

PROFIL PENYESUAIAN SOSIAL PADA SISWA KELAS VII SMP

Rosmayanti¹, Asep Samsudin², Williya Novianti³

¹ rosmayantiome@gmail.com, ² asepsam234@ikipsiliwangi.ac.id, ³ williya@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan Dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

Social adjustment is an individual's ability to adapt to their surrounding environment, both in relation to other individuals and social groups. Individuals who are able to adjust socially are more likely to build positive social relationships within the school environment. Conversely, those with low social adjustment often face difficulties in socializing, communicating, collaborating with others, and tend to lack sensitivity to their social surroundings. Therefore, it is important for every student to develop adequate social adjustment skills in the school setting. This study aims to examine the social adjustment profile of seventh-grade students at SMP YP Mustika Padalarang, with the objective of supporting students in adapting to their environment, particularly at school. The research employed a mixed methods approach using a sequential explanatory design. The sampling technique used in this study was simple random sampling, involving 154 seventh-grade students. The results indicate that, in general, students' social adjustment falls into the moderate category. This means that students possess basic social skills but have not yet demonstrated consistency in applying them across various situations. These students require further support and training in aspects such as communication, empathy, and conflict resolution. The findings of this study are expected to serve as preliminary data for school counselors or other researchers to design interventions that support the improvement of students' social adjustment, and to complement and strengthen previous research.

Keywords: Group Counseling, Role Playing, Social Adjustment.

Abstrak

Penyesuaian sosial merupakan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan dirinya dilingkungan sekitarnya, baik terhadap orang lain maupun terhadap kelompok sosial. Individu yang mampu menyesuaikan diri secara individu yang mampu menyesuaikan diri secara sosial dengan baik akan mampu membangun hubungan sosial yang baik di lingkungan sekolah. Namun sebaliknya, individu dengan penyesuaian sosial yang rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain, sulit berkomunikasi dengan orang lain, kurang mampu melakukan kerjasama, dan kurang peka terhadap lingkungan sosialnya. Oleh karena itu penting bagi setiap siswa untuk mampu menyesuaikan diri secara sosial di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil penyesuaian sosial siswa di SMP YP Mustika Padalarang khususnya di kelas VII, dengan tujuan untuk membantu siswa dalam penyesuaian sosial dilingkungannya terutama disekolah. Metode yang digunakan pada penelitian ini *Mixed Methods* dengan design penelitian *Sequential Explanatory design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, pada 154 siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil penyesuaian sosial siswa secara umum berada pada kategori sedang, siswa yang memiliki kemampuan dasar sosial namun belum konsisten dalam penerapannya diberbagai situasi, siswa yang dimana perlu dukungan dan pelatihan lanjutan dalam aspek komunikasi, empati, atau penyelesaian konflik. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi data

awal yang dimanfaatkan oleh guru BK ataupun peneliti lain dalam merancang intervensi yang mendukung peningkatan penyesuaian sosial, serta dapat melengkapi dan memperkuat penelitian sebelumnya.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Role Playing*, Penyesuaian Sosial

PENDAHULUAN

Aspek sosial dalam kehidupan dapat dikatakan sebagai faktor yang menentukan perkembangan individu ke arah positif atau negatif dalam lingkungannya. Seseorang perlu memiliki keterampilan dalam aspek sosial untuk dapat memenuhi kebutuhan kehidupannya. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri, perlu adanya oranglain untuk berinteraksi satu sama lain. Dengan adanya interaksi ini manusia dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Manusia senantiasa berkeinginan untuk berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya, ingin mengendalikan dan dikendalikan, serta ingin mencintai dan dicintai. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perilaku mengendalikan dan dikendalikan, mencintai dan dicintai merupakan salah satu wujud dari interaksi antar sesama individu.

Individu yang mempunyai penyesuaian sosial yang baik akan menunjukkan sikap yang positif dan mampu merespon dengan efektif, yang berarti tindakannya menghasilkan hasil yang sesuai dengan harapannya tanpa mengeluarkan banyak energi, tidak menghabiskan waktu, dan melakukan sedikit kesalahan. Sedangkan ketidakmampuan penyesuaian sosial seorang remaja dapat mengakibatkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan menimbulkan sikap-sikap menolak diri (Hurlock, 1980). Dari ketidakmampuan penyesuaian sosial tersebut remaja cenderung akan menghindar dari lingkungan sehingga menimbulkan perilaku anti sosial. Santrock (2007) perilaku antisosial yaitu kebanyakan anak pernah melakukan perbuatan yang merusak atau merugikan bagi dirinya dan orang lain.

