

GAMBARAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X IPA 3 SMA NEGERI 25 GARUT

Wiwinnur Endang¹, Heris Hendriana², Devy Sekar Ayu Ningrum³

¹WiwinnurEndang18@gmail.com, ²hendriana@stkipsiliwangi.ac.id, ³devysekarayuningrum89@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

This research aim to show how overview adjustments of student at grade X IPA 3 SMAN 25 Garut. This research used descriptive qualitative method with case study approach. The sample research is 8 students from X IPA 3 SMAN 25 GARUT. The techniques data collection are interview, direct observation and documentation study. While, the data collections used by interview guidelines, observation and documentation study. The result of this research is how to show the adjustment of student grade X IPA 3 SMAN 25 Garut stated is good. This can be seen from the aspect of maintenance from the stage adapting to the theme, teachers and the school environment are quite good.

Keywords: : *Adjustment, student*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri siswa kelas X IPA 3 SMAN 25 Garut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Sampel penelitiannya yaitu 8 orang siswa kelas X IPA 3 SMAN 25 GARUT. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi langsung dan studi dokumentasi. Sedangkan alat pengumpul data yang digunakan adalah pedoman wawancara dan panduan observasi serta studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas X IPA 3 SMAN 25 Garut dinyatakan baik. Hal ini dapat terlihat pada aspek-aspek penelitian dari tahap menyesuaikan diri dengan temannya, guru dan lingkungan sekolah berjalan dengan baik.

Kata Kunci: Penyesuaian Diri, siswa

PENDAHULUAN

Remaja sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan. Siswa sebagai remaja mempunyai pribadi yang unik karena memiliki perbedaan karakteristik antara satu dengan yang lain. Perkembangan remaja pada hakekatnya adalah usaha penyesuaian diri yaitu usaha secara aktif mengatasi tekanan-tekanan dan mencoba mencari jalan keluar dari berbagai masalah yang dihadapinya. Kemampuan siswa mengatasi masalah yang ada tersebut tergantung dari bagaimana seorang siswa mempergunakan pengalaman yang diperoleh dari lingkungan dan selanjutnya kemampuan menyelesaikan masalah tersebut akan dapat membentuk sikap pribadi yang optimis dan dewasa.

Kemampuan penyesuaian diri merupakan kemampuan yang dimiliki siswa untuk dapat menyesuaikan keadaan diri dengan lingkungan sehingga dapat diterima dengan baik oleh lingkungan. Agustiani (2009: 146) mengatakan bahwa penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai cara tertentu yang dilakukan oleh siswa untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya. Pendapat tersebut memiliki makna bahwa dalam melakukan penyesuaian diri, siswa berusaha untuk menyelaraskan kondisi diri terhadap tuntutan dari dalam diri serta lingkungan sehingga dalam menyesuaikan diri, siswa perlu memperhatikan kedua tuntutan tersebut. Menurut Schneiders dalam Siswanto (2007:35) penyesuaian diri adalah “Kemampuan untuk mengatasi tekanan kebutuhan, frustasi dan kemampuan untuk mengembangkan mekanisme psikologi yang tepat.

Begitupun dengan siswa di SMA Negeri 25 Garut ketika pertama kali masuk sekolah di kelas X siswa dihadapkan pada tuntutan penyesuaian diri dan lingkungannya walaupun dengan karakter yang berbeda, dan berasal dari lingkungan Sekolah Menengah Pertama yang berbeda-beda pula, misalnya ketika diadakan MOPD (Masa Orientasi Peserta Didik) siswa dituntut untuk bisa menyatu walaupun belum saling mengenal satu sama lain, ataupun pada awal Kegiatan Belajar Mengajar terlihat ada sikap-sikap yang belum bisa menyesuaikan dirinya dan berinteraksi dengan yang lainnya dan lingkungan yang barunya.

Ada banyak masalah-masalah yang terjadi dalam proses penyesuaian diri siswa kelas X, mulai dari penyesuaian diri dengan guru, mata pelajaran, teman, dan dengan lingkungannya. Ada siswa yang bisa dengan mudah menyesuaikan dirinya tetapi ada juga siswa yang susah untuk menyesuaikan diri, bahkan ada juga yang berkeinginan untuk mengundurkan diri dari sekolah artinya dia tidak bisa menyesuaikan dirinya dengan baik.

Dalam kenyataannya, tidak selamanya siswa akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, hal itu disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan siswa tidak mampu menyesuaikan diri secara optimal. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Lazarus (Desmita, 2011: 195) bahwa penyesuaian diri yang sehat lebih merujuk pada konsep “sehatnya” kehidupan pribadi seseorang, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri dalam arti yang luas dan dapat berarti: mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga: mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri.

Penyesuaian diri dalam artinya yang pertamadisebut juga penyesuaian diri yang autoplastis (dibentuk sendiri), sedangkan penyesuaian diri yang kedua juga disebut penyesuaian diri yang aloplastis (alo = yang lain). Jadi, penyesuaian diri ada artinya yang “pasif”, dimana kegiatan kita ditentukan oleh lingkungan, dan ada artinya yang “aktif”, dimana kita pengaruhi lingkungan (Gerungan, 2009: 59).

Penyesuaian diri di sekolah adalah suatu usaha atau proses yang dilakukan oleh seorang siswa atau siswa dalam keadaan di lingkungan sekolah yang baru dikenalnya yang bertujuan untuk mencapai suatu hubungan yang harmonis antara lingkungan sekolah yang baru dengan siswa tersebut untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Lingkungan sekolah adalah semua kondisi atau keadaan yang ada di sekitar sekolah. Penyesuaian diri di sekolah ada empat macam, yaitu: 1) Penyesuaian diri terhadap guru; 2) Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran; 3) Penyesuaian diri terhadap teman sebaya; 4) Penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah dalam penelitian ini, adalah lingkungan sekolah yang dibedakan lagi atas: lingkungan alam, lingkungan fisik, dan peraturan sekolah serta sosial. 1) Lingkungan alam sekolah meliputi keadaan suhu, kebersihan, kelembaban, sirkulasi udara, dan cahaya. 2) Lingkungan fisik sekolah meliputi gedung, sumber belajar alat-alat peraga, perpustakaan, tanaman dan tata tertib sekolah. 3) Lingkungan sosial sekolah yaitu meliputi hubungan timbal balik antara segenap warga sekolah atau masyarakat sekolah.

Dari uraian di atas tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan penyesuaian diri di sekolah adalah proses pencapaian yang dilakukan siswa dalam hubungan yang memuaskan yang berdasarkan aspek-aspek pribadi, seperti sikap dan perasaan, terhadap mata pelajaran, guru, siswa, kepala sekolah, wakil kepala sekolah, TU, siswa, dan staf sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Menurut Hadari Nawawi, (2007) “Metode deskriptif adalah prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan/melukiskan keadaan subyek/obyek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lain-lain) pada saat sekarang berdasarkan fakta- fakta yang tampak atau sebagaimana adanya”. Sedangkan menurut Sugiyono, (2012) “Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci.

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah panduan observasi, panduan wawancara, buku catatan dan arsip-arsip yang menjadi dokumen siswa. Panduan observasi yang dibuat berdasarkan definisi dari konsep perilaku itu dan juga aspek-aspeknya, yang kemudian diturunkan ke dalam indikator-indikator. Panduan observasi disusun berdasarkan observasi terhadap perilaku subjek selama wawancara dan observasi terhadap lingkungan atau setting wawancara, serta pengaruhnya terhadap perilaku subjek dan informasi yang muncul pada saat berlangsungnya wawancara yang berhubungan dengan penyesuaian diri siswa kelas X IPA 3 SMAN 25 GARUT. Menurut Sudjana (dalam Djam'an Satori, 2011), "Panduan wawancara adalah proses pengumpulan data atau informasi melalui tatap muka antar pihak penanya (interviewer)". Panduan wawancara dalam hal ini berupa daftar pertanyaan yang disusun secara sistematis yang ditanyakan secara langsung dan lisan kepada 8 orang siswa kelas X IPA 3 di SMAN 25 GARUT dengan membawa sederetan pertanyaan lengkap dan terperinci (wawancara terstruktur).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan pedoman observasi yaitu dengan memperoleh data dan melihat secara langsung penyesuaian diri siswa kelas X IPA 3 SMAN 25 GARUT. Dari hasil observasi dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas X IPA 3 di SMAN 25 GARUT berjalan baik. Hal ini dapat terlihat pada aspek-aspek yang diamati oleh peneliti baik dari tahap menyesuaikan diri dengan teman, guru sampai menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yaitu mampu untuk menyesuaikan diri baik secara pribadi maupun secara sosial. Secara pribadi, sebagian dari mereka mampu menyatukan diri dan berbaur dengan lingkungan sekitarnya seperti tata tertib sekolah, keadaan sekolah dan fasilitas sekolah lainnya. Sedangkan secara sosial, siswa kelas X IPA 3 mampu menghargai keberadaan orang lain dan mampu untuk menjalin kebersamaan serta kerja sama antar mereka. Rasa solidaritas seperti ini lah yang menjadi kunci sukses dalam melakukan penyesuaian diri di sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan 8 orang siswa kelas X IPA 3 diketahui bahwa awalnya memang sulit untuk siswa menyesuaikan diri dengan teman, guru dan lingkungan fisik di SMAN 25 Garut. Misalnya ada perasaan-perasaan tidak percaya diri dan malu bertemu dengan teman baru serta masih canggung dengan keadaan bangunan sekolah, tata tertib sekolah yang berbeda dengan tata tertib sekolah sebelumnya, contohnya SMAN 25 Garut mempunyai tata tertib semua siswi yang beragama Islam wajib mengenakan kerudung

dan siswa tidak diperkenankan memakai kawat gigi karena pertimbangan sosial. Namun seiring waktu, kondisi ini pun tidak menjadi sulit bagi mereka karena sudah timbul kesadaran diri untuk bisa hidup dan bertahan dengan kondisi lingkungan yang baru serta menyadari bahwa tata tertib dan aturan itu dibuat semata-mata untuk kebaikan mereka sendiri. Upaya sekolah untuk siswa agar bisa menyesuaikan dirinya dengan baik yaitu diadakannya program MOPD (Masa Orientasi Peserta Didik) bagi siswa-siswi baru. Melalui program ini, siswa-siswi baru mulai mengenal satu sama lain dan ditanamkan dasar-dasar pengenalan terhadap lingkungan fisik seperti ruang kelas, ruang guru, ruang TU, tempat ibadah, lab, perpustakaan dan tempat beraktivitas lainnya.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada Wali Kelas X IPA 3 dan diketahui bahwa pada awalnya siswa merasa kesulitan terutama pada beberapa hari masuk sekolah di SMAN 25 Garut. Adanya pembauran sosial yang dilakukan oleh pihak sekolah kepada siswa, maka siswa tersebut diharuskan menyesuaikan diri dengan siswa lainnya. Dengan kata lain, karena adanya keharusan tersebut maka timbul keterpaksaan siswa yang lambat laun dari keterpaksaan itu pula menjadi keterbiasaan dan dari keterbiasaan itu akan adanya keterbukaan dari siswa satu dengan siswa lainnya, baik dalam menyelesaikan masalah ataupun menjalin kerjasama saat kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Apalagi kakak kelas dan pengurus OSIS sangat dilibatkan dalam hal ini dan sangat membantu mereka untuk menyesuaikan diri.

Sedangkan data-data tentang 8 orang siswa yang diteliti tercatat di dalam buku pribadi siswa sehingga peneliti bisa mengetahui gambaran tentang dirinya dan keluarganya, adapun keadaan siswa tersebut ada 3 orang yang sedikit mengalami masalah dengan dirinya, hal itu dapat terlihat dari beberapa pelanggaran yang dilakukannya dan tercatat dalam buku kasus. Tetapi permasalahan itu tidak menjadi hambatan bagi dirinya karena selalu ada peran Guru BK yang membantu ke 3 orang siswa tersebut dalam penyesuaian diri dengan teman, guru dan lingkungan sekolahnya.

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses psikologis sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia terus menerus akan berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Penyesuaian diri sebagai suatu mekanisme atau proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dengan tuntutan eksternal. Walaupun dalam prosesnya dapat muncul konflik, tekanan, atau frustrasi, dan individu didorong untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku yang tepat untuk membebaskan diri dari ketegangan

atau konflik tersebut. Orang yang dikatakan sukses dalam melakukan penyesuaian diri jika ia dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu orang lain.

Setelah siswa dapat menyatu dengan anggota siswa lainnya, itu berarti siswa juga telah dapat menyesuaikan dirinya baik terhadap guru, mata pelajaran, teman sebayanya juga lingkungan sekolah. Semakin eratnya interaksi yang dijalin dengan teman-teman baru memudahkan siswa secara pribadi untuk mudah bergabung dan bergaul sehingga lambat laun siswa pun akan merasa betah dan melupakan rasa keterpaksaan yang mungkin timbul di awal masuk sekolah. Dengan demikian siswa secara pribadi pun mampu menghormati guru dan saling menghargai dan mengerti terhadap karakter yang dimiliki teman dan mampu mengontrol diri untuk menghindarkan konflik yang besar. Kemudian dilanjutkan dengan penyesuaian sosial dimana siswa harus menerima dan mentaati berbagai nilai dan norma serta aturan yang berlaku di sekolah. Masing-masing siswa harus menyadari dan meyakini bahwa norma dan aturan tersebut dibuat untuk mendidik dan melatih mereka menjadi disiplin dan lebih mandiri, karena pihak sekolah ingin mengeluarkan mereka sebagai kader yang tangguh dan tanggap serta berilmu dan kaya akan akhlak yang baik saat mereka telah menyatu dengan masyarakat diluar sekolah. Mereka yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan SMA Negeri 25 GARUT menyadari bahwa dengan masuk ke sekolah ini dapat membawa perubahan yang baik di kehidupan mereka yang baru.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui penyesuaian diri 8 orang siswa kelas X IPA 3 berjalan cukup baik, walaupun pada awalnya ada perasaan-perasaan negatif, seperti perasaan canggung, malu, dan tidak percaya diri. Meskipun begitu masing-masing individu berusaha untuk saling berbaur untuk menyatu dengan teman yang lainnya agar dalam menjalankan hidup di sekolah mereka dapat saling bekerja sama demi terciptanya hubungan yang harmonis. Meskipun dalam lingkungan tersebut ada perbedaan, itu semua tidak menjadi hambatan bagi mereka untuk menjadi sebuah keluarga yang besar. Perlu usaha yang cukup besar dari siswa untuk melakukan penyesuaian diri, baik dari segi fisik maupun rohani dari siswa itu sendiri.

Berbagai usaha dilakukan siswa agar mampu melebur untuk menyatu dengan lingkungan sosial yang baru, seperti menjalin komunikasi dan interaksi yang baik dengan warga sekolah lainnya, membiasakan untuk menjaga sikap dan mengontrol diri sendiri, serta belajar untuk menghormati yang lebih tua dan menghargai yang lebih muda. Menyesuaikan diri dengan guru, mata pelajaran, teman sebaya dan lingkungan sekolah tidak lah mudah, masing-masing siswa akan menemukan hambatan yang sama ketika harus membiasakan diri dengan sekolah mereka sebelumnya.

Dengan adanya MOPD yang diberikan oleh pihak sekolah, telah melatih dan mengajarkan siswa kelas X IPA 3 untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan fisik dan sosial. Setelah itu siswa juga bisa melakukan penyesuaian penyesuaian terhadap norma dan aturan serta tata tertib yang ada di lingkungan baru tersebut. Tata tertib dan norma yang berlaku adalah pondasi yang kokoh untuk mendidik dan mengajarkan siswa tentang kedisiplinan, serta dukungan dari lingkungan sekolah yang baru pun sangat diperlukan baik dari kaka kelasnya, dari OSIS atau organisasi sekolah yang lainnya bahkan dari civitas akademika sekolah itu mulai dari Kepala Sekolah, Para Wakasek, Guru Mapel, Guru BK, staf TU dan staf yang lainnya sehingga siswa merasa nyaman di sekolah, bahkan dari masyarakat.

REFERENSI

- Agustani, H.(2009). *Psikologi Perkembangan*, Bandung : Refika Aditama.
- Desmita, (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Gerungan, W.A. (2009). *Psikologi Sosial*, Bandung : Refika Aditama.
- Nawawi, H. (2007). *Metode Penelitian Bidang Sosial*, Yogyakarta : Gajahmada University Press.
- Satori, Djam'an (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabet.
- Siswanto, (2007). *Kesehatan Mental; Konsep Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Sugiyono, (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabet.