

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan dan kemajuan sebuah bangsa dapat dilihat dari tinggi rendahnya tingkat pendidikan dan kualitas pendidikan yang terdapat di negara tersebut. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki sebuah bangsa, maka bangsa tersebut akan semakin sejahtera, sebaliknya semakin rendah tingkat pendidikan sebuah bangsa maka bangsa tersebut semakin tidak sejahtera atau miskin. Peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dapat dicapai dengan berbagai usaha, salah satunya adalah melalui jalur pendidikan. Peningkatan taraf pendidikan merupakan sebuah kunci utama untuk mencapai tujuan negara. Pendidikan bukan saja untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, tetapi juga meningkatkan martabat manusia (Aziz, 2016).

Pendidikan merupakan upaya untuk mengerahkan perkembangan manusia agar menuju ke arah yang lebih baik. Dengan adanya pendidikan, diharapkan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang memiliki kepribadian mandiri, terampil dan bermartabat (Oktaviani & Erdina, 2019). Sekolah sebagai salah satu pendidikan formal perlu menyelenggarakan pendidikan yang berkualitas untuk mengembangkan kemampuan siswa. Dimana dalam pengembangan potensi siswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan mereka di sekolah. Menyesuaikan diri bukan berarti siswa berubah menjadi tuntutan di lingkungan sekolah. Hal yang diharapkan siswa dapat memadukan potensi dan kondisi internal dirinya dengan lingkungan tempat berinteraksi. Sekecil apapun perubahan yang terjadi, penyesuaian diri tetap perlu dilakukan agar siswa dapat secara optimal dalam melakukan kegiatan sekolah (Saputro & Rini, 2021).

Individu dalam melewati setiap tahap perkembangan menghadapi masa transisi. Masa transisi dalam tahap perkembangan terjadi ketika anak - anak berkembang menjadi remaja, kemudian berkembang lagi menjadi orang dewasa. Selain transisi dari tahap perkembangan masa transisi individu juga terjadi di masa

sekolahnya. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah baru yang lebih tinggi tingkatannya, mulai dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, hingga menuju perguruan tinggi (Santrock dalam Saputro & Rini, 2021). Pada masa ini, remaja mengalami perubahan baik secara fisik, emosi, sosial, intelektual, psikoseksual maupun pemahaman tentang dirinya. Perubahan tersebut mengharuskan remaja untuk melakukan penyesuaian terhadap dirinya sendiri maupun sosial. Dengan demikian remaja dituntut untuk membangun komunikasi baik dengan teman sebaya di sekolah maupun di luar sekolah (Aristya & Anizar, 2018).

Menurut Hurlock (dalam Putri, 2018) masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu dimana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lebih lanjut. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga dengan lingkungannya. (Aristya & Anizar, 2018) mengatakan bahwa peran orang tua sangat penting untuk remaja yang sedang mencari identitas diri, orang tua dapat memberi arahan kepada mereka agar tidak salah dalam menemukan jati dirinya, karena disaat pencarian jati diri itu salah, maka akan berdampak pada masa dewasa mereka. Seperti yang dikemukakan Hurlock (dalam Aristya & Anizar, 2018) bahwa masa remaja adalah periode penting dan memiliki ciri khas tertentu yang membedakannya dari periode lain.

Siswa yang duduk di Sekolah Menengah Atas (SMA), termasuk dalam kategori remaja, mereka mengalami perpindahan pendidikan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Sekolah Menengah Atas (SMA), selain mengalami perpindahan lingkungan sekolah, siswa SMA terutama yang duduk di kelas X mendapatkan pelajaran baru, guru baru, teman baru, dan fasilitas sekolah baru. Perubahan - perubahan dan hal - hal yang terjadi di lingkungan sekolah tersebut, menuntut mereka melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan tersebut. Mereka para remaja untuk dapat memperoleh penyesuaian diri di SMA, haruslah bisa menyesuaikan dengan dirinya, sekolah dan lingkungan sosialnya, yang meliputi penyesuaian terhadap guru, mata pelajaran, teman sebaya, dan lingkungan

sekolah. Proses penyesuaian ini tidak terjadi dengan sendirinya, mereka harus belajar agar dapat berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, dan ini memerlukan waktu dan kemampuan individu untuk merespon tuntutan – tuntutan yang timbul baik berasal dari dalam maupun dari luar dirinya (Aristya & Anizar, 2018).

