya, maka semakin baik penyesuaian diri pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen dapat **diterima**. Penyesuaian diri yang tinggi pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya faktor lingkungan yang meliputi teman sebaya. Teman sebaya dapat memberikan *support* atau dukungan yang dapat dipersepsikan oleh siswa, selain itu, sekolah juga menerapkan tingkat kedisiplinan yang tinggi dan memberikan fasilitas-fasilitas kepada siswa apabila mengalami permasalahan yang sedang dialami.

Kata Kunci : Penyesuaian diri, dukungan teman sebaya, siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah yang memiliki asrama dan memiliki berbagai fasilitas yang dapat ditawarkan dapat membantu para orang tua siswa dalam memenuhi kebutuhan pendidikan anak mereka. Kondisi ini didasari oleh meningkatnya tingkat kesadaran masyarakat di Indonesia mengenai pendidikan. Sekolah berasrama menjadi pilihan para orang tua karena sekolah berasrama memberikan jaminan untuk anak-anak agar memperoleh pendidikan yang baik sekaligus dapat terkontrol. Selain itu anak-anak yang tinggal di asrama dapat bersosialisasi di lingkungan yang lebih kondusif. Keberadaan berbagai fasilitas yang ditawarkan oleh pihak sekolah membantu siswa untuk menyalurkan bakat serta minatnya dengan baik. Khalidy, Supriyanto, dan Sumardi (2014) menyatakan bahwa siswa yang belajar dengan basis *boarding school* dapat mengontrol aktifitas dan juga dapat melatih jiwa kebersamaan, sosial, dan dapat membentuk karakternya, hal ini dikarenakan para siswa selalu diawasi oleh seorang guru asrama. Salah satu sekolah berasrama adalah Virgo Fidelis yang berada di Bawen, yayasan berbasis agama Katolik yang populer. Para orang tua memasukan anak di sekolah berbasis asrama memiliki harapan supaya memiliki waktu yang efektif untuk belajar dan menjadi anak yang disiplin dengan adanya peraturan ketat yang dilakukan oleh sekolah berasrama tersebut. Peraturan yang ketat tersebut memang telah sengaja diciptakan oleh pihak sekolah demi kepentingan para siswa asrama

meskipun juga akan membawa permasalahan tersendiri bagi para siswa asrama. Permasalahan siswa asrama adalah beradaptasi dengan perubahan-perubahan rutinitas di rumah dan lingkungan asrama serta bersosialisasi dengan teman-teman yang berbeda daerah maupun yang berasal dari luar pulau.

Siswa yang tinggal di asrama memiliki usia yang berkisar antara 13 hingga 18 tahun. Usia tersebut merupakan masa yang sulit bagi para siswa, keluarga, maupun lingkungan sekitar (Ali dan Ashori, 2015). Dariyo (2004) menyatakan bahwa ketika anak masuk pada masa remaja, mereka akan melalui masa mencari identitas diri atau dapat disebut *search for self-identity*. Remaja dalam hal ini siswa memiliki berbagai permasalahan dalam tumbuh kembangnya seperti permasalahan akademik untuk mencapai prestasi yang baik dalam pelajarannya maupun dalam menjalani kehidupan sosialnya.

Menurut Hurlock (2011) tugas sosial pada usia remaja salah satunya adalah penyesuaian sosial yang akan menimbulkan permasalahan bagi remaja. Pada masa ini remaja mengalami masa *storm and stress*, remaja mengalami ketidakstabilan maupun kesulitan dalam menyesuaikan diri pada pola perilaku baru maupun harapan sosial yang baru. Hal ini dapat memicu timbulnya berbagai masalah bagi siswa sekolah terutama di lingkungan sekolah berasrama.

Berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah dan pembina asrama yang telah dilakukan pada tanggal 31 Januari 2019 oleh peneliti di asrama SMA Virgo Fidelis Bawen, peneliti menemukan beberapa kasus mengenai penyesuaian diri pada siswa tersebut. Sebagian siswa yang tinggal di asrama memiliki kesulitan dalam

bergaul dengan teman-teman seasramanya dan cenderung lebih berkelompok. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara terhadap kepala sekolah dan pembimbing asrama Virgo Fidelis Bawen terdapat berbagai kesulitan yang dialami siswa seperti kesulitan mengikuti peraturan yang ada di asrama karena berbeda dari kebiasaan di rumahnya, kesulitan untuk mengikuti kegiatan pada pagi hari, dan kesulitan dalam penyesuaian diri dalam memahami perilaku teman yang berasal dari luar daerahnya atau perbedaan budaya, serta kesulitan dalam penyesuaian diri dengan aturan, dimana siswa tidak diperbolehkan membawa handphone. Para siswa juga merasa kesepian dikarenakan jauh dari orang tuanya.

