

## Penyesuaian diri siswa kelas VII di sekolah menengah pertama

**Chenrika Arabella Tjeriawan, Indah Sukmawati\***

Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang,

\*Corresponding author, e-mail: [indahsukmawati@fip.unp.ac.id](mailto:indahsukmawati@fip.unp.ac.id)

### Abstract

Adjustment is important for students of class VII at school. Phenomenon in the field, students are required to follow school rules and adapt in the school environment. New students can only interact and communicate with known classmates and friends. The aim of the research is to look at the description of students' self-adjustment in class VII. Quantitative research method with a descriptive approach. The sample in this study were 53 students with a sampling technique that is simple random sampling. Collecting data using a self-adjustment questionnaire with a Likert scale model. To see a picture of student self-adjustment using the percentage analysis formula. The results of the study found a description of students' self-adjustment in the moderate category with a percentage of 33.96%. This means that SMPS Bina Satria Medan students are able to adjust to the school environment.

**Keywords:** Self-adjustment, School



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by author.

---

### Introduction

Pada dasarnya setiap manusia sebagai makhluk sosial perlu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Penyesuaian diri merupakan satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja (Handaramon., Syahniar & Netrawati, 2019). Remaja menghadapi fase yang rumit dalam kehidupannya (Netrawati., Khairani & Karneli, 2018). Sikap penyesuaian diri di sekolah harus dapat dikembangkan remaja secara optimal guna mendorong keberhasilan remaja dimasa yang akan datang (Pratama & Firman, 2021). Jadi penyesuaian diri penting bagi remaja guna mendorong keberhasilan remaja di masa yang akan datang.

Penyesuaian diri pada remaja merupakan kemampuan yang dimiliki siswa untuk dapat menyesuaikan keadaan diri dengan lingkungan sehingga dapat diterima dengan baik oleh lingkungan (Fitria., Marsidin & Nirwana, 2014). Penyesuaian diri juga merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Syafitri., Sukmawati & Ardi, 2020). Kemudian penyesuaian diri merupakan proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah cara individu untuk dapat melakukan hubungan dengan individu lain di lingkungannya (Yusra & Daharnis, 2019). Penyesuaian diri merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk menjalin hubungan yang memuaskan dengan orang lain (Fitria & Zikra, 2021).

Remaja sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan. Penyesuaian diri penting dimiliki oleh siswa dalam menjalani masa transisi yang penuh dengan tekanan (Henny & Yendi, 2021). Selain itu siswa yang berada pada masa transisi kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri untuk menempuh kehidupan sebagai calon orang dewasa (Khofifah., Sano & Syukur, 2013). Siswa sebagai remaja mempunyai pribadi yang unik karena memiliki perbedaan karakteristik antara satu dengan yang lain. Selain itu remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik di sekolah adalah siswa yang mempunyai orangtua yang menempatkan nilai yang tinggi kepada kepatuhan dan konformitas. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah dengan segala keterbatasan, kemampuan, serta kepribadian telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungan dengan cara efisien, matang, bermanfaat, dan memuaskan.

---

Penyesuaian diri siswa di sekolah tidak selamanya dapat terlaksana dengan baik. Penyesuaian diri yang rendah akan menghambat tercapainya tujuan perkembangan perilaku positif yang diharapkan secara optimal. Biasanya siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah akan merasa takut untuk aktif maupun maju ke depan kelas dan bertanya kepada guru sehingga hasil belajar yang didapatkan tidak mencapai tujuan dan harapan. Secara umum penyesuaian diri dalam proses belajar di kelas sangat berpengaruh untuk perkembangan siswa itu sendiri. Dalam proses pembelajaran di sekolah biasanya banyak macam tingkah perilaku siswa yang terlihat, seperti ada siswa yang pintar tapi malu untuk aktif di kelas karena merasa takut disalahkan oleh pendidik. Dalam hal ini perlu adanya guru BK yang lebih dapat memperhatikan masalah yang terjadi pada siswa yang mengalami penyesuaian diri yang kurang baik. Maka dari itu diperlukannya faktor pendukung agar siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sekolah seperti adanya peran dari orangtua dan guru BK (Fitria., Marsidin & Nirwana, 2014).

Pada jenjang pendidikan menengah pertama siswa harus mengenal beberapa mata pelajaran dengan guru yang berbeda sifat dan karakteristiknya. Hal ini cukup sulit untuk dihadapi, biasanya karakter yang dari sekolah dasar masih terbawa ke jenjang sekolah menengah pertama ini. Perubahan yang terjadi dari kelas enam menuju kelas tujuh seperti perubahan dari suatu struktur kelas yang kecil menjadi lebih besar dan struktur sekolah yang lebih tidak personal, perubahan dari sistem satu guru menjadi banyak guru dan dari kelompok teman sebaya yang homogen dan kecil menjadi kelompok teman sebaya yang lebih besar dan heterogen, serta meningkatnya perhatian untuk mencapai prestasi dan unjuk kerja tertentu (Santrock, 2003).

Layanan bimbingan dan konseling menurut Zarniati., Alizamar dan Zikra (2014) merupakan layanan yang penting bagi pendidikan di sekolah. Selanjutnya menurut Yendi., Syukur dan Rafsyam (2015) layanan bimbingan dan konseling merupakan kegiatan yang dilakukan secara berkesinambungan dan bertujuan untuk membantu peserta didik berkembang secara optimal. Bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu siswa untuk belajar. Selaras dengan pengertian dari bimbingan dan konseling, bimbingan dan konseling memiliki tujuan yaitu: pertama, memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya. Kedua, mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya kearah yang optimal. Ketiga, dapat menyesuaikan diri secara lebih baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya. Layanan bimbingan dan konseling dapat diberikan oleh guru bimbingan dan konseling dengan menggunakan format secara klasikal. Layanan bimbingan dan konseling dengan format klasikal menurut Syafitri dan Yusri (2020) merupakan layanan yang diberikan kepada siswa dengan merujuk kepada siswa secara langsung tentang hal-hal yang mungkin mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat meningkatkan wawasan, keterampilan, nilai dan sikap siswa

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP S Bina Satria Medan terdapat empat sampai lima orang siswa yang sering absen masuk sekolah, karena siswa tersebut malas dan juga orang tua dari siswa tersebut kurang peduli jika anaknya tidak masuk sekolah. Sedangkan menurut guru mata pelajaran, respon yang diberikan setiap kelas berbeda-beda. Di kelas pertama, yaitu kelas 7-1 beberapa siswa masih menyesuaikan diri dengan kelas barunya dan masih malu-malu untuk menjawab pertanyaan dari gurunya. Siswa di kelas kedua, yaitu kelas 7-2 masih kurangnya interaksi dan komunikasi dengan sesama teman di dalam kelas, dimana interaksi dan komunikasi yang terjadi

hanya terjadi di dalam kelas hanya dengan teman yang dikenal saja. Sedangkan di kelas ketiga, yaitu kelas 7-3 siswa di kelas tersebut sudah mulai menyesuaikan diri dengan baik, sudah berani menjawab pertanyaan guru dan suasana kelas menjadi lebih hidup karena adanya interaksi dan komunikasi yang terjadi di dalam kelas.

Berdasarkan fakta dan teori di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji tentang "Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di SMP S Bina Satria Medan", agar nantinya guru BK dapat memperoleh gambaran yang menyeluruh berkenaan dengan penyesuaian diri siswa sehingga dapat merancang pelayanan lebih baik lagi.

## Method

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 144 siswa dan untuk menentukan besaran sampel menggunakan rumus Slovin sehingga didapatkan sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 53 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan angket penyesuaian diri dengan 33 item

terdiri dari aspek penyesuaian pribadi dan aspek penyesuaian sosial dengan model skala likert. Untuk melihat gambaran penyesuaian diri siswa menggunakan rumus analisis persentase.

## Results and Discussion

Berdasarkan hasil temuan penelitian tentang gambaran penyesuaian diri siswa SMPS Swasta Bina Satria Medan yaitu:

### Penyesuaian Diri

**Tabel 1.** Deskripsi Penyesuaian Diri Siswa

Kategori	Skor	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 137$	12	22,64
Tinggi	111-136	19	35,85
Sedang	85-110	17	32,08
Rendah	59-84	3	5,66
Sangat Rendah	$\leq 58$	2	3,77
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100.00</b>

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat penyesuaian diri siswa pada kategori tinggi dengan persentase 35,85%. Selanjutnya sebanyak 32,08% penyesuaian diri siswa pada kategori sedang. Kemudian sebanyak 22,64% berada pada kategori sangat tinggi, 5,66% berada pada kategori rendah dan 3,77% berada pada kategori sangat rendah. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa secara keseluruhan berada pada kategori tinggi. Hal ini berarti siswa sudah dapat beradaptasi dengan baik di kelas dan di sekolah, tetapi ada pula siswa yang masih belum dapat menyesuaikan dirinya dengan baik di sekolah.

