



## **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIA TEMAN SEBAYA DENGAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMAN 2 KOTO XI TARUSAN**

**Abdul Rahman, Joni Adison, Wira Soina**

Universitas PGRI Sumatera Barat

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi karena adanya peserta didik merasa cemas atau takut gagal dan tidak berani mencoba hal-hal baru, peserta didik mengalami gangguan perhatian dan kesulitan dalam konsentrasi pelajaran, peserta didik mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan: 1) Profil dukungan sosial teman sebaya peserta didik. 2) Profil penyesuaian diri peserta didik. 3) Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jumlah populasi sebanyak 259 orang peserta didik. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 175 orang dengan teknik pengambilan sampel propotional random sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Analisis data dalam penelitian ini adalah persentase dan korelasi. Hasil penelitian tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri peserta didik kelas XI di SMAN 2 Koto XI Tarusan mengungkapkan bahwa : 1) Profil dukungan sosial teman sebaya peserta didik berada pada kategori baik. 2) Profil penyesuaian diri peserta didik berada pada kategori baik. 3) Terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri peserta didik dengan korelasi cukup kuat.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosia, Teman Sebaya, Penyesuaian Diri.

### **PENDAHUUAN**

Penyesuaian diri dialami peserta didik tentu beragam dan berbeda satu sama lain. Karena pada kenyataannya, individu tidak selalu berhasil menyesuaikan diri. Hal ini di sebabkan

adanya kendala atau hambatan tertentu yang menghalanginya untuk melakukan penyesuaian yang optimal. Menurut Willis (Sagita, 2013: 296) penyesuaian diri siswa dalam lingkungan sekolah terkait dengan kemampuan kemampuan

untuk bergaul menyesuaikan diri dengan teman sebaya.

Peserta didik sebagai makhluk sosial yang hidup berkelompok dapat diharapkan berinteraksi dengan orang lain agar dapat dikatakan sebagai peserta didik yang dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangan usianya. Menurut Mansouri (Mataputun & Saud 2020: 35) penyesuaian diri yaitu kematangan emosi, intelektual, sosial, dan tanggungjawab telah diterapkan peserta didik dengan baik.

Menurut Lau dan Chan (Ekanita & Putri, 2019: 151) membuktikan bahwa individu yang menerima dukungan keluarga dan teman sebaya yang lebih besar melaporkan hasil penyesuaian yang lebih baik secara keseluruhan, yang memberikan bukti tambahan tentang efek manfaat universal dari beberapa angka dukungan pada penyesuaian diri.

Menurut Carter (Zalika & Rusmawati, 2022: 74) adanya dukungan sosial teman sebaya merupakan keterlibatan positif yang dapat meningkatkan interaksi sosial serta menurunkan tingkat perilaku bermasalah bagi remaja dalam menyesuaikan diri.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan hubungan antar individu satu dengan individu lainnya dalam bentuk bantuan, dukungan, perhatian, penerimaan, dan penghargaan yang dapat membantu individu mengurangi beban dalam tekanan dalam menghadapi permasalahan dan tekanan dalam kehidupannya, dimana bantuan tersebut berasal dari teman sebaya. Menurut Bandura (Saputro & Sugiarti, 2021: 64) masa remaja menjadi suatu pertentangan dan pembentrok karena terlalu menitik beratkan pada ungkapan-ungkapan bebas dari ketidakpatuhan.

Menurut Santrok, (2003: 227) dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan yang berarti bagi individu seperti keluarga,

teman dekat, pasangan hidup, rekan kerja, tetangga dan saudara. Teman dekat merupakan sumber dukungan sosial yang utama bagi remaja karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selam mengalami.

Menurut House & French (Sungwardani, 2022: 77) terdapat empat aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan pengharagaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi.

Berdasarkan hasil observasi peneliti pada Bulan Februari 2023 di SMAN 2 Koto XI Tarusan, terlihat bahwa, adanya peserta didik yang sulit mengontrol emosinya saat marah, adanya peserta didik yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalahnya sendiri dan memerlukan bantuan temannya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 orang peserta didik pada Bulan Februari diperoleh keterangan bahwa, adanya peserta didik tidak memiliki rasa takut gagal, dan mungkin tidak berani mencoba hal-hal baru, peserta didik mengalami gangguan perhatian dan kesulitan dalam konsentrasi saat pelajaran, peserta didik mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya, peserta didik suka mengandalkan temannya untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan dari pada menyelesaikan sendiri, peserta didik merasa takut ketika berbicara dengan guru, peserta didik jarang dapat pengakuan oleh guru atas prestasi yang mereka dapat, peserta didik kesulitan dalam belajar sebab peralatan sekolah kurang lengkap.