Kasus mengenai penyesuaian diri tidak hanya terjadi di sekolah berasrama Virgo Fidelis Bawen, Seperti yang diberitakan di Okezone (2016) bahwa terdapat anak dari sebuah pesantren di Depok yang kabur dari pesantren dikarenakan merasa tidak nyaman berada di sekolah pesantren. Selain itu, perbuatan-perbuatan kenakalan remaja yang tinggal di pondok pesantren juga terjadi di Jombang, dimana para remaja tersebut melakukan tindakan minum-minuman keras dan berpacaran di lingkungan pesantren, meskipun pihak sekolah memberikan peraturan tegas mengenai siswa yang melanggar peraturan tersebut namun peraturan tersebut masih tetap dilanggar (Nahimungkar.com, 2014). Kasus lain juga terjadi di asrama Papua di Surabaya, dimana terjadi keributan di asrama tersebut yang diduga dikarenakan adanya perlakuan diskriminatif, para penghuni asrama menuding kepolisian melakukan tindakan represif terhadap warga Papua yang tinggal diasrama (Surabaya Tribun, 2018).

Menurut Schneiders (dalam Desmita, 2009) penyesuaian diri adalah proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya. Senada dengan hasil penelitian Dewi (2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai proses dimana subjek merespon tuntutan yang berasal dari lingkungan dan bagaimana individu dapat mengatasi stress.

Masih terdapat berbagai masalah-masalah terkait dengan penyesuaian diri siswa di sekolah berasrama, hal ini dapat diketahui dari berbagai penelitian sebelumnya. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Nurhadi (2013) pada 111 siswa di *Islamic Boarding School SMP IT Daarul Hikmah*, dapat diketahui terdapat 38 subjek atau dengan persentase 34% subjek mengalami penyesuaian diri yang sangat rendah sedangkan 18 subjek atau dengan persentase 17% subjek mengalami penyesuaian diri yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nubiasyanti (2017) mengenai penyesuaian diri anak di sekolah berasrama didapatkan hasil bahwa setiap anak atau siswa asrama memiliki keberhasilan dalam menyesuaikan dirinya yang berbeda-beda, dimana terdapat siswa yang berhasil menyesuaikan diri dalam waktu yang singkat pada masa awal tinggal di asrama dan terdapat anak yang memerlukan waktu yang lebih lama karena mengalami beberapa hambatan hingga berhasil dalam menyesuaikan dirinya.

Berhasil atau tidaknya penyesuaian diri siswa asrama dapat mempengaruhi bagaimana individu bersikap dan bagaimana individu dapat berprestasi di sekolah.

Hal ini terbukti oleh penelitian Pritaningrum dan Hendriani (2012) mengenai penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurulizzah Gresik pada tahun pertama, membuktikan bahwa keberhasilan penyesuaian diri pada subjek ditunjukkan dengan mudahnya subjek beradaptasi dengan lingkungan sekitar sehingga mudah untuk bergaul dengan lingkungan baru. Subjek yang dapat beradaptasi dengan cepat di lingkungan tersebut, dikarenakan keinginan subjek untuk masuk ke asrama tanpa paksaan dari orangtuanya. Selain itu, penelitian Nugraheni (2017) ditemukan hasil penyesuaian diri memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar dan memiliki hubungan yang positif hal ini dikarenakan individu mampu mengontrol emosi yang berlebih, mampu mengatasi mekanisme psikologis, mampu mengatasi frustrasi, memiliki pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri serta mampu memanfaatkan pengalaman dan bersikap objektif

Sedangkan dalam penelitian Yeniari, Abidin, Astuti (2005) apabila siswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan asrama akan mengakibatkan siswa tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak dapat tinggal di asrama karena tidak dapat hidup terpisah dari orangtuanya, dan cenderung melanggar aturan-aturan asrama. Penelitian Oktaveryanto dan Tobing (2016) juga mengungkap bahwa ketidakmampuan individu dalam penyesuaian diri dapat mendorong individu tersebut untuk melakukan perilaku kekerasan seperti perilaku agresi.

Ali dan Asrori (2012) menyatakan bahwa karakteristik penyesuaian diri yang terjadi pada usia remaja dapat dilihat dari penyesuaian dirinya terhadap peran dan identitas, kehidupan seks, pendidikan, penggunaan waktu luang, norma-norma sosial,

manajemen keuangan, penyesuaian terhadap kecemasan, masalah, serta rasa frustrasi. Penyesuaian diri ini sangat diperlukan para siswa terutama yang tinggal diasrama, sehingga siswa dapat merasa nyaman dan aman tinggal di lingkungan asrama. Kemauan dan kemampuan remaja untuk berubah merupakan bagian yang penting dari karakteristik dalam penyesuaian diri

Berdasarkan hasil sebaran angket kepada sepuluh siswa ditemukan hasil bahwa delapan dari sepuluh siswa siswa asrama memerlukan waktu yang lama, yaitu kurang lebih satu tahun untuk menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan asrama. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan kebiasaan hidup dan budaya satu siswa dengan siswa lainnya. Ketidakmampuan dalam penyesuaian diri ini menyebabkan siswa mengalami berbagai masalah terutama dalam prestasi akademiknya seperti mengalami penurunan nilainya, melanggar peraturan asrama, merasa malas hingga tidak mengikuti kegiatan-kegiatan asrama.

Mudahnya individu melanggar norma maupun peraturan yang ada dengan tindakan yang tidak sesuai dengan norma aturan yang ada dapat memberikan dampak negatif pada penyesuaian sosial individu (Hurlock, 2004). Menurut Fatimah (2008) tindakan yang bersifat merugikan merupakan akibat dari kegagalan remaja dalam menyesuaikan diri, sedangkan Semiun (2006) menambahkan penyesuaian diri yang baik atau positif dibuktikan tanpa adanya perilaku simptomatik, yaitu; pengendalian diri dalam mengatur impuls, pikiran, kebiasaan, emosi dan tingkah laku sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Hal ini terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh Adriansyah dan Indrawati (2013), dalam penelitian tersebut menjelaskan siswa pesantren yang memiliki penyesuaian diri yang baik, akan cenderung mengerjakan tugas-tugas yang diberikan tanpa adanya prokrastinasi dan mentaati peraturan-peraturan di pesantren tersebut, sebaliknya siswa pesantren yang memiliki penyesuaian diri yang rendah cenderung mengalami konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial yang menyebabkan ketidak seimbangan psikologi, siswa pesantren tidak tahan terhadap tuntutan-tuntan akan memunculkan konflik tekanan dan frustrasi.

Menurut Fatimah (2010) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor psikologis, fisiologis, perkembangan, kematangan, lingkungan, budaya, dan agama. Dari berbagai faktor yang telah disebutkan, salah satu faktor yang diduga paling mempengaruhi rendahnya penyesuaian diri pada individu adalah faktor lingkungan. Kondisi lingkungan yang damai, aman, dan tenang akan membantu individu dalam melakukan penyesuaian diri, kondisi seperti ini dapat membuat individu merasa nyaman dan terdorong untuk berinteraksi dengan lingkungan tanpa merasa terancam. Lingkungan ini terdiri dari sekolah, teman sepermainan, masyarakat, dan keluarga.

Teman sepermainan dalam hal ini teman sebaya dapat menjadi sarana individu untuk melakukan *sharing*, memberikan masukan, dan saling memberikan dukungan. Peranan teman sebaya dalam penyesuaian diri dapat berupa pemberian dukungan sosial (Schneiders, dalam Ali dan Asrori 2015). Dukungan adalah suatu perhatian dan dorongan positif yang diterima individu dari orang lain ketika individu

tersebut mengalami suatu permasalahan (Weiss dalam Bulmer, 2015). Sedangkan Uchino (dalam Sarafino dan Smith, 2012) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah suatu perasaan nyaman pemberian bantuan dan rasa peduli yang diberikan oleh orang lain

Santrock (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar, namun pada dasarnya pada masa remaja, teman sebaya memiliki peran penting karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman-temannya dibandingkan dengan keluarganya. Sehingga dukungan teman sebaya dapat diartikan persepsi yang diterima individu mengenai bantuan, perhatian, dan perlakuan yang diberikan oleh teman sebayanya.

Siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen memiliki intensitas yang tinggi untuk bertemu dan berinteraksi dengan teman sebaya, dibanding bertemu orang tuanya. Hal ini, menyebabkan siswa asrama terpaksa untuk menyesuaikan diri kepada teman-teman sebayanya dan lepas dari orang tua, sehingga membuat para siswa membutuhkan dukungan teman sebayanya untuk mengurangi masalah-masalah dalam penyesuaian dirinya.

Menurut Arnett (2013) individu biasanya meninggalkan rumah, dikarenakan bekerja maupun meneruskan pendidikan di luar wilayah kelahirannya, sehingga kelekatan dan aktivitas dengan teman sebayanya menjadi lebih tinggi daripada keluarganya. Berdasarkan hasil penelitian Rufaida dan Kustanti (2017) ditemukan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menjadi faktor penting yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada individu yang merantau.

Santrock (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar, namun pada dasarnya pada masa remaja, teman sebaya memiliki peran penting karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman-temannya dibandingkan dengan keluarganya. Siswa Asrama SMA Virgo Fidelis Bawen memiliki intensitas bertemu dan berinteraksi kepada teman sebayanya lebih sering dibanding bertemu orang tuanya. Hal ini, menyebabkan siswa asrama terpaksa untuk menyesuaikan diri kepada teman-teman sebayanya dan lepas dari orang tua, sehingga membuat para siswa membutuhkan dukungan teman sebayanya untuk mengurangi masalah-masalah dalam penyesuaian dirinya.

Dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi bagaimana individu bersikap dilingkungan sekitar. Penelitian mengenai dukungan sosial teman sebaya pernah dilakukan oleh Puspita (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya yang dipersepsikan remaja positif dapat mendukung remaja untuk tidak berperilaku negatif, sebaliknya dukungan teman sebaya yang negatif akan mendorong individu untuk melakukan perilaku delinkuen. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Indrawati (2016) mengenai dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi resiliensi. Hal ini membuktikan bahwa dukungan teman sebaya yang dipersepsikan siswa itu positif dapat mempengaruhi siswa merasa mampu bangkit kembali ketika mendapat masalah. Berdasarkan penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa apabila persepsi mengenai dukungan teman sebaya yang diterima individu positif

maka individu akan merasa mendapatkan bantuan, perasaan nyaman, dan lebih percaya diri untuk menghadapi permasalahannya terutama masalah-masalah sosial.

Sesuai dengan pendapat Stroul (dalam Solomon, 2004) dukungan sosial teman sebaya adalah proses yang berisi dukungan, persahabatan, saling berbagai, membantu, empati sehingga dapat mengurangi intensitas gangguan psikiatrik individu seperti kesepian, diskriminasi, penolakan, serta frustrasi. Sedangkan menurut Taylor (2012) dukungan sosial teman sebaya merupakan bantuan dari teman sebayanya baik secara instrumental, informasional, dan emosional yang dapat membuat individu merasa dihargai serta diperhatikan dalam lingkungannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa apabila individu memiliki persepsi yang positif terhadap dukungan teman sebaya yang didapatkannya dapat mempengaruhi bagaimana ia bersikap di lingkungan sekitarnya, dalam hal ini mengenai penyesuaian diri siswa yang sedang berada di lingkungan baru dengan budaya yang berbeda.

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti tertarik meneliti lebih lanjut mengenai ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen. Dimana siswa asrama SMA Virgo Fidelis Bawen berasal dari lingkungan dan budaya yang berbeda-beda dan sedikit literatur yang membahas tentang penyesuaian diri dan kehidupan asrama yang berbasis Kristiani.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama Virgo Fidelis Bawen?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris mengenai ada tidaknya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan penyesuaian diri pada siswa asrama Virgo Fidelis Bawen.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan pengembangan dalam bidang psikologi perkembangan dan social.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, saran, dan masukan bagi pihak sekolah di SMA Virgo Fidelis, siswa selaku subjek dan orangtua.