ALSYS
Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan

e-ISSN : 2808-540X
p-ISSN : 2808-7119

Terindeks: Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic Scholar, Garuda, Google Scholar, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/alsys.v5i1.4454

HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA SMP DI SEKOLAH

The Relationship Between Self-Concept and Self-Adjustment Among Middle School Students

Vika Wijaya Marpaung & Zikra
Universitas Negeri Padang
vikawijaya127@gmail.com; Zikrahaska@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Nov 22, 2024	Dec 8, 2024	Dec 20, 2024	Dec 25, 2024

Abstract

This research is motivated by the existence of students who have problems with adjustment, where students have not been able to adjust, violate school regulations, have difficulty adapting to new environments, often play truant, do not comply with dress codes, are not active in participating in lessons and school activities, are alone at school, There are students who still don't know the name of the teacher who teaches in the class and don't know a place in the school environment. The objectives of this research are: : (1) describe the self-concept of students at SMPN 1 Lembah Gumanti; (2) describe the students' adjustment at SMPN 1 Lembah Gumanti; (3) examine the relationship between self-concept and self-adjustment of students at SMPN 1 Lembah Gumanti. This research uses quantitative methods with descriptive correlational research. The sample in this study was 130 class VII students at SMPN 1 Lembah Gumanti. The sampling technique was simple random sampling technique. The instruments used in this research are self-concept instruments and self-adjustment instruments with a Likert scale model. The data analysis techniques used are descriptive analysis, analysis requirements testing, and Pearson product moment correlation test with the help of SPSS version 20. The results of the research show

Jurnal AlSys is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

that: (1) students' self-concept is generally in the medium category with a percentage of 52.31%, which means many students in the sample had a moderate self-concept; (2) students' self-adjustment is generally in the medium category with a percentage of 39.23%, which means that many students in the sample have moderate self-adjustment; (3) there is a significant positive relationship between self-concept and self-adjustment of students at SMPN 1 Lembah Gumanti with a correlation coefficient of 0.701 at a significance level of 0.000. This means that the higher the self-concept, the higher the student's self-adjustment and vice versa. Based on the research results that have been obtained, it is hoped that guidance and counseling teachers can play an active role in efforts to improve the self-concept and self-adjustment of junior high school students by providing assistance in the form of services related to self-concept and self-adjustment. The services that can be provided are information services, individual counseling services, group guidance services and group counseling services.

Keywords : Self Concept; Adjustment; Middle School Students

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi adanya siswa yang memiliki permasalahan pada penyesuaian diri, yang mana siswa belum mampu menyesuaikan diri, melanggar peraturan sekolah, sulit beradaprasi dengan lingkungan baru, sering membolos, tidak mematuhi aturan berpakaian, tidak aktif dalam mengikuti pelajaran dan kegiatan sekolah, menyendiri disekolah, terdapat siswa yang masih belum mengetahui nama guru yang mengajar didalam kelas dan belum mengetahui suatu tempat dilingkungan sekolah. Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu: (1) mendeskripsikan konsep diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti; (2) mendeskripsikan penyesuaian diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti; (3) menguji hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti sebanyak 130 orang siswa, teknik pengambilan sampel yaitu dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen konsep diri dan instrumen penyesuaian diri dengan model skala *likert*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif, pengujian persyaratan analisis, dan uji korelasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS versi 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) konsep diri siswa pada umumnya berada pada kategori sedang dengan persentase 52,31% yang berarti banyak siswa yang menjadi sampel memiliki konsep diri yang sedang; (2) penyesuaian diri siswa pada umumnya berada pada kategori sedang dengan persentase 39,23% yang berarti banyak siswa yang menjadi sampel memiliki penyesuaian diri yang sedang; (3) terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti dengan koefesien korelasi 0,701 pada taraf signifikansi 0,000. Artinya semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa begitupun sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, diharapkan guru BK agar dapat berperan aktif dalam upaya meningkatkan konsep diri dan penyesuaian diri siswa SMP dengan memberikan bantuan berupa layanan yang berhubungan dengan konsep diri dan penyesuaian diri. Layanan yang dapat diberikan yaitu layanan informasi, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok.