Menurut Scheinoder (dalam Oktaviani & Erdina, 2019) penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan perilaku, yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan – kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik serta untuk menghasilkan kualitas keseimbangan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada. Menurut Semiun (dalam Aristya & Anizar, 2018) penyesuaian diri berarti pemuasan kebutuhan, keterampilan dalam menangani frustrasi dan konflik, ketenangan pikiran / jiwa atau bahkan pembentukan simtom - simtom. Itu berarti belajar bagaimana bergaul dengan baik dengan orang lain dan menghadapi berbagai tuntutan tugas. Penyesuaian diri menuntut remaja untuk mampu hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Wilis dalam Aristya & Anizar, 2018).

Menurut Ali & Asrori (dalam Pinuwuh, 2020), penyesuaian diri yang lebih baik adalah individu yang telah belajar beraksi terhadap dirinya dan lingkungannya dengan cara - cara yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat serta dapat mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengembangkan perilaku simptomatik dan gangguan psikomatik yang mengganggu tujuan - tujuan moral, sosial, agama, dan pekerjaan. Menurut Kartono (dalam Widodo, 2021) Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan lain - lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Penyesuaian diri juga merupakan sebuah patokan untuk mencapai kesehatan mental seseorang (dalam Eva, 2016). Banyak remaja yang tidak dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat pada umumnya (Pramesti, 2018).

Remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan, semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang akan membuat remaja merasa diperhatikan, dicintai dan dihargai oleh orang lain. Perasaan diterima dan dihargai secara positif, membuat individu tersebut cenderung akan mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya. Ia akan menerima dan menghargai dirinya sendiri, sehingga remaja mampu hidup mandiri ditengah - tengah masyarakat luas secara harmonis (Kartika, D dalam Harefa & Yuli, 2020).

Menurut Santrock (dalam Sajidah, 2018). Dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai, yang menghargai, dan menghormati, mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung. King & Laura (dalam Jannah, 2019) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik.

Sarason (dalam Saputro & Rini, 2021) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dan orang – orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Menurut Oktaviana (dalam Saputro & Rini, 2021) mengatakan bahwa dukungan sosial bersumber dari orang - orang yang memiliki hubungan yang berarti bagi individu seperti keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan kerja, tetangga, saudara. Teman dekat merupakan dukungan sosial yang utama bagi remaja karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami.

Rook (dalam Jannah, 2019) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan - ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Menurut Gottlieb (dalam Sa'idah, & Hermien, 2017) Dukungan didefinisikan sebagai informasi verbal atau non verbal, saran atau bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan

oleh orang - orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal – hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap beberapa siswa - siswi kelas XI di SMAN 12 Padang, setiap dari mereka memiliki latar belakang, kemampuan dan sifat yang berbeda, serta tingkat penyesuaian diri yang berbeda. Dimana mereka bertemu dengan guru – guru dan teman – teman yang berbeda dari kelas sebelumnya serta materi, jam pelajaran dan fasilitas yang digunakan berbeda dari sebelumnya. Perubahan – perubahan yang terjadi menuntut siswa - siswi untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekolahnya. Beberapa dari siswa - siswi ada yang cepat dalam beradaptasi dan menyesuaikan diri, sehingga mereka dapat dengan mudah melakukan aktivitas belajar dengan baik. Sedangkan siswa -siswi yang penyesuaian dirinya lambat, mereka akan kesulitan dalam melakukan aktivitas belajar di lingkungan sekolah atau sosialnya. Sebagian dari mereka mudah dalam bergaul, cepat akrab dengan orang yang baru dikenal, tetapi ada pula dari mereka yang pendiam, pemalu serta kurang percaya diri dan ini mempengaruhi penyesuaian diri mereka. Beberapa dari siswa – siswi ada yang kurang dapat mengontrol emosinya dengan baik, sehingga ada yang mengatakan pernah bermusuhan dengan teman dan tidak saling tegur sapa.

Dari wawancara juga dihasilkan bahwa ada dari siswa – siswi yang tidak memperoleh dukungan sosial yang baik dari orang tua, keluarga, teman dan masyarakat di sekitar, seperti halnya orang tua mereka jarang memberikan dukungan semangat, motivasi agar mereka rajin dalam belajar, ada yang beralasan karena orang tuanya terlalu sibuk dalam bekerja, begitu juga ketika dalam masalah, orang tua kurang memberikan arahan, masukan nasehat dan solusi dari permasalahan yang dihadapi dan cenderung kurang peduli, sehingga ketika dalam masalah mereka menjadi takut untuk menceritakannya. Sebagian dari siswa – siswi juga kurang diperhatikan oleh keluarganya, dimana mereka tidak dinasehati ketika malas belajar, asik bermain *handphone* dan begadang untuk bermain game online. Beberapa dari siswa - siswi ada yang mengatakan orang tua jarang memenuhi kebutuhan sekolah dan kurang memberikan uang jajan. Siswa – siswi tersebut juga

mengatakan bahwa orang tua tidak pernah menekan atau mengekang, mereka bebas melakukan apapun yang mereka inginkan, terkadang itu bisa merugikan diri sendiri. Ada juga yang kurang memperoleh dukungan dari teman – teman, dimana teman kurang mau membantu dalam kesulitan seperti dalam belajar, mengerjakan dan ketika dalam masalah.

Penelitian tentang penyesuaian diri dan dukungan sosial sudah pernah diteliti oleh Della Nur Aristya dan Anizar Rahayu, 2018 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I Jakarta”. Dengan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka akan semakin tinggi penyesuaian dirinya.

Penelitian ini juga pernah dilakukan oleh Siti Lailatin Nishfi dan Agustin Handayani, 2021 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang”. Dihilangkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Yang memiliki arti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin baik penyesuaian diri remaja di pesantren. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka penyesuaian diri akan berdampak negatif.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri dengan menggunakan subjek, lokasi serta tahun penelitian yang berbeda. Dengan ini peneliti menyatakan bahwa penelitian yang dilakukan dalam pembuatan skripsi ini tidak originalitas dan bersumber pada jurnal dan naskah publikasi yang sudah pernah dirilis.

Berdasarkan fenomena – fenomena dan beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, maka judul penelitian yang peneliti angkat ialah “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa kelas XI di SMAN 12 Padang.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa kelas XI di SMAN 12 Padang ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa kelas XI di SMAN 12 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan keilmuan Psikologi, khususnya Psikologi sosial, Psikologi perkembangan dan Psikologi Pendidikan , serta sebagai referensi dalam melanjutkan penelitian terkait dengan dukungan sosial dan penyesuaian diri.

2. Manfaat praktis

a. Siswa SMA

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai dukungan sosial dan penyesuaian diri agar mereka bisa menyesuaikan diri dengan baik sehingga dapat meningkatkan semangat dalam belajar dan dapat membina hubungan baik dengan orang tua keluarga teman dan guru, seperti halnya dengan adanya keterbukaan terhadap orang tua atas permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga orang tua dapat memberikan solusi atas permasalahan yang dihadapinya.

b. Sekolah

Memberikan dukungan informasi kepada sekolah dan jika memungkinkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau kebijakan sebagai upaya mengoptimalkan dukungan sosial dan penyesuaian diri siswa.

c. Orang tua

Memberikan tambahan informasi kepada orang tua tentang dukungan sosial dan penyesuaian diri.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai referensi atau acuan untuk mengembangkan penelitian yang sejenis, khususnya mengenai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa SMA.