Schneider (1964) mengemukakan tentang penyesuaian sosial bahwa: "*Sosial adjustment signifies the capacity to react affectively and wholesomely to sosial realities, situation and relations do that the requirement for sosial living are fulfilled in an acceptable and satisfactory manner.*" Penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Berbagai fenomena sosial di Indonesia menunjukkan bahwa banyak siswa SMP mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial, terutama pasca-pandemi Covid-19. Data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kementerian Pendidikan, 2023) mengungkapkan bahwa 25% siswa SMP mengalami masalah dalam berinteraksi dengan teman sebaya, termasuk kesulitan berkomunikasi, rendahnya empati, dan meningkatnya kasus perundungan (*bullying*). Survei Pusat Data dan Informasi (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2022) juga mencatat bahwa 1 dari 5 siswa mengaku pernah mengalami konflik sosial di sekolah, yang berdampak pada penurunan motivasi belajar dan kesehatan mental.

Menurut Prayitno dan Amti (1999) bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Sedangkan Menurut Narti (2014), layanan bimbingan kelompok adalah layanan dalam bimbingan dan konseling yang memberikan bantuan bimbingan kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok. *Role play* (bermain peran) adalah suatu teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang perubahan dalam dirinya sendiri (James & Gilliland, 2003).

Dengan penerapan teknik *role play*, yang kemudian dikaitkan dengan masalah kurangnya kemampuan penyesuaian sosial siswa, maka siswa diarahkan untuk saling berinteraksi sosial dengan cara membentuk kelompok, dimana beberapa anggota dari kelompok tersebut menjalankan peran sesuai dengan skenario yang ditetapkan. Setiap anggota kelompok akan mendapatkan kesempatan untuk bermain peran, kemampuan penyesuaian sosial siswa bisa meningkat melalui teknik *role play* dalam bimbingan kelompok. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik *role play* dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial siswa, karena *role play* merupakan metode pembelajaran yang fokus pada penyesuaian sosial dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan belajar dengan pendekatan yang personalisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil penyesuaian sosial di SMP YP Mustika Padalarang yang diharapkan siswa mampu menyesuaikan dirinya dilingkungan terutama disekolah. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi data awal yang dimanfaatkan oleh guru BK ataupun peneliti lain dalam merancang intervensi yang mendukung peningkatan penyesuaian sosial, serta dapat melengkapi dan memperkuat penelitian sebelumnya.

METODE

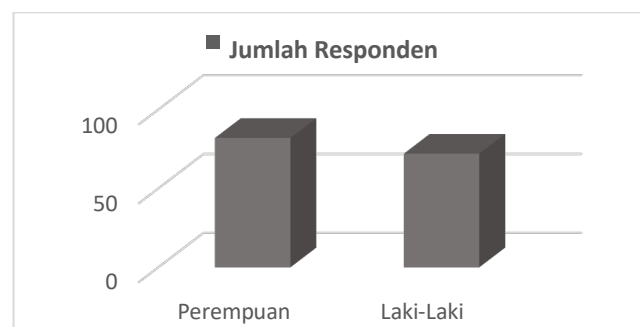
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Mixed Methods*. Menurut Sugiyono (2023) “*Mixed Methods* adalah metode penelitian dengan mengkombinasikan antara dua metode penelitian sekaligus, kualitatif dan kuantitatif dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga akan diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan objektif “. Adapun desain yang digunakan adalah *Sequential Explanatory design*. Menurut Creswell (Sugiyono, 2023) yaitu menggabungkan penelitian-penelitian kuantitatif dan kualitatif secara berurutan. Tahap pertama kuantitatif, tahap kedua kualitatif. Desain ini digunakan karena rumusan masalah berbunyi kuantitatif terlebih dahulu dan selanjutnya kualitatif.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP YP Mustika Padalarang. Populasi pada penelitian ini yaitu kelas VII SMP YP Mustika Padalarang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*. Metode *simple random sampling* menurut Sugiyono (2023) adalah dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data mengenai profil penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang diperoleh dari hasil penyebaran angket penyesuaian sosial yang dilakukan kepada 154 siswa yang diantaranya adalah 73 siswa laki-laki dan 81 siswa Perempuan.