Kata Kunci : Konsep Diri; Penyesuaian Diri; Siswa SMP

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan dari masa kanak-kanak hingga dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Sihotang et al., (2016) mendefinisikan masa remaja sebagai masa dimana seseorang mengalami kedewasaan baik secara fisik maupun psikologis. Ketidakdewasaan seksual seorang anak menandai dimulainya masa remaja, yang berakhir ketika ia mencapai kematangan hukum (Hurlock, 1980). Menurut Santrock (2003) remaja adalah usia antara 12 dan 21 tahun. Rentang usia remaja dibagi menjadi tiga, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja tengah (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18 -21 tahun). Berdasarkan rentang usia di atas, siswa SMP berada pada usia awal remaja yaitu 12-15 tahun.

Prayitno (2006) menjelaskan ada beberapa tugas perkembangan remaja, antara lain mampu membangun hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, menerima keadaan diri, memahami peran jenis kelamin/gender, mengembangkan kemandirian ekonomi, mengembangkan tanggung jawab pribadi dan sosial, dan menjadi mandiri secara finansial, emosi, mengembangkan keterampilan intelektual, menerapkan filosofi hidup atau sistem etika nilai-nilai perilaku, dan mempersiapkan diri untuk berkarir. Anak-anak sekolah menengah pada usia awal remaja mulai mengenal sistem pendidikan baru yang menunjukkan perlunya kemampuan mereka beradaptasi dengan situasi pendidikan (Fatimah, 2006). Pada masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama, siswa mengalami penyesuaian untuk memposisikan dirinya dalam situasi yang berbeda di jenjang yang lebih tinggi, yaitu dari sekolah dasar hingga sekolah menengah pertama (Nuramaliana, 2016).

Menurut Fatimah (2006) penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjalin hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungan. Menurut Syafitri et al., (2020) penyesuaian adalah kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan yang melibatkan sikap dan mental dalam mencapai kebutuhan yang diharapkan serta keselarasan antara tuntutan yang ada pada diri sendiri dengan tuntutan lingkungan sekitar (Kumalasari & Ahyani, 2012). Kemampuan beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan merupakan prasyarat penting bagi terciptanya kesehatan mental individu (Desmita, 2011).

Penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial merupakan dua komponen penyesuaian diri (Fatimah, 2006). Penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, tidak adanya keinginan untuk melarikan diri dari kenyataan, dan keyakinan terhadap potensi diri, sedangkan penyesuaian sosial meliputi hubungan dengan anggota keluarga, komunitas sekolah, teman sebaya, atau anggota masyarakat mengenai nilai dan norma yang berlaku. Remaja akan kesulitan menyesuaikan diri dengan guru, teman, dan mata pelajaran ketika mereka masuk sekolah menengah pertama, sehingga penting untuk menilai kapasitas dan fleksibilitas belajar siswa mengingat proses pembelajaran di sekolah dasar dan sekolah menengah pertama sangat berbeda (Hartono, 2013). Penyesuaian diri setiap individu tentunya berbeda-beda karena berkaitan dengan kepribadian individu, dimana individu yang satu dengan individu lainnya mempunyai perbedaan dalam memenuhi kebutuhannya dan menunjukkan pola penyesuaian diri yang beragam (Fatimah, 2006).

Menurut Fatimah (2006) penyesuaian diri siswa terhadap sekolah dipengaruhi oleh faktor fisiologis, psikologis, perkembangan dan kedewasaan, lingkungan, serta faktor budaya dan agama. Sedangkan menurut Soeparwoto et al., (2004) penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi motif sosial, konsep diri, persepsi, sikap dan kepribadian. Sedangkan faktor eksternal adalah keluarga, sekolah, kelompok teman sebaya, prasangka sosial, serta hukum dan norma sosial.

Idealnya dalam kehidupan sehari-hari, seorang remaja harus mampu beradaptasi dengan baik terhadap teman sekelas, guru, dan kebijakan sekolah. Namun pada kenyataannya, banyak remaja yang masih mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan oleh Sagita et al., (2013) tentang penyesuaian diri siswa di sekolah menunjukkan bahwa 19,56% memiliki penyesuaian diri kurang baik. Handoko et al., (2024) juga melakukan penelitian terkait penyesuaian diri siswa di SMPN 29 Bekasi, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat lebih banyak siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah dibandingkan yang tinggi. Atho'illah et al., (2023) juga melakukan penelitian terkait penyesuaian diri siswa Putra kelas VII SMP Al Musyaffa Kendal, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pada angket penyesuaian diri ditemukan bahwa pada item sulit memulai pembicaraan dengan orang yang belum dikenal 90%, sulit menceritakan masalah 66%, berfikir tidak dapat bersosialisasi dengan baik 60%, dan cenderung menutup diri 75%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dadang et al., (2024) tentang penyesuaian diri siswa menunjukkan bahwa responden dengan kategori skala penyesuaian diri sedang 58,46% dan skala penyesuaian diri rendah 15,38%. Hamzah et al., (2024) juga melakukan penelitian terkait penyesuaian diri siswa yang mana 46.3% memiliki penyesuaian diri sedang, dan 18.9% memiliki penyesuaian diri yang rendah. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Nopriyani & Zikra (2023) tentang hubungan konsep diri dengan kematangan karir diperoleh hasil mengenai konsep diri peserta didik berada pada kategori rendah dengan persentase 55,56%. Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas dapat disimpulkan bahwa remaja cenderung memiliki tingkat penyesuaian diri dan konsep diri yang cukup bahkan rendah dan ini menjadi masalah dalam tahap perkembangan remaja itu sendiri.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan selama melaksanakan PLBK-S di SMPN 1 Lembah Gumanti diperoleh informasi terkait konsep diri dengan penyesuaian diri bahwa terdapat siswa yang belum mampu menyesuaikan diri, terdapat siswa yang suka melanggar peraturan sekolah, sulit beradaptasi dengan lingkungan baru, sering membolos, tidak mematuhi aturan berpakaian, tidak aktif dalam mengikuti pelajaran dan kegiatan sekolah, menyendiri disekolah, terdapat siswa yang masih belum mengetahui nama guru yang mengajar didalam kelas, belum mengetahui suatu tempat dilingkungan sekolah, seperti ruang perpustakaan, ruang TU, ruang kepala sekolah, ruang bimbingan dan konseling dan sebagainya serta takut bertemu dengan guru.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti pada tanggal 07 Mei 2024 dengan dua (2) orang guru BK di SMPN 1 Lembah Gumanti, informasi yang diperoleh adanya siswa mengganggu siswa lain disaat jam kosong, sulit berkonsentrasi/fokus pada waktu belajar, tidak ikut berpartisipasi dalam diskusi kelompok, adanya hubungan yang tidak memuaskan antara siswa dengan lingkungan sekolah yang menyebabkan permasalahan. Misalnya, siswa bertengkar satu sama lain karena masalah sepele, siswa kesulitan menyesuaikan diri dengan teman sebaya, terbentuknya kelompok. kelompok kecil atau geng dalam lingkungan pendidikan, dan kurangnya penerapan kualitas yang relevan di kelas.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan terhadap enam (6) siswa di SMPN 1 Lembah Gumanti pada tanggal 07 Mei 2024, informasi yang diperoleh bahwa siswa tidak menunjukkan konsep diri dan penyesuaian diri dengan baik, seperti hanya bermain bersama beberapa teman saja, malu dan tidak percaya diri untuk berkenalan dan memulai obrolan dengan teman yang belum dikenal, merasa benci ketika ada teman yang mengkritik

pendapatnya, suka mengolok-olok teman yang menyampaikan pendapat, bertengkar ketika jam istirahat tiba, merasa tidak disenangi oleh teman-temannya, tidak bersedia untuk meminta maaf terlebih dahulu ketika bersalah, merasa tidak memiliki kebebasan, mendapat tekanan dari teman sebaya, ketidakmampuan dalam berkonsentrasi, serta membentuk kelompok-kelompok tertentu ketika istirahat tiba. Berdasarkan fenomena yang telah dikemukakan terlebih dahulu, menunjukkan banyak siswa yang tidak dapat menyesuaiakan diri dengan baik.

Salah satu hal yang mempengaruhi penyesuaian diri seseorang adalah konsep diri. Konsep diri menurut Calhoun & Acocella (1990) adalah gambaran mental seseorang yang terdiri dari pengetahuan diri, harga diri, dan evaluasi diri. Konsep diri yang menyangkut fisik merupakan pendapat seseorang tentang segala sesuatu yang mengangkut bentuk tubuhnya, sedangkan konsep diri kognitif merupakan pendapat tentang kecerdasan memecahkan masalah (Reski et al., 2017). Konsep diri merupakan komponen penting dari diri yang dapat berfungsi sebagai kerangka acuan ketika berinteraksi dengan lingkungan, maka konsep diri mempunyai dampak yang signifikan terhadap perilaku dan sangat penting dalam menentukan seberapa baik siswa menyesuaikan diri dengan sekolah (Agustiani, 2006). Menurut Marimbun (2022) siswa yang memiliki konsep diri positif akan berperilaku baik dan aktif ketika berhadapan dengan orang lain. Orang yang memiliki konsep diri positif akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Dariyo, 2004).

Banyak faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa, salah satu faktor yang diduga mempengaruhi penyesuaian diri siswa SMPN1 Lembah Gumanti adalah konsep diri siswa yang kurang stabil, yang mana hal ini ditunjukkan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 07 Mei 2024 di SMPN 1 Lembah Gumanti terhadap 6 orang siswa diperoleh informasi, rendahnya kepercayaan diri, sulit menerima kritik, cenderung menarik diri, sulit menghadapi tekanan akademik dan sering membandingkan diri dengan orang lain. Dengan adanya konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah, guru BK di SMPN 1 Lembah Gumanti dapat melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling menggunakan teknik-teknik konseling sesuai dengan kebutuhan siswa. Layanan bimbingan konseling dapat digunakan sebagai alat untuk membantu siswa mengentaskan permasalahannya.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah diuraikan diatas peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMPN 1 Lembah Gumanti.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti, Penyesuaian diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti, dan hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMPN 1 Lembah Gumanti. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas VII yang terdaftar pada tahun ajaran 2024/2025 di SMPN 1 Lembah Gumanti sebanyak 192 siswa. Pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 130 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket skala model *likert* tentang konsep diri dengan butir angket sebanyak 35 yang diukur meliputi aspek pengetahuan, pengharapan serta penilaian dan angket penyesuaian diri sebanyak 27 butir soal yang diukur meliputi penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Kedua angket tersebut sudah valid dan reliable. Analisis deskriptif korelasional dalam penelitian ini menggunakan *product moment*. Pengolahan data dilakukan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 20.

HASIL

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan dapat dideskripsikan konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Konsep Diri Secara Keseluruhan

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 147	1	0,77%
Tinggi	119-146	38	29,23%
Sedang	91-118	68	52,31%
Rendah	63-90	22	16,92%
Sangat Rendah	≤ 62	1	0,77%
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 1 diatas, secara umum dapat diketahui bahwa siswa kelas VII umumnya memiliki konsep diri pada kategori sedang. Jika dilihat dari aspek konsep diri dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Skor Ideal, Skor Tertinggi (ST), Skor Terendah (SR), Standar Deviasi (SD), *Mean,* dan Persentase (%) Konsep Diri Berdasarkan Sub Variabel

No	Aspek Konsep Diri	Skor Ideal	Skor		SD	Mean	%	Ket
			ST	SR				
1.	Pengetahuan	75	67	28	7,33	46,24	61,65	Sedang
2.	Pengharapan	45	44	12	7,06	31,77	70,60	Sedang
3.	Penilaian	55	49	15	6,77	34,23	63,15	Sedang

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti berada pada kategori sedang yaitu dengan rata-rata skor 112,24 (153,3%). Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis pada masing-masing sub variabel yaitu rata-rata skor capaian pengetahuan adalah sebesar 46,24 (61,65%) dengan kategori sedang, rata-rata skor capaian pengharapan sebesar 31,77 (70,60%) dengan kategori sedang, rata-rata skor penilaian adalah sebesar 34,23 (153,3%) dengan kategori sedang.

Berikut dijabarkan konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti berdasarkan aspek yang diteliti:

Konsep diri ditinjau dari aspek pengetahuan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Presentase Konsep Diri Berdasarkan Aspek Pengetahuan

Kategori	**Interval**	**F**	**%**
Sangat Tinggi	≥ 63	2	1,54
Tinggi	51-62	37	28,46
Sedang	39-50	72	55,38
Rendah	27-38	19	14,62
Sangat Rendah	≤ 26	0	0
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat dilihat bahwa konsep diri ditinjau dari pengetahuan berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 1,54%, pada kategori tinggi dengan persentase 28,46%, pada kategori sedang dengan persentase 55,38%, pada kategori rendah dengan persentase 14,62% dan 0% siswa pada kategori sangat rendah. Maka dapat

disimpulkan bahwa konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti ditinjau dari aspek pengetahuan umumnya berada pada kategori sedang.

Konsep diri ditinjau dari aspek pengharapan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Presentase Konsep Diri Berdasarkan Aspek Pengharapan

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	≥ 37	39	30,00
Tinggi	30-36	41	31,54
Sedang	23-29	33	25,38
Rendah	16-22	16	12,31
Sangat Rendah	≤ 15	1	0,77
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat dilihat bahwa konsep diri ditinjau dari pengharapan berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 30,00%, pada kategori tinggi dengan persentase 31,54%, pada kategori sedang dengan persentase 25,38%, pada kategori rendah dengan persentase 12,31% dan 0,77% pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti ditinjau dari aspek pengharapan umumnya berada pada kategori tinggi.

Konsep diri ditinjau dari aspek penilaian

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Presentase Konsep Diri Berdasarkan Aspek Penilaian

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	≥ 47	4	3,08
Tinggi	38-46	38	29,23
Sedang	29-37	61	46,92
Rendah	20-28	25	19,23
Sangat Rendah	≤ 19	2	1,54
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 5 di atas, dapat dilihat bahwa konsep diri ditinjau dari pengharapan berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 3,08%, pada kategori tinggi dengan persentase 29,23%, pada kategori sedang dengan persentase 46,92%, pada kategori rendah dengan persentase 19,23% dan 1,54% pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti ditinjau dari aspek penilaian umumnya berada pada kategori sedang.

Deskripsi Penyesuaian Diri

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan dapat dideskripsikan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Presentase Penyesuaian Diri Secara Keseluruhan

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	≥ 115	9	6,92%
Tinggi	93-114	36	27,69%
Sedang	71-92	51	39,23%
Rendah	49-70	32	24,62%
Sangat Rendah	≤ 48	2	1,54%
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 6 diatas, secara umum dapat diketahui bahwa siswa kelas VII umumnya memiliki penyesuaian diri pada kategori sedang. Jika dilihat dari aspek penyesauian diri dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 7. Deskripsi Skor Ideal, Skor Tertinggi (ST), Skor Terendah (SR), Standar Deviasi (SD), *Mean,* dan Persentase (%) Penyesuaian Diri Berdasarkan Sub Variabel

No	Aspek Penyesuaian Diri	Skor Ideal	Skor		SD	Mean	%	Ket
			ST	SR				
1.	Penyesuaian Pribadi	75	67	28	7,33	46,24	61,65	Sedang
2.	Penyesuaian Sosial	45	44	12	7,06	31,77	70,60	Sedang
Keseluruhan		**135**	**130**	**44**	**8,23**	**87,44**	**129,67**	**Sedang**

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti berada pada kategori sedang yaitu dengan rata-rata skor 87,44 (129,67%). Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis pada masing-masing sub variabel yaitu rata-rata skor capaian penyesuaian pribadi adalah sebesar 32,52 (65,05%) dengan kategori sedang, rata-rata skor capaian penyesuaian sosial sebesar 54,92 (64,62%) dengan kategori sedang.

Penyesuaian diri ditinjau dari aspek penyesuaian pribadi

Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Presentase Penyesuaian Diri Berdasarkan Aspek Penyesuaian Pribadi

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	≥ 42	12	9,23
Tinggi	34-41	48	36,92
Sedang	26-33	45	34,62
Rendah	18-25	24	18,46
Sangat Rendah	≤ 17	1	0,77
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 8 di atas, dapat dilihat bahwa penyesuaian diri ditinjau dari penyesuaian pribadi berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 9,23%, pada kategori tinggi dengan persentase 36,92%, pada kategori sedang dengan persentase 34,62%, pada kategori rendah dengan persentase 18,46% dan 0,77% pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti ditinjau dari aspek penyesuaian pribadi umumnya berada pada kategori tinggi.

Penyesuaian diri ditinjau dari aspek penyesuaian sosial

Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Presentase Penyesuaian Diri Berdasarkan Aspek Penyesuaian Sosial

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	≥ 72	16	12,31
Tinggi	58-71	32	24,62

Sedang	45-57	53	40,77
Rendah	31-44	28	21,54
Sangat Rendah	≤ 30	1	0,77
Jumlah		**130**	**100**

Berdasarkan tabel 9 di atas, dapat dilihat bahwa penyesuaian diri ditinjau dari penyesuaian sosial berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 12,31%, pada kategori tinggi dengan persentase 24,62%, pada kategori sedang dengan persentase 40,77%, pada kategori rendah dengan persentase 21,54% dan 0,77% pada kategori sangat rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti ditinjau dari aspek penyesuaian sosial umumnya berada pada kategori sedang.

Pengujian Hipotesis

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yaitu suatu tipe penelitian yang tujuannya untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Hopotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis korelasi *pearson product moment*. Adapaun hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 12. Korelasi Konsep Diri (X) dengan Penyesuaian Diri (Y) Siswa

Correlations			
		Variabel X	Variabel Y
Variabel X	Pearson Correlation	1	.701**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	130	130
Variabel Y	Pearson Correlation	.701**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	130	130
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel 23 di atas diketahui bahwa pada nilai signifikansi menunjukkan angka 0,000. Untuk menunjukkan adanya korelasi antara variabel konsep diri (X) dengan penyesuaian diri (Y) maka nilai sig. (2 tailed) < 0,05 dapat dilihat 0,00 < 0,05 artinya

terdapat korelasi antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa. Selanjutnya besaran nilai korelasi variabel konsep diri (X) dengan penyesuaian diri (Y) adalah sebesar 0,701. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif dengan tingkat hubungan yang kuat antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dapat terbukti dari hasil penelitian ini, yaitu adanya hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti. Artinya semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri siswa tersebut, begitupun sebaliknya jika semakin rendah konsep diri siswa maka semakin rendah pula penyesuaian diri siswa.

PEMBAHASAN

Konsep Diri

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti berada pada ketegori sedang dengan persentase 52,31% dari keseluruhan 130 responden. Pada umumnya siswa telah mampu mewujudkan aspek-aspek konsep diri dengan baik, diantaranya aspek pengetahuan, pengharapan dan penilaian. Pontania (2016) juga mengungkapkan individu yang memiliki konsep diri positif akan menerima dirinya sendiri, peduli dengan lingkungan sekitar, dan tidak akan terpengaruh dengan hal yang berdampak negatif pada diri individu tersebut. Begitupun sebaliknya individu yang memiliki konsep diri yang kurang baik cenderung akan mudah terpengaruh oleh hal negatif di lingkungannya dan kurang dapat menerima dirinya sehingga menganggap dirinya memiliki harga diri yang rendah.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa konsep diri siswa di SMPN 1 Lembah Gumanti pada aspek pengetahuan diri dikategorikan sedang. Beberapa penyebab konsep diri siswa dikategorikan sedang pada aspek pengetahuan salah satunya yaitu dari lingkungan sekolah, media masa dan budaya populer, lingkungan keluarga seperti tekanan akademik, perbandingan, dan kurangnya dukungan emosional (Zulkarnain, 2020). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Asri dan Sunarto, 2020) yaitu konsep diri merupakan gambaran individu mengenai dirinya, termasuk penilaian individu terhadap sifat dan potensi yang dimilikinya, hubungannya dengan orang lain maupun keinginannya.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa konsep diri siswa di SMPN 1 Lembah Gumanti pada aspek pengharapan diri dikategorikan tinggi. Menurut Calhoun & Acocella

(1990) pengharapan diri merupakan pandangan mengenai kemungkinan yang diinginkan terjadi pada diri individu di masa depannya. Cita- cita dan norma tidak akan terbentuk dan berkembang tanpa pergaulan individu dengan individu lainnya, tampa pergaulan sosial individu tidak akan dapat berkembang sebagai individu seutuhnya (Gerungan, 2009).

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa konsep diri siswa di SMPN 1 Lembah Gumanti pada aspek penilaian diri dikategorikan sedang. Salah satu yang menyebabkan rendahnya konsep diri siswa pada aspek ini yaitu siswa memiliki penilaian yang berbeda terhadap dirinya masing-masing, siswa sering membandingkan dirinya dengan teman sebaya atau orang lain yang dianggap lebih pintar atau berprestasi. Hal ini dapat membuatnya merasa tidak cukup baik dan menurunkan kepercayaan dirinya, sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Safareka et al., 2018) yaitu setiap individu memiliki penilaian masing-masing terhadap dirinya yang berbeda-beda salah satunya yaitu kemampuan untuk selalu jujur, mudah akrab dengan lingkungan baru serta selalu bahagia dilingkungan ia berada. Selain itu Desmita (2016) juga berpendapat yang sama yaitu pandangan kita terhadap diri kita yang kita rasakan ada di diri kita seperti jujur, setia, gembira, aktif dan bersahabat.

Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti berada pada kategori sedang. dengan persentase 39,23% yang berkaitan dengan aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa penyesuaian diri siswa berdasarkan aspek penyesuaian pribadi pada umumnya berada pada kategori tinggi dengan persentase 36, 92% sebanyak 48 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah mampu dalam berhubungan langsung dengan kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan dengan cara yang sehat dan efektif, percaya diri, menghargai diri sendiri, memiliki pandangan yang baik tentang kemampuan, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta emosi orang lain secara efektif.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa penyesuaian diri siswa berdasarkan aspek penyesuaian sosial pada umumnya berada pada kategori sedang dengan persentase 40,77% sebanyak 53 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah mampu dalam menunjukkan kemampuan dalam bersosialisasi, memiliki keterampilan seperti komunikasi efektif, empati, atau kemampuan untuk bekerja sama dalam kelompok, namun

masih memiliki ruang untuk berkembang lebih baik. Penyesuaian diri siswa pada aspek penyesuaian sosial ini dapat di tingkatkan melalui pelatihan atau kegiatan kelompok, siswa dapat belajar keterampilan seperti komunikasi efektif, empati, dan resolusi konflik. Memberikan pujian, dukungan, dan kesempatan untuk berhasil dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dan membuat kesempatan bagi siswa untuk berinteraksi dengan teman sebaya dalam lingkungan yang aman dan mendukung (Handono, 2013).

Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil analisis korelasional dengan menggunakan program komputer *product moment*, hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang positif signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti dengan nilai korelasi antara variabel konsep diri (X) dengan variabel penyesuaian diri (Y) sebesar 0,701 dan signifikan sebesar 0,000. Dengan jumlah responden 130 siswa. Hal ini berarti bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Selliana et al., (2021) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa. Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rokhamatika & Darminto (2013) yaitu hubungan persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah menunjukkan hubungan yang signifikan positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah. Konsep diri dan penyesuaian diri secara keseluruhan saling berhubungan. Penyesuaian diri yang baik akan memberikan kepuasan yang lebih besar bagi kehidupan seseorang, individu yang memiliki konsep diri yang baik akan mampu menyesuaikan diri dengan baik.

Implikasi dalam Pelayanan Bimbingan Konseling

1. **Layanan Informasi**

   Menurut Emria et al., (2016) Layanan informasi merupakan layanan yang berusaha membekali individu dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan, dan bidang perkembangan pribadi sosial. Layanan informasi digunakan sebagai acuan dalam meningkatkan konsep diri dan penyesuaian diri. Layanan informasi diberikan agar siswa yang sudah memiliki konsep

diri dan penyesuaian diri yang baik dapat mempertahankan konsep diri dan penyesuaian diri, dan layanan informasi diberikan kepada siswa yang memiliki konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah diberikan agar siswa mendapatkan suatu pemahaman mengenai konsep diri dan penyesuaian diri. Guru BK dapat memberikan layanan informasi berupa materi layanan mengenai konsep diri dan penyesuaian diri, misalnya menjadi versi terbaik diri di sekolah, kunci sukses beradaptasi di lingkungan sekolah, dan membangun konsep diri positif untuk meraih prestasi di sekolah. Keuntungan memberikan layanan informasi adalah layanan ini dapat diberikan secara bersamaan kepada banyak siswa dalam waktu bersamaan sehingga dapat menghemat waktu.

2. Layanan konseling individual

Menurut Prayitno (2006) konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah-masalah pribadi klien. Berdasarkan hasil penelitian masih terdapat siswa yang memiliki konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah, untuk itu maka diperlukan pemberian layanan bimbingan konseling individual. Layanan konseling individual dapat diberikan kepada siswa yang memiliki konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah agar siswa tersebut dapat diberikan bantuan