1. Hasil wawancara peneliti kepada Guru BK di SMAN 2 Koto XI Tarusan pada Bulan Februari 2023 diperoleh keterangan bahwa, adanya peserta didik mengalami kesulitan dalam memahami kondisi yang dialami temannya, adanya peserta didik mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran yang diikuti, adanya

peserta didik memiliki perilaku tidak pantas seperti membuli dan merusak properti sekolah sehingga sulit mendapat hubungan yang baik dengan teman sebaya, peserta didik mengalami kesulitan dalam mengatur diri sendiri dan memprioritaskan tugas-tugas mereka.

Tujuan penelitian Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti bertujuan untuk mendeskripsikan: 1) dukungan sosial teman sebaya, 2) Penyesuaian diri peserta didik, 3) hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Yusuf (2005: 83) mengemukakan, “penelitian deskriptif korelasi merupakan penelitian yang mendeskripsikan secara sistematis, aktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail”. Yusuf (2005: 83) mengemukakan, “penelitian deskriptif merupakan penelitian yang mendeskripsikan secara sistematis, aktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail”.

Lufri (2005:78) juga menyatakan bahwa “populasi merupakan kelompok tertentu dari suatu (orang, benda, peristiwa, dan sebagainya) yang dipilih oleh peneliti yang hasil studinya atau penelitiannya dapat di generalisasikan terhadap kelompok tersebut”.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI SMA Negeri 2 Koto XI Tarusan yang berjumlah 259 siswa yang aktif tahun ajaran 2023/2024. sampel dalam penelitian ini sebanyak 157 siswa. Penarikan sampel menggunakan teknik *Proposional*

*Random Sampling* dan untuk menentukan kelas yang akan menjadi sampelnya dilakukan dengan cara acak pada masing-masing strata.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dengan mengadministrasikan angket kepada peserta didik kelas XI di SMAN 2 Koto XI Tarusan. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah persentase dan korelasi.

**Hasil  
Deskripsi Dukungan Sosial  
Teman Sebaya**

Sesuai dengan variabel penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang dukungan sosial teman sebaya peserta didik. Menggunakan item yang valid sebanyak 32 item dengan 4 indikator. Setiap item jawaban responden diberi skor 5 sampai 1 untuk pernyataan positif (+) dan 1 sampai 5 untuk item pernyataan negatif (-). Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dukungan sosial teman sebaya peserta didik bisa dilihat dari tabel berikut.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Kategori Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya Secara Umum**

Klasifikasi	Kategori	F	%
136 - 160	Sangat Baik	6	3,82
110 - 135	Baik	85	54,14
84 - 109	Cukup Baik	60	38,22
58 - 83	Kurang Baik	5	3,18
32 - 57	Sangat Kurang Baik	1	0,64
<b>Σ</b>		<b>157</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya peserta didik terdapat 6 orang peserta didik dengan persentase 3,82% yang sangat baik, sebanyak 85 orang peserta didik dengan persentase

54,14% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik, sebanyak 60 orang peserta didik dengan persentase 38,22% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang cukup baik, sebanyak 5 orang peserta didik dengan persentase 3,18% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang kurang baik, sebanyak 1 orang peserta didik dengan persentase 0,64%.

**Deskripsi Penyesuain diri**

Sesuai dengan variabel penelitian, dalam deskripsi data hasil penelitian ini dideskripsikan data tentang penyesuain diri peserta didik. Menggunakan item yang valid sebanyak 35 item dengan 4 indikator. Setiap item jawaban responden diberi skor 5 sampai 1 untuk pernyataan positif (+) dan 1 sampai 5 untuk item pernyataan negatif (-). Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi penyesuain diri peserta didik bisa dilihat dari tabel berikut.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Penyesuain Diri Secara Umum**

Klasifikasi	Kategori	F	%
147 - 175	Sangat Baik	8	5,10
119 - 146	Baik	93	59,24
91 - 118	Cukup Baik	47	29,94
63 - 90	Kurang Baik	9	5,72
35 - 62	Sangat Kurang Baik	0	0,00
<b>Σ</b>		<b>157</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan bahwa penyesuain diri peserta didik terdapat 8 orang peserta didik dengan persentase 5,10% yang sangat baik, sebanyak 93 orang peserta didik dengan persentase 59,24% yang memiliki penyesuain diri yang baik, sebanyak 47 orang peserta didik dengan persentase 29,94% yang memiliki penyesuain diri yang cukup baik, sebanyak 9 orang peserta didik dengan persentase 5,27%.