### Penyesuaian Diri Pada Aspek Pribadi

**Tabel 2.** Penyesuaian Diri Siswa pada Aspek Penyesuaian Pribadi (n=53)

Kategori	Skor	f	%
Sangat Tinggi	$\geq 52$	1	1,89
Tinggi	42-51	31	58,49
Sedang	32-41	16	30,19
Rendah	22-31	5	9,43
Sangat Rendah	$\leq 21$	0	0,00
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100.00</b>

Berdasarkan Tabel 2 di atas terungkap Penyesuaian Diri Siswa SMP Swasta Bina Satria Medan pada aspek penyesuaian pribadi berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 1,89% siswa. Selanjutnya 58,49% siswa berada pada kategori tinggi dan 30,19% berada pada kategori sedang, 9,43% siswa berada pada kategori rendah, serta tidak ada siswa berada pada kategori sangat rendah. Jadi dapat disimpulkan penyesuaian diri siswa pada aspek penyesuaian pribadi berada pada kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan pendapat Pratama dan Firman (2021) masih banyaknya siswa yang belum mempunyai kemampuan untuk menyadari, menerima dan bertindak secara pribadi untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.

### Penyesuaian Diri Pada Aspek Sosial

**Tabel 3.** Penyesuaian Diri Siswa Aspek Penyesuaian Sosial (n=53)

Kategori	Skor	F	%
Sangat Tinggi	$\geq 89$	9	16,98
Tinggi	72-88	24	44,28
Sedang	55-71	16	30,19
Rendah	38-54	1	1,89
Sangat Rendah	$\leq 37$	3	5,66
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100.00</b>

---

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa kebanyakan siswa memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek penyesuaian sosial sebanyak 44,28% pada kategori tinggi. Selanjutnya sebanyak 30,19% berada pada kategori sedang. Sebanyak 16,98% berada pada kategori sangat tinggi. Serta 1,89% siswa memiliki tingkat penyesuaian diri berada pada kategori rendah dan 5,66% berada pada kategori sangat rendah. Jadi dapat disimpulkan siswa memiliki tingkat penyesuaian diri pada aspek penyesuaian sosial berada pada kategori tinggi.

## Conclusion

Hasil penelitian menemukan gambaran penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase sebanyak 35,85%. Hal ini berarti siswa Sekolah Menengah Pertama Swasta Bina Satria Medan sudah cukup baik dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekolahnya. Penyesuaian diri siswa ditinjau dari aspek sosial sebanyak 44,28% siswa sudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, sedangkan dari aspek pribadi sebanyak 30,19% siswa belum dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Jadi dapat disimpulkan penyesuaian diri pada siswa akan lebih banyak dipengaruhi oleh aspek sosial dibandingkan aspek pribadi.

## References

- Fitria & Zikra. 2021. "Self Adjustment of High School Student with Peers and Its Implications in Guidance and Counseling Services". *Neo Konseling*, 3(1).
- Fitria, R., Marsidin, S & Nirwana, H. (2014). Hubungan Persepsi Siswa tentang Budaya Sekolah dan Motivasi Belajar dengan Penyesuaian Diri Siswa. *Konselor*, 3(4).
- Handarmon, Y., Syahniar & Netrawati. (2019). Self-Adjustment of Truant Students In Vocational High School 5 Padang. *Neo Konseling*, 1(3).
- Henny, S. M & Yendi, F. M. 2021. "Self-Compassion of Adolescent Based Of Gender". *Journal Health, Nursing and Society*, 1(2).
- Khofifah, A., Sano, A & Syukur, Y. 2013. "Permasalahan yang Disampa Siswa Kepada Guru BK/Konselor". *Konselor*, 2(2).
- Netrawati., Khairani & Karneli. (2018). Upaya Guru BK untuk Mengentaskan Masalah-Masalah Perkembangan Remaja dengan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional. *Islamic Counseling: Jurnal bimbingan dan konseling*, 2(1).
- Pratama, Y & Firman. (2021). Self Adjustment of Adolescents in the Orphanage Parupuk Tabing. *Neo Konseling*, 3(1).
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence, Edisi Keenam*. Alih bahasa Adelar, S. B. & Saragih, S. Jakarta: Erlangga.
- Syafitri, I. V & Yusri. (2020). The Perception of Class VII Students On Classical Assistant Services At SMP Negeri 26 Padang. *Neo Konseling*, 3(1).
- Syafitri, K., Sukmawati, I & Ardi, Z. 2020. "Self Adjustment of Early Adult Single Mothers in Sub-District Dua Koto Pasaman District and its Implication for Guidance and Counseling Services". *Neo Konseling*, 2(4).
- Yendi, F. M., Syukur, Y & Rafsyam, Y. (2015). Self Esteem dan Pelayanan Bimbingan dan Konseling yang Dibutuhkan Siswa Kelas Akselerasi. *Konselor*, 4(4).
- Yusra, G & Daharnis. 2019. "student Adaption to Pre Puberty in University Negeri Padang's Lab-school and its Implikaction in Guidance and Counseling. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3).
- Zarniati., Alizamar & Zikra. (2014). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kegiatan Belajar Peserta Didik. *Konselor*, 3(1).