

FENOMENA ADAPTASI SOSIAL SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

¹Yuliana Ina Ose Mudamakin, ²Gracianus Edwin Tue P. Lejap

^{1,2}Universitas Katolik Widya Mandira-Kupang

yosefaanggrani@gmail.com

Abstract: This study aims to describe the social adaptation process of seventh-grade students at SMP Negeri 16 Kupang, including the forms of adaptation, the influencing factors, and the obstacles that arise during the transition from elementary school to junior high school. The research employs a case study design with a qualitative approach. The research subjects consist of ten seventh-grade students selected through purposive sampling, as well as guidance counselors and homeroom teachers who serve as supporting informants. Data were collected through in-depth interviews, non-participatory observations, and documentation, and were analyzed using the Miles, Huberman, and Saldana model, which includes data reduction, data display, and conclusion drawing and verification. The results show that the students' social adaptation process occurs gradually. At the beginning of the semester, most students were still passive and tended to observe their new environment. By the second month, the students began to show progress, such as being more confident in communicating, actively participating in group activities, and forming new friendships. The main supporting factors in the adaptation process include teacher support, a conducive school environment, and inclusive peer relationships. However, several obstacles were identified, such as low self-confidence, differences in social backgrounds, and the presence of exclusive friendship groups that limited interaction for certain students. In conclusion, the social adaptation of seventh-grade students is dynamic and shows positive development as interactions increase, teacher support strengthens, and participation in school activities rises. The school's efforts to create an inclusive environment play an important role in facilitating the adaptation process.

Keywords: Social Adaptation, Students

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses adaptasi sosial siswa kelas VII di SMP Negeri 16 Kupang, meliputi bentuk-bentuk adaptasi, faktor-faktor yang memengaruhi, serta hambatan yang muncul selama masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama. Penelitian menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian terdiri dari 10 siswa kelas VII yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*, serta guru BK dan wali kelas sebagai informan pendukung. Data dikumpulkan menggunakan wawancara mendalam, observasi non-partisipatif, dan dokumentasi, kemudian dianalisis dengan model Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses adaptasi sosial siswa berlangsung secara bertahap. Pada awal semester, sebagian besar siswa masih pasif dan cenderung mengamati lingkungan baru. Memasuki bulan kedua, siswa mulai menunjukkan perkembangan, seperti berani berkomunikasi, aktif dalam kegiatan kelompok, dan membentuk pertemanan baru. Faktor pendukung utama dalam adaptasi adalah dukungan guru, lingkungan sekolah yang kondusif, serta teman sebaya yang inklusif. Namun demikian, hambatan juga ditemukan, berupa rasa tidak percaya diri, perbedaan latar belakang sosial, serta keberadaan kelompok pertemanan eksklusif yang menghambat interaksi siswa tertentu. Kesimpulannya, adaptasi sosial siswa kelas VII bersifat dinamis dan menunjukkan perkembangan positif seiring meningkatnya interaksi, dukungan guru, serta partisipasi dalam kegiatan sekolah. Upaya sekolah dalam menciptakan lingkungan inklusif terbukti berperan penting dalam memperlancar proses adaptasi.

Kata kunci: Adaptasi Sosial, Siswa,

PENDAHULUAN

Fenomena penyesuaian diri siswa SMP sering terlihat dalam kehidupan sehari-hari di sekolah, baik saat mereka berinteraksi dengan teman, berhubungan dengan guru, maupun berusaha memenuhi tuntutan pelajaran dan aturan baru (Nurfauziah et al., 2022). Saat berpindah dari Sekolah Dasar (SD) ke Sekolah Menengah Pertama (SMP), beberapa siswa mengalami kesulitan dalam menjalin pertemanan, mengikuti aturan yang lebih banyak dan rumit, serta memahami peran sosial yang diharapkan dari mereka (Fontaine et al., 2017). Tantangan ini dapat terlihat dari perilaku siswa yang cenderung menarik diri, munculnya konflik dengan teman, hingga tekanan emosional yang dapat mengganggu proses belajar.

Kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosial sekolah dipengaruhi oleh perbedaan latar belakang keluarga, kemampuan berkomunikasi, dan pengalaman sosial yang mereka miliki sebelumnya. Contohnya, siswa yang tumbuh di lingkungan yang seragam mungkin mengalami kesulitan ketika harus bergaul di sekolah yang lebih beragam (Thu, 2023). Selain itu, siswa yang kurang percaya diri atau memiliki keterampilan sosial yang terbatas bisa mengalami hambatan saat harus aktif dalam kegiatan kelompok (Anggeraini & Farozin, 2019). Hal ini membuat adaptasi sosial menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan siswa dalam mengikuti pendidikan di Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Dalam dunia pendidikan, kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri tidak hanya membuat mereka merasa nyaman di sekolah, tetapi juga memengaruhi motivasi belajar, nilai akademik, dan perkembangan karakter mereka (Danner, 2023; Selvia et al., 2023). Sekolah sebagai tempat sosial memiliki tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi dan pembelajaran sosial bagi siswa (Liu & Xu, 2023). Karena itu, memahami proses adaptasi sosial, faktor-faktor yang memengaruhinya, dan bagaimana siswa merespons menjadi hal yang penting untuk menyusun strategi pembinaan yang tepat.

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah menyoroti pentingnya adaptasi sosial dalam kehidupan siswa SMP, masih terdapat keterbatasan kajian yang secara khusus menggambarkan pola-pola adaptasi sosial siswa berdasarkan pengalaman subjektif mereka dalam menghadapi perubahan lingkungan sekolah. Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya mengeksplorasi secara lebih rinci dinamika adaptasi sosial siswa melalui identifikasi bentuk-bentuk respons, hambatan, serta faktor pendukung yang dialami langsung oleh siswa dalam konteks sekolah heterogen. Pendekatan ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai bagaimana siswa menavigasi proses adaptasi sosial di fase transisi pendidikan.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk adaptasi sosial yang dilakukan siswa SMP, mengidentifikasi faktor-faktor yang

memengaruhi proses adaptasi sosial, serta menganalisis hambatan yang dialami siswa dalam beradaptasi di lingkungan sekolah. Melalui tujuan tersebut, penelitian ini

diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoretis, manfaat penelitian ini adalah memperkaya kajian mengenai adaptasi sosial di kalangan remaja awal, khususnya pada fase transisi dari SD ke SMP. Sementara secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah, guru BK, dan pemangku kepentingan pendidikan lainnya dalam merancang program pembinaan sosial, strategi bimbingan, dan intervensi yang lebih efektif untuk mendukung proses adaptasi siswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada terciptanya lingkungan sekolah yang lebih inklusif, suportif, dan mampu menunjang perkembangan optimal siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus, yaitu suatu pendekatan yang bertujuan untuk menggali dan memahami secara mendalam fenomena adaptasi sosial siswa dalam konteks spesifik satu sekolah. Studi kasus dipilih karena memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menelaah proses adaptasi siswa secara holistik, mendetail, dan kontekstual (Xiao, 2024). Fokus penelitian terarah pada bagaimana siswa kelas VII menghadapi transisi dari SD ke SMP, mencakup bentuk-bentuk adaptasi sosial,

faktor-faktor yang memengaruhi proses adaptasi, serta hambatan-hambatan yang muncul dalam interaksi sosial di lingkungan sekolah.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Negeri 16 Kupang yang berada pada masa awal remaja dan baru mulai menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah menengah pertama. Sampel dipilih dengan teknik purposive sampling, yaitu memilih informan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria subjek meliputi: (1) siswa baru yang sedang beradaptasi dari SD ke SMP, (2) siswa dengan berbagai perilaku sosial, seperti yang aktif, pendiam, atau yang mengalami kesulitan berinteraksi, serta (3) siswa yang bersedia berbagi pengalaman mereka secara terbuka. Selain siswa, guru BK dan wali kelas juga dilibatkan sebagai informan tambahan untuk memperkuat data dan melakukan triangulasi. Jumlah sampel dalam penelitian studi kasus ini adalah 10 siswa, sesuai dengan prinsip kecukupan data dalam penelitian kualitatif. Jumlah ini dianggap cukup karena studi kasus lebih menekankan kedalaman informasi daripada banyaknya peserta. Penentuan jumlah tersebut juga mempertimbangkan kemungkinan tercapainya saturasi data, yaitu kondisi ketika tidak ada informasi baru yang muncul selama wawancara. Informan pendukung, seperti guru BK atau wali kelas, melibatkan 1 sampai 2 orang untuk memberikan pandangan profesional tentang proses adaptasi sosial siswa.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman personal siswa mengenai cara mereka menyesuaikan diri, membangun hubungan sosial, dan menghadapi tantangan di lingkungan sekolah. Observasi non-partisipatif dilakukan untuk melihat secara langsung perilaku dan interaksi siswa dalam kegiatan sehari-hari di sekolah, seperti saat di kelas, saat istirahat, dan ketika mengikuti kegiatan kelompok. Dokumentasi berupa catatan sekolah, absensi, data kegiatan siswa, atau foto kegiatan digunakan untuk melengkapi data utama. Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri, didukung pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan lapangan.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldana yang terdiri dari tiga langkah utama. Pertama, reduksi data, yaitu memilih dan menyederhanakan data yang berkaitan dengan tema adaptasi sosial. Kedua, penyajian data dalam bentuk narasi, tabel, atau matriks agar hubungan antar temuan lebih mudah dipahami. Ketiga, penarikan kesimpulan dan verifikasi, yaitu menyusun interpretasi berdasarkan pola data yang muncul secara konsisten (Nicmanis, 2024). Untuk memastikan data yang diperoleh valid, peneliti menggunakan triangulasi sumber dan teknik, melakukan member checking kepada informan, serta meningkatkan ketekunan dalam melakukan pengamatan di lapangan.