Grafik 1. Jumlah Responden Angket Penyesuaian Sosial.

Berdasarkan pada data hasil pengisian angket penyesuaian sosial oleh 154 siswa, selanjutnya dilakukan pengelompokan untuk kategori tingkat penyesuaian sosial yang

tinggi, sedang, dan rendah. Pengelompokan tersebut dilakukan untuk menentukan tingkat penyesuaian sosial pada siswa kelas VII di SMP YP Mustika Padalarang. Pada angket penyesuaian sosial ini, semakin tinggi skor angket yang didapatkan maka semakin baik penyesuaian sosial yang dimiliki oleh siswa, sebaliknya jika semakin rendah skor angket yang didapatkan maka semakin rendah pula penyesuaian sosial yang dimiliki oleh siswa.

Tabel 1. Profil Penyesuaian Sosial Siswa Kelas VII SMP YP Mustika Padalarang

Kategori	Frekuensi	Rentang	Presentase
Tinggi	34	> 183	22%
Sedang	97	152-183	63%
Rendah	23	<152	15%
Total	154 Siswa		

Berdasarkan pada profil penyesuaian sosial siswa diketahui bahwa siswa dengan tingkat penyesuaian sosial pada kategori tinggi berjumlah 34 orang atau dalam presentase adalah 22% dengan rentang skor penyesuaian sosial lebih dari 183. Pada kategori penyesuaian sosial tingkat sedang terdapat 97 siswa atau dalam presentase sebesar 63% dengan rentang skor penyesuaian sosial diantara 152 sampai dengan 183. Sedangkan pada kategori penyesuaian sosial tingkat rendah terdapat 23 siswa atau dalam presentase sebesar 15% dengan rentang skor penyesuaian sosial kurang dari 152.

Berdasarkan pada data kategorisasi tersebut, profil atau gambaran penyesuaian sosial pada siswa kelas VII di SMP YP Mustika Padalarang menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang berada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa diperlukannya pemberian layanan bantuan dalam bimbingan dan konseling untuk mengembangkan penyesuaian sosial yang dimiliki oleh siswa. Secara rinci, tingkat penyesuaian sosial pada siswa dapat dilihat berdasarkan aspek yang diteliti, diantaranya adalah penyesuaian sosial sebagai (1) Bersikap hormat terhadap orang lain (2) Berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah, (3) Menjalin hubungan persahabatan dengan teman sekolah, (4) Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah (5) Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan tujuannya.

Tabel 2. Tingkat Penyesuaian Sosial Berdasarkan Aspek

Aspek Penyesuaian Sosial	Tinggi	Sedang	Rendah	Mean
--------------------------	--------	--------	--------	------

Bersikap hormat terhadap orang lain	28	101	25	45
Berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah	25	115	14	27
Menjalin hubungan persahabatan dengan teman sekolah	34	104	16	43
Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah	43	97	14	26
Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan tujuannya	30	96	28	26

Berdasarkan pada kategorisasi tingkat penyesuaian sosial siswa berdasarkan aspek diatas menunjukan bahwa aspek Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah memperoleh lebih banyak daripada aspek yang lainnya. Penelitian ini dilakukan kepada 20 siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan penyesuaian sosial, serta untuk mengetahui kesulitan siswa dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*.

Pembahasan

Penyesuaian sosial salah satu aspek penting pada usia SMP karena merupakan masa transisi dari anak-anak ke remaja awal.masa ini ditandai dengan kebutuhan yang tinggi untuk diterima oleh kelompok teman sebaya, serta peningkatan penyesuaian sosial dalam lingkungan sekolah. Sejalan dengan pendapat kartono (2000) juga menekankan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan seseorang untuk berelasi secara sehat dengan lingkungannya.

Kecenderungan umum penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang berada pada kategori sedang, artinya memiliki kemampuan yang sedang dalam menjalin persahabatan dengan teman-temannya, mampu bersikap respect dan bersedia menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kelompok belajar serta berpartisipasi dalam kegiatan sekolah dan segala hal yang melibatkan interaksi sosial dalam lingkungan sosial, yaitu sekolah secara khusus. Hal ini merujuk pada definisi yang dikemukakan Schneiders (1964) yaitu kemampuan dalam bereaksi secara efektif dan positif serta bermanfaat terhadap realitas sosial baik dalam mengatasi situasi maupun

dalam menjalin relasi dengan oranglain untuk memenuhi kebutuhannya dalam lingkungan sosial dengan cara yang dapat diterima oleh oranglain.

Sebagian besar siswa berada pada proses untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian sosialnya, hal ini dapat dilihat dari kemampuan siswa dalam menyesuaikan dirinya dengan oranglain dalam kelompoknya sebagai salah satu indikator keberhasilan dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Kecenderungan umum penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang juga terdapat siswa yang berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa siswa belum memiliki kemampuan baik dalam menjalin persahabatan dengan teman- temannya, selain itu kemampuan bersikap respect dan bersedia menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kelompok belajar serta berpartisipasi dalam kegiatan sekolah masih rendah. Sejalan dengan pendapat Hartono (2011) yaitu banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian sosial, diantaranya tidak adanya hubungan yang baik antar anggota keluarga, kurangnya rasa tanggung jawab yang dimiliki oleh individu, ketidakmampuan individu dalam mengatasi tuntutan lingkungan, serta ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi.

Kemampuan siswa dalam melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya tidak timbul dengan sendirinya, melainkan melalui proses belajar dari pengalaman-pengalaman yang dialaminya dalam interaksi sosial. Penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang juga terdapat siswa yang berada pada kategori tinggi , hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu mengembangkan persahabata, menjalin relasi yang sehat dengan oranglain, berperan aktif dalam kegiatan sosial, dan menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat. Hal ini merujuk pada definisi penyesuaian sosial menurut Hurlock (1978) Penyesuaian sosial adalah suatu keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan pada kelompok khususnya.

Kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang berbeda adanya beban akademik, serta tuntutan sekolah, menuntut siswa untuk dapat menjalin relasi yang baik dengan orang lain, mampu menghargai hak orang lain, aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai dan mentaati nilai-nilai serta hukum sosial dan budaya yang berlaku disekolah (Maslihah, 2011). Prinsip-prinsip tersebut harus dilakukan secara konsisten agar kemampuan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah dapat ditingkatkan dengan baik.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan, profil penyesuaian sosial siswa kelas VII SMP YP Mustika Padalarang kecenderungan umum berada pada kategori sedang, artinya memiliki kemampuan yang sedang dalam menjalin persahabatan dengan teman-temannya, mampu bersikap *respect* dan bersedia menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kelompok belajar serta berpartisipasi dalam kegiatan sekolah dan segala hal yang melibatkan interaksi sosial dalam lingkungan sosial, yaitu sekolah secara khusus. Implikasi bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah hasil penelitian ini dapat menjadi upaya untuk memfasilitasi perkembangan siswa untuk mencapai kemandirian didukung oleh pemberian layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Oleh sebab itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk digunakan dalam menangani masalah penyesuaian sosial pada siswa. Selain itu, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah didukung oleh ketersediaan fasilitas sarana dan prasarana yang baik untuk kelancaran dan pemberian layanan yang optimal.

REFERENSI

- Hurlock, E.B. (1980). Alih Bahasa: Istiwidiyanti dan Soedjarwo. *Psikologi Perkembangan: suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth. 1978. *Perkembangan Anak*. Alih Bahasa: Med. Meitasari T jandrasa dan Musliehah Zarkasih. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- James, R.K., Gilliland, B.E. (2003). *Theories and strategies in counselling and psychotherapy* (Edisi ke-5). Boston, M A : Allyn & Bacon
- Kartono, K. 2000. *Hygiene Mental*. Jakarta : CV. Mandar Maju.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2022). *Laporan Survei Pusat Data dan Informasi tentang Konflik Sosial di Sekolah*. Jakarta: Kementerian PPPA.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2023). *Risalah Kebijakan: Mewujudkan Satuan Pendidikan yang Aman, Inklusif, dan Ramah Anak*. Pusat Standar dan Kebijakan Pendidikan (PSKP).
- Narti, S. (2014). *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Prayitno, 1999. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan* (Edisi Kedua). Jakarta: Prenada Media Group.
- Schneiders, Alexander. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New Yok: Hoolt, Rinehart and Winston.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.