Dari hasil uji hipotesis dengan menggunakan SPSS versi 22.0

yang hasilnya dapat dilihat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri peserta didik pada tabel sebagai berikut

**Tabel 3. Hasil Korelasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri**

<b>Correlations</b>			
		Dukungan Sosial Teman Sebaya	Penyesuaian DIRI
Dukungan Sosial Teman Sebaya	Pearson Correlation	1	.605**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	157	157
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.605**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	157	157

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**PEMBAHASAN**

Pada bagian ini akan dikemukakan pembahasan berdasarkan analisis, penafsiran, temuan penelitian mengenai hubungan yang dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa di SMAN 2 Koto XI Tarusan

**Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Setelah dilakukan pengolahan menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya peserta didik terdapat 6 orang peserta didik dengan persentase 3,82% yang sangat baik, sebanyak 85 orang peserta didik dengan persentase 54,14% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik, sebanyak 60 orang peserta didik dengan persentase 38,22% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang cukup baik, sebanyak 5 orang peserta didik dengan persentase 3,18% yang memiliki dukungan sosial

teman sebaya yang kurang baik, sebanyak 1 orang peserta didik dengan persentase 0,64% yang memiliki dukungan sosial teman sebaya yang sangat kurang baik. Jadi, dukungan Sosial Teman Sebaya peserta didik berada pada kategori baik dengan persentase 54,14%. Artinya sebagian besar peserta didik memiliki dukungan Sosial Teman Sebaya yang baik.

Menurut Sarafino (Hasan, Handayani & Psych, 2014:131) Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial memang bisa berasal dari mana saja, salah satunya adalah teman sebaya. Teman sebaya merupakan komponen yang ada di dalam lingkungan sekolah.

Menurut Wahyuni (2016:5) dukungan sosial merupakan ketersediaan sumber daya yang memberikan kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui interaksi individu dengan orang lain sehingga individu tersebut merasa dicintai, dihargai, diperhatikan dan diterima di kelompok sosialnya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan peserta didik telah memiliki dukungan sosial teman sebaya yang baik. Dukungan sosial yang diterima peserta didik berupa dukungan yang diberikan oleh teman sebaya dengan memberikan pertolongan kepada individu ketika berada dalam situasi yang sulit di mana dukungan yang dapat diberikan, yaitu dengan menghargai, mencintai, dan memberikan bantuan yang dibutuhkan oleh individu tersebut.

### **Penyesuaian Diri**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri peserta didik terdapat 8 orang peserta didik dengan persentase 5,10% yang sangat baik, sebanyak 93 orang peserta

didik dengan persentase 59,24% yang memiliki penyesuaian diri yang baik, sebanyak 47 orang peserta didik dengan persentase 29,94% yang memiliki penyesuaian diri yang cukup baik, sebanyak 9 orang peserta didik dengan persentase 5,27% yang memiliki penyesuaian diri yang kurang baik dan tidak ada peserta didik yang memiliki penyesuaian diri yang sangat kurang baik. Jadi, penyesuaian diri peserta didik berada pada kategori baik dengan persentase 59,24%. Artinya sebagian besar peserta didik memiliki penyesuaian diri yang baik.

Menurut Didik (2016:55) dalam psikologis, penyesuaian diri disebut sebagai proses dinamika yang berkesinambungan dituju seseorang untuk mengubah tingkah lakunya agar muncul hubungan yang selaras antar individu dengan lingkungannya. Yang dimaksud dengan lingkungan disini, mencakup segala sesuatu yang dapat mempengaruhi seluruh kemampuan dan kekuatan yang ada disekeliling individu, sehingga ia berhasil mencapai kehidupan jasmani dan rohani yang mantap dan selaras.

Schneider (Hasan, Handayani & Psych, 2014:131) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana ia tinggal dengan tuntutan di dalam diri sendiri.

Menurut Haber & Runyon (Saputro & Sugiarti, 2021: 61) bahwa penyesuaian diri yaitu suatu proses, bukan merupakan keadaan yang statis. Penyesuaian diri dikatakan efektif apabila ditandai dengan seberapa baik individu maupun menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berganti.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan peserta didik telah

memiliki penyesuaian diri yang baik. Peserta didik mendapatkan dampak positif dari proses penyesuaian diri yang baik. Dampak positif tersebut muncul dalam bentuk kesempatan bagi peserta didik untuk menjadi lebih dewasa, memiliki lebih banyak pilihan terkait masalah yang dihadapi dan kegiatan yang diikuti, memiliki lebih banyak waktu bersama teman-teman, memiliki kesempatan untuk mencoba nilai dan gaya hidup yang ada di sekolah.

Penting bagi setiap peserta didik untuk mengembangkan penyesuaian diri. Peserta didik dengan penyesuaian diri yang baik merasakan lebih sedikit tekanan sementara peserta didik dengan penyesuaian diri yang buruk mengalami kesulitan dan cenderung berperilaku negatif.

### **Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri**

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan program statistik *SPSS* versi 22 dan menggunakan teknik *pearson* maka pada tabel 15 diperoleh korelasi atau  $r_{hitung}$  sebesar 0,605 dan  $r_{tabel}$  sebesar 0,155 df 157 pada taraf signifikansi 0,05 atau tingkat kepercayaan (95 percent).  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  selanjutnya barulah dilihat dengan ketentuan nilai  $r_{hitung}$  0,605  $\geq$  0,155 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kerja ( $H_a$ ) dapat diterima dan terdapat hubungan yang signifikan yang menunjukkan hubungan dengan koefisien korelasi cukup kuat. Artinya, semakin baik dukungan sosial teman sebaya maka semakin baik pula penyesuaian diri peserta didik, sebaliknya semakin tidak baik dukungan sosial teman sebaya peserta didik, maka semakin tidak baik penyesuaian diri peserta didik.

Hasil penelitian ini didukung juga oleh penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Agmarina (2010:23) yang hasilnya adanya

hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya reguler dengan penyesuaian sosial siswa akselerasi SD Bina Insani Bogor. Begitu juga penelitian Kumalasari & Ahyani (2012) yang hasilnya serupa dengan penelitian ini, yakni adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Kedua penelitian terdahulu memiliki koefisien korelasi masing-masing sebesar 0,394 dan 0,339.

Penelitian ini memperlihatkan kekuatan hubungan yang tergolong cukup kuat, dapat dilihat dari koefisien korelasinya sebesar 0,605, dimana ketika koefisien berada pada kisaran 0.40 sampai dengan 0.699 maka korelasi berada pada kategori yang cukup kuat. Hal ini dapat diartikan dukungan sosial teman sebaya yang diterima memiliki dampak yang cukup kuat pada proses pengembangan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa di SMAN 2 Koto XI Tarusan dapat diambil kesimpulan Dukungan sosial teman sebaya peserta didik di SMAN 2 Koto XI Tarusan berada pada kategori baik. Penyesuaian diri peserta didik di SMAN 2 Koto XI Tarusan berada pada kategori baik. Terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa di SMAN 2 Koto XI Tarusan. Setelah dilakukan pengolahan data dengan menggunakan program statistik *SPSS* versi 22 dan menggunakan teknik *pearson* maka pada tabel 15 diperoleh korelasi atau  $r_{hitung}$  sebesar 0,605 dan  $r_{tabel}$  sebesar 0,155 df 157 pada taraf signifikansi 0,05 atau tingkat kepercayaan (95 percent). Selanjutnya barulah dilihat dengan ketentuan nilai  $r_{hitung}$  0,605  $\geq$  0,155 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kerja ( $H_a$ )

dapat diterima dan terdapat hubungan yang signifikan yang menunjukkan hubungan dengan koefisien korelasi cukup kuat. Artinya, semakin baik dukungan social teman sebaya maka semakin baik pula penyesuaian diri peserta didik, sebaliknya semakin tidak baik dukungan social teman sebaya peserta didik, maka semakin tidak baik penyesuaian diri peserta didik.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada kedua dosen yang telah membimbing saya dengan sangat luar biasa sampai dengan saat ini. Terima kasih saya ucapkan kepada keluarga besar SMA Negeri 2 Koto XI Tarusan yang telah memberikan saya izin untuk melakukan observasi dan penelitian. Terima kasih saya ucapkan kepada semua pihak yang telah mendukung di dalam penelitian saya yakni, keluarga, sahabat, dan teman-teman FISHUM prodi Bimbingan dan konseling Universitas PGRI Sumatera Barat 2019.

### DAFTAR RUJUKAN

Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2),

Hasan, S. A., Handayani, M. M., & Psych, M. (2014). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi pendidikan dan perkembangan*, 3(2), 128-135.

Kumalasari, F., Pengajar, S., & Psikologi, F. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani*. 1(1).

Lufri. 2005. *Kiat Memahami Metodologi dan Melakukan Penelitian*. Padang : UNP Pers

Mataputun, Y., & Saud, H. (2020). Analisis komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(1), 32-37.

Sagita, D. D., Erlamsyah, E., & Syahniar,

S. (2013). Hubungan Antara Perlakuan Orangtua Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di Sekolah. *Konselor*, 2(1).

Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan sosial teman sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 59.

Sanrock, John W. 2003. *Adolescence*. Alih bahasa. Adelar dan Saraqih. Jakarta. Erlangga.

Sungkowardani, S., Hamzah, I. F., Aeni, N., & Wulandari, D. A. (2022). Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Perantauan Luar Jawa di Kabupaten Banyumas. *Psimphoni*, 3(2), 75-82.

Zalika, R. D. Z., & Rusmawati, D. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X Ma Ribatul Muta'Allimin Pekalongan. *Jurnal EMPATI*, 11(2), 72-79.