HASIL

1. Bentuk-Bentuk Adaptasi Sosial

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII mulai bisa menyesuaikan diri secara bertahap. Pada minggu-minggu pertama sekolah, banyak siswa masih pasif dan lebih banyak memperhatikan lingkungan baru, terutama saat berinteraksi di kelas atau dalam kelompok kecil. Namun, ketika memasuki bulan kedua, terlihat perkembangan yang lebih baik. Mereka mulai berani memulai percakapan, ikut diskusi kelompok, dan membentuk pertemanan baru. Proses penyesuaian ini berlangsung lebih cepat pada siswa yang sudah punya pengalaman berorganisasi, terbiasa berinteraksi dengan banyak orang, atau memiliki kepribadian yang lebih terbuka. Sementara itu, siswa yang cenderung pendiam memang membutuhkan waktu lebih lama, tetapi tetap menunjukkan kemajuan berkat bantuan wali kelas dan guru BK.

2. Faktor-faktor yang Mendukung Adaptasi Sosial

Analisis data memperlihatkan bahwa terdapat sejumlah faktor pendukung yang berpengaruh signifikan dalam kelancaran proses adaptasi siswa. Faktor yang paling dominan ialah dukungan guru, khususnya wali kelas dan guru BK, yang secara konsisten melakukan pendekatan personal kepada siswa yang terlihat mengalami hambatan interaksi. Fasilitas dan lingkungan sekolah yang kondusif, seperti

ruang kelas yang tertata dan kegiatan ekstrakurikuler yang variatif, juga menjadi wadah penting bagi siswa untuk membangun relasi sosial. Selain itu, keberadaan teman sebaya yang memiliki sifat inklusif atau kemampuan sosial baik terbukti membantu siswa lain merasa diterima, sehingga mempercepat integrasi mereka dengan kelompok baru.

3. Hambatan dalam Adaptasi Sosial

Meskipun sebagian besar siswa mampu beradaptasi secara bertahap, beberapa hambatan tetap muncul sepanjang proses penelitian. Hambatan yang paling sering ditemukan adalah rasa tidak percaya diri, terutama pada siswa yang berasal dari sekolah dasar kecil atau yang memiliki pengalaman sosial terbatas sebelumnya. Perbedaan latar belakang sosial dan kemampuan akademik juga memicu kecanggungan dalam pergaulan, menyebabkan sebagian siswa merasa kurang nyaman memulai interaksi. Selain itu, berdasarkan observasi non-partisipatif, ditemukan adanya beberapa kelompok pertemanan yang eksklusif, yang secara tidak langsung membuat siswa lain sulit masuk ke dalam kelompok tersebut. Hambatan ini menunjukkan bahwa adaptasi sosial bukan hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu, tetapi juga dinamika sosial dalam kelas.

4. Dinamika Proses Adaptasi dari Waktu ke Waktu

Proses adaptasi siswa bersifat dinamis dan berkembang sepanjang semester pertama.

Pada fase awal, siswa menunjukkan kecenderungan untuk berkumpul dengan teman-teman dari sekolah dasar yang sama. Namun seiring berjalannya waktu, struktur sosial kelas mulai berubah, terlihat dari terbentuknya kelompok baru yang lebih heterogen. Data observasi memperlihatkan bahwa kegiatan pembelajaran berbasis kelompok berperan besar dalam merangsang interaksi antarsiswa yang sebelumnya tidak saling mengenal. Dalam beberapa kasus, interaksi positif dalam aktivitas kelas turut meningkatkan motivasi belajar dan rasa memiliki terhadap lingkungan sekolah. Siswa yang awalnya mengalami kesulitan beradaptasi mulai menunjukkan perubahan perilaku, seperti lebih aktif dalam diskusi atau mulai terlibat dalam kegiatan organisasi sekolah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses adaptasi sosial siswa kelas VII berjalan secara bertahap dan terus berkembang dari waktu ke waktu. Pada minggu-minggu pertama, sebagian besar siswa terlihat pasif dan lebih memilih mengamati lingkungan baru daripada langsung berinteraksi. Sikap ini wajar terjadi karena masa transisi ke jenjang sekolah baru sering membuat siswa berhati-hati dalam menyesuaikan diri dan memahami aturan serta norma sosial yang berlaku. Namun, ketika memasuki bulan kedua, mulai terlihat perubahan yang cukup jelas. Banyak siswa tampak lebih percaya diri, aktif dalam diskusi kelompok, dan mulai membentuk pertemanan

baru. Perkembangan ini sejalan dengan penelitian dari Duran & Lleras (2025) yang menyatakan bahwa adaptasi sosial akan meningkat ketika siswa sudah mulai merasa aman dan diterima di lingkungan sekolah.

Adaptasi yang berjalan positif dalam penelitian ini tidak muncul begitu saja, tetapi sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung. Salah satu yang paling berperan adalah guru, terutama dalam memfasilitasi interaksi sosial antarsiswa (Alshahrani, 2022).

Dukungan wali kelas dan guru BK terbukti membantu siswa yang awalnya kurang percaya diri atau kesulitan berkomunikasi untuk berani memulai percakapan dan membangun relasi dengan teman sebaya (Andriana et al., 2024). Temuan ini memperkuat pendapat Ghafuri (2025) yang menegaskan bahwa pendekatan personal dari guru dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa dan menjadi jembatan penting dalam proses adaptasi sosial mereka. Selain itu, lingkungan sekolah yang ramah serta berbagai kegiatan ekstrakurikuler juga memberi kesempatan bagi siswa untuk memperluas pergaulan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program dan kegiatan sekolah berperan besar dalam mendukung keberhasilan adaptasi sosial siswa. (Nigmatullin et al., 2016).

Meski demikian, proses adaptasi tidak selalu berjalan mulus. Penelitian ini juga menemukan beberapa hambatan yang cukup memengaruhi kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri. Beberapa siswa mengalami rasa tidak percaya diri, perbedaan latar

belakang sosial, maupun kesulitan berbaur karena adanya kelompok pertemanan yang bersifat eksklusif. Kondisi ini sejalan dengan temuan Gibbs et al. (2020) yang menunjukkan bahwa perbedaan latar belakang akademik maupun budaya dapat menimbulkan kecanggungan dan menghambat interaksi. Selain itu, keberadaan kelompok yang tertutup dalam kelas sering menjadi penghalang bagi siswa baru untuk bergabung dan merasa diterima (Hymel & Katz, 2019).

Secara keseluruhan, dinamika adaptasi sosial selama satu semester menunjukkan perubahan struktur sosial kelas yang semakin beragam dan terbuka. Pada awalnya, siswa lebih sering berinteraksi dengan teman lama dari sekolah dasar yang sama. Namun, dengan meningkatnya kegiatan kerja kelompok dan aktivitas kelas, interaksi menjadi lebih inklusif dan melibatkan siswa dari berbagai latar belakang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yusoff dan Peter (2023) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis kelompok mampu mendorong interaksi siswa yang sebelumnya tidak saling mengenal. Bahkan, siswa yang awalnya mengalami hambatan mulai menunjukkan perkembangan positif, seperti lebih aktif dalam diskusi maupun terlibat dalam organisasi sekolah. Hal ini menegaskan bahwa kegiatan sosial di sekolah berperan penting dalam mempercepat proses adaptasi siswa.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses penyesuaian sosial siswa kelas VII terjadi secara bertahap dan dipengaruhi oleh

faktor dari dalam diri maupun lingkungan sekitar. Di awal masuk sekolah, beberapa siswa masih cenderung diam dan berhati-hati saat berinteraksi. Namun, memasuki bulan kedua, mereka mulai lebih percaya diri, aktif berdiskusi, dan mampu menjalin pertemanan baru. Perkembangan positif ini didukung oleh peran guru, terutama wali kelas dan guru BK, yang memberikan perhatian pribadi kepada siswa, serta lingkungan sekolah yang nyaman dan menyediakan banyak kesempatan untuk berinteraksi, seperti kegiatan ekstrakurikuler. Meskipun begitu, masih ada beberapa kendala, seperti kurangnya rasa percaya diri, perbedaan latar belakang siswa, dan adanya kelompok pertemanan yang tertutup sehingga membuat sebagian siswa sulit bergabung. Secara keseluruhan, proses adaptasi menunjukkan peningkatan yang jelas, terlihat dari interaksi yang makin terbuka dan hubungan sosial di kelas yang semakin beragam dengan adanya berbagai kegiatan kolaboratif di sekolah.

DAFTAR RUJUKAN

- Andriana, N., Giovani, S., Zaskia Asrul, A., Maisi, M., & Rozi, F. (2024). Concerning the Role of BK Teachers in Increasing Self-Confidence in Teenagers. *BICC Proceedings*, 2, 192–197. <https://doi.org/10.30983/bicc.v1i1.127>
- Alshahrani, Dr. Basmah (2022) "Interaction between students with and without disabilities in an inclusive schools from their teachers perspective," *Journal of Science Education for Students with Disabilities*: 25 (1). <https://repository.rit.edu/jsesd/vol25/iss1/9>
- Anggeraini , D ., & Farozin , M . . (2019).Interpersonal Communication Skills and Self Confidence of Secondary School Students: Findings and Interventions . *KnE Social Sciences*, 3(17), 140–145. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i17.4633>
- Danner, C. (2023). *Students' social relationships at school*. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-818630-5.14049-7>
- Duran, N. S., & Lleras, C. L. (2025). Neighborhood Disadvantage, Peer Acceptance, and Sense of Belonging among Middle School Students. *Child Indicators Research*, 18(4), 1905–1926.<https://doi.org/10.1007/s12187-025-10264-4>
- Fontaine, C., Connor, C., Channa, S., Palmer,C., & Birchwood, M. (2017). The impact of the transition from primary school to secondary school on young adolescents. *European Psychiatry*, 41(S1), S179–S180. <https://doi.org/10.1016/J.EURPSY.2017.01.2086>
- Gibbs, R., Güneri, O. Y., Pankau, T., & Bikos,L. (2020). Birds of a Feather Fare Less Well Together: Modeling Predictors of International Student Adaptation. *Sustainability*, 12(6), 2317. <https://doi.org/10.3390/su12062317>
- Liu, Z., & Xu, W. (2024). Unveiling the power of social interactions: A systematic review of student experiences in informal learning space. *Environment and Social Psychology*, 9(1), 1–10.<https://doi.org/10.54517/esp.v9i1.1867>
- Thu, N. T. A. (2023). The Current State of Communication Skills in the Multicultural Environment of High School Students. *East African Scholars Journal of Education, Humanities and Literature*, 6(06), 235–240.<https://doi.org/10.36349/easjehl.2023.v06i06.002>

Nicmanis, M. (2024). Reflexive Content Analysis: An Approach to Qualitative Data Analysis, Reduction, and Description. *International Journal of Qualitative Methods*, 23. <https://doi.org/10.1177/16094069241236603>

Nigmatullin, I. A., Simonova, G. I., & Agathangelou, E. (2016). The Content of Pedagogical Support of Students' Social Adaptation. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 11(1), 243-254. <https://doi.org/10.29333/iejme/328>

Shelley Hymel & Jennifer Katz (2019) Designing Classrooms for Diversity: Fostering Social Inclusion, Educational Psychologist, 54:4, 331-339, <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1652098>

Xiao, Y. (2024). The Procedure of an International Student Studying Abroad: A Case Study. *Journal of Contemporary Educational Research*, 8(9), 260-264. <https://doi.org/10.26689/jcer.v8i9.8418>