

HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA SMP DI JAKARTA

Gabriel Abraham¹, Monika²

Email: gabriel.705200247@stu.untar.ac.id¹, monika@fpsi.untar.ac.id²

Jurusan Psikologi, Universitas Tarumanagara^{1,2}

Abstrak

Siswa baru di SMP dituntut memiliki penyesuaian diri yang baik di lingkungan baru. Pentingnya penyesuaian diri berkaitan dengan terciptanya keseimbangan antara diri dengan berbagai tuntutan yang ada pada lingkungan baru. Kemampuan penyesuaian diri dipengaruhi oleh asertivitas, dukungan sosial, *culture shock*, strategi coping, efikasi diri akademik, motivasi, kepribadian, harga diri, dan konsep diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) kelas VII semester pertama. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII semester pertama di SMA X Jakarta. Sampel yang digunakan oleh peneliti adalah sebanyak 311 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik random sampling. Peneliti melakukan uji validitas, uji reliabilitas, dan uji beda item sebelum skala konsep diri dan penyesuaian diri digunakan untuk mengambil data penelitian. Analisis data penelitian yang digunakan oleh peneliti, yakni, Pertama uji asumsi yang terdiri dari dua jenis, yakni uji normalitas dengan menggunakan teknik *kolmogorov-smirnov* dan uji linearitas dengan teknik *deviation from linearity*. Kedua adalah uji hipotesis dengan melakukan uji korelasi *product moment*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 25 for windows.

Kata Kunci: Konsep Diri; Penyesuaian Diri; Sekolah Menengah Pertama

Abstract

New students in junior high school are required to adapt well to their new environment. The importance of adjustment is related to creating a balance between oneself and the various demands that exist in the new environment. The ability to adapt is influenced by assertiveness, social support, *culture shock*, coping strategies, academic self-efficacy, motivation, personality, self-esteem, and self-concept. This research aims to determine the relationship between self-concept and self-adjustment in junior high school (SMP) class VII students in the first semester. This research uses the quantitative method. Population in this study are the classes of VII grade students in their first semester at SMA X Jakarta. The sample amount of samples used by researcher are collected among 311 students. Sampling using the random sampling technique. Researchers conducted a validity test (test content validity and construct validity test), test reliability, and item differentiation test before the self-concept scale and adaptation is used for taking research data. Data analysis research used by researchers, namely, First test the assumptions that it consists of two types, namely the normality test by using techniques *kolmogorov-smirnov* and linearity test with the test for linearity technique. Second is a hypothesis test by doing *product moment correlation test*. Analysis data is carried out using SPSS version 25 for Windows help.

Keywords: Self-concept; Adjustment; Junior High School

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hak asasi manusia yang mendasar. Upaya individu untuk melanjutkan pendidikannya didukung oleh dua faktor: pertama, kesadaran umum terhadap nilai pendidikan. Kedua adalah akses terhadap sumber daya pendidikan yang tepat merupakan faktor kunci dalam mencapai keberhasilan

pendidikan (Ardyles & Syafiq, 2017).

Perhatian para ahli selama ini tertuju pada masa peralihan anak dari SD hingga SMP. Sekolah dasar merupakan masa dimana anak-anak masih banyak bermain, lebih mudah terbawa suasana, belum dewasa, tidak banyak pengetahuan, dan sering bosan saat belajar (Rahmawati, 2018). Siswa di sekolah menengah mengalami

masa transisi dari masa kanak-kanak ke remaja.

Saat masuk SMP, siswa sedang melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya, memperluas lingkaran pertemanannya, mencari tahu siapa dirinya, dan berusaha menangani materi yang lebih menantang dibandingkan saat dia masih di Sekolah Dasar. Siswa SMP memasuki masa remaja yang merupakan masa transisi, dimana diperlukan penyesuaian terhadap tuntutan dan perubahan masa dewasa. Transisi ke tingkat kelas berikutnya penuh dengan tantangan bagi anak-anak, termasuk suasana sekolah yang baru, tugas sekolah yang lebih menantang, pengenalan mata pelajaran baru, dan prospek bertemu orang baru. Kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungannya sangat menentukan kelangsungan hidupnya (Kemendikbud, 2020). Penyesuaian diri merupakan respon yang dapat menimbulkan kebahagiaan dengan cara memodifikasi perilaku seseorang untuk memenuhi kebutuhan lingkungannya (Semaraputri & Rustika, 2018). Baik itu harapan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi maupun impian akan profesi yang cemerlang, kemampuan siswa dalam memodifikasi diri akan berpengaruh pada kehidupannya (Marpaung & Wati, 2020).

Kesulitan remaja dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya tidak hanya terbatas pada situasi di luar sekolah saja. Remaja terkadang mengalami kesulitan ketika naik kelas karena mereka kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, menjalin pertemanan, dan menghadapi kompleksitas kurikulum yang semakin meningkat dibandingkan biasanya (Rahman, 2021). Siswa yang baru masuk sekolah menengah mungkin merasa kesulitan untuk membagi waktu mereka antara belajar dan kegiatan lain karena mereka tidak memiliki kebiasaan belajar seperti siswa yang lebih berpengalaman (Siti, 2015). Penelitian Churniyawati (2017) di MAN 3 Sleman membenarkan bahwa banyak siswa, terutama kelas X atau siswa baru di sekolah tersebut, yang mengalami kesulitan. Permasalahan yang umum terjadi antara lain ketidakmampuan siswa dalam beradaptasi di sekolah barunya, sulitnya mendapatkan teman di sekolah karena banyaknya pergaulan dengan orang baru, perasaan rendah diri, terbentuknya geng (di antara teman, siswa yang pendiam, dan siswa yang mengganggu), dan bahkan keputusan untuk pindah sekolah.

Siswa sekolah menengah kelas VII pun tidak luput dari hal ini; banyak yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri

dengan kelas baru mereka. Banyak orang menjadi stres karena tidak mampu menyesuaikan diri (Sariningtyas, 2018). Menurut penelitian (Yengimolki dkk., 2015), siswa yang fleksibel dalam penyesuaian diri lebih memungkinkan untuk berhasil saat beradaptasi. Proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yang ada, menurut Soeparwoto (dalam Candrawati, 2019) dalam penelitian, terdapat dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berkaitan dengan karakteristik yang ada dalam diri individu, seperti konsep diri, asertivitas, kepercayaan diri, *self-efficacy*, *culture-shock*, harga diri, efikasi diri akademik, motivasi, kepribadian, dan strategi *coping*. Sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan sekitar, seperti persepsi pola asuh demokratis, dukungan sosial orang tua, dan dukungan teman sebaya. Penelitian yang ini akan membahas faktor penyesuaian diri yang berasal dari faktor internal, yaitu konsep diri.

Lima jurnal dengan partisipan serupa dengan penelitian ini ditemukan setelah menelusuri temuan penelitian sebelumnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Astutik et al (2017) pada siswa kelas X SMA, diketahui bahwa penelitian tersebut menggunakan skala

Likert. Uji korelasi “korelasi Pearson” digunakan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri. Nilai r yang dihitung adalah 0,763, dan tingkat signifikansinya adalah 0,000 (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara konsep diri siswa dengan tingkat penyesuaian diri.

Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Selliana, et al. (2021) menggunakan sampel siswa yang dipilih secara acak untuk menguji hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri. Penyebaran kuesioner akan digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini, yang selanjutnya akan diperiksa. Peneliti melakukan uji hipotesis, dan temuan menunjukkan bahwa konsep diri siswa kelas X dengan penyesuaian diri ada hubungan. Nilai r yang dihitung $>$ nilai r tabel ($0,999 > 0,422$) artinya terdapat hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMK di Binjai.

Dalam jurnal berjudul “Hubungan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Sidoarjo” yang ditulis oleh Garnis dan Widyastuti (2021) menunjukkan hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Selanjutnya pada penelitian Saputro dan Sugiarti (2021)

tentang “Dukungan Teman Sebaya dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas X SMA” menunjukkan hubungan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Dukungan teman sebaya dan konsep diri berhubungan positif.

Publikasi selanjutnya adalah “Hubungan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Juwana” yang ditulis oleh Harnung, et al (2022). Temuan menunjukkan adanya korelasi negatif antara konsep diri siswa dengan tingkat penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana. Faktor konsep diri terbukti memiliki korelasi yang cukup besar dengan penyesuaian diri. Penyesuaian diri erat kaitannya dengan perasaan diri seseorang. Tingkat konsep diri yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat penyesuaian diri yang lebih rendah. Demikian pula penyesuaian diri meningkat seiring dengan menurunnya konsep diri. Siswa kelas VII yang baru masuk sekolah mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan jenjang baru, seperti merasa tidak cocok di kelas, kesulitan dalam mencari teman, meminta pindah kelas karena tidak menyukai lingkungannya. teman sekelasnya, dan berjuang untuk menyesuaikan diri dengan semakin sulitnya pekerjaan rumah.

Dari beberapa penelitian terdahulu terdapat gap hasil penelitian yang berupa hubungan positif dan negatif Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik meneliti judul “Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP di Jakarta.”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian korelasi dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki dan perempuan kelas VII SMP di Jakarta dan bersedia menjadi partisipan penelitian.

Prosedur pengambilan sampel acak digunakan untuk memilih peserta. Setiap orang dalam populasi sampel mempunyai peluang yang sama untuk dipilih jika menggunakan pengambilan sampel acak.

Partisipan pada penelitian ini seluruhnya berjumlah 311 orang. Gambaran umum partisipan pada penelitian ini berisi tentang karakteristik jenis kelamin yang terdiri dari 177 orang perempuan dan 134 orang laki-laki.

Tabel 1. Partisipan

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	134	43.1
Perempuan	177	56.9
Total	311	100

Berdasarkan data yang diperoleh mengenai asal sekolah partisipan diambil

dari 92 siswa SMP N A, 32 siswa SMP N B, 40 siswa SMP N C, dan 147 SMP N D.

Tabel 2. Asal Sekolah Partisipan

Asal Sekolah	Jumlah	Persentase
SMP N A	92	29.5
SMP N B	32	10.2
SMP N C	40	12.9
SMP N D	147	47.4
Total	311	100

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, digunakan sebagai instrumen untuk penelitian ini. Konsep diri siswa diukur dengan angket pertama, sedangkan penyesuaian diri diukur dengan angket kedua.

Data dianalisis dengan analisis data Pearson dengan kata lain hubungan antara dua variabel dapat diuji dengan menggunakan pendekatan korelasi Pearson.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dengan judul Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP di Jakarta dilakukan pada 3 Desember 2023 sampai 8 Mei 2024 dari jam 08.00 sampai jam 10.00 dilakukan secara online dengan bantuan *google form* yang diisi langsung dikelas. Jumlah siswa yang berpartisipasi pada penelitian ini sebanyak 311 siswa kelas VII. Alat ukur Konsep Diri memiliki 48 pertanyaan. Berdasarkan data yang diperoleh mengenai konsep diri, total skor terendah adalah 1 dan total skor tertinggi adalah 4. Dengan skala 1 sampai dengan 4 memiliki nilai

mean hipotetik sebesar 2,5. Nilai mean empiric penelitian sebesar 2,6. Alat ukur Penyesuaian Diri memiliki 38 pertanyaan. Berdasarkan data yang diperoleh mengenai penyesuaian diri, total skor terendah adalah 1 dan total skor tertinggi adalah 4. Dengan menggunakan skala 1 sampai dengan 4 memiliki nilai mean hipotetik sebesar 2,5. Nilai mean empiric penelitian sebesar 2,5.

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang ada dapat terdistribusi secara normal atau tidak. Berikut hasil uji normalitas dengan bantuan *SPSS versi 25 for windows*. Pengujian normalitas data diperlukan untuk menentukan teknik korelasi yaitu dengan *Pearson Correlation* (untuk sebaran data normal) atau *Spearman Correlation* (untuk sebaran data tidak normal). Berdasarkan hasil uji normalitas variabel konsep diri memiliki signifikansi $p=0,005<0,05$, maka data berdistribusi secara tidak normal. Pada variabel penyesuaian diri terdapat hasil signifikansi sebesar $p=0.011<0.05$ maka data berdistribusi secara tidak normal.

Uji Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Spearman Correlation*, diperoleh bahwa variabel konsep diri dengan penyesuaian diri memiliki hubungan dengan nilai $r=0,585$ dan $p=0,00<0.05$. berdasarkan hasil penelitian ini bahwa hipotesis penelitian diterima

sehingga terdapat hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri pada siswa SMP.

Tabel 3. Uji Hipotesis

Variabel	P	R	Keterangan
Konsep diri dengan penyesuaian diri	0,00	0,585	Terdapat hubungan

PENUTUP

Berdasarkan analisis data yang dilakukan peneliti mengenai hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP di Jakarta, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP di Jakarta. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsep diri juga merupakan salah satu penentu siswa dalam melakukan penyesuaian diri. Antara konsep diri dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini hipotesis diterima. Bagi Sekolah, Kepala sekolah beserta guru diharapkan tetap memberikan motivasi dan dukungan yang diperlukan oleh siswa untuk mengembangkan konsep diri siswa yang baik. Cara yang dapat dilakukan oleh pihak sekolah yakni dengan cara mencari beberapa masalah yang dihadapi siswa, lalu memberikan motivasi yang dibutuhkan oleh siswa sesuai dengan permasalahannya.

Bagi orang tua, diharapkan membantu anaknya untuk lebih memahami

dirinya sendiri dan mendorong anaknya untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Baik lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat. Orang tua juga diharapkan lebih memperhatikan tingkah laku anaknya dalam kesehariannya.

Bagi siswa, diharapkan siswa dapat membentuk dan meningkatkan konsep diri sehingga dapat memberikan penyesuaian diri di sekolah untuk melanjutkan pembelajaran hingga semester terakhir. Cara meningkatkan konsep diri yang dapat dilakukan oleh siswa adalah mencari lingkungan yang positif, mencari teman dekat yang bisa diajak melakukan sesuatu yang baik, dan melakukan introspeksi diri dalam berbagai hal di kehidupan sehari-hari.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah mendukung penelitian ini. Terima kasih juga kepada pihak sekolah yang telah memberikan izin pengambilan data, serta para partisipan yang terlibat secara sukarela dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardyles, J., & Syafiq, M. (2017). *Penyesuaian Diri Mahasiswa Nusa Tenggara Timur di Surabaya*. 4(1), 91–99.

- Astutik, W., Astuti, I., & Yusuf, A. (2017). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Islam Bawari Pontianak*. 1–12
- Candrawati, D. (2019). *Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa*. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 99–107.
- Churniyawati, R. (2017). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X MAN 3 Sleman Yogyakarta*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
- Garnis, F., & Widyastuti. (2021). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Sidoarjo*. *Proyeksi*, 16(92–99), 92–99.
- Harnung, Wiwik Kusdaryani, G. Rohastono Adjie. (2022). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas Vii Smp. NEGERI I JUWANA*
- Kemendikbud, S. N. (2020). *Pembelajaran di Masa Pandemi Tantangan & Tantangan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Marpaung, I. M. N., & Wati, C. L. S. (2020). *Hubungan antara Harga Diri, Efikasi Diri Akademik, dan Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Sekolah para Siswa Kelas VII di SMP St. Kristoforus 1*. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 18(1), 18–31.
- Rahman, R. (2021). *Penyesuaian Diri Mahasiswa Internasional di Institut Agama Islam Negeri Parepare*
- Rahmawati L. (2018). *Demographic Profile, Clinical and Analysis of Osteoarthritis Patients in Surabaya*.
- Sariningtyas, I. (2018). *Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa terhadap Lingkungan Sekolah melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Kelas VII-A MTs N 8 Gunungkidul*
- Selliana, Nengsih, & Sitepu, D. R. (2021). *Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas X SMK Tunas Pelita Binjai*. *Jurnal Serunai Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 1–10.
- Semaraputri, S. A. K. S., & Rustika, I. M. (2018). *Peran Problem Focused Coping Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Akhir Yang Menjadi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 35–47
- Siti, A. (2015). *Perkembangan Peserta Didik dan Bimbingan Belajar*. Yogyakarta: Deepublish
- Yengimolki, S., Kalantarkousheh, S. M., & Malekitabar, A. (2015). *Self-concept, social adjusment and academic achievement of persian students*. *International Review of Social Sciences and Humanities*, Vol.8, No. 2, hal 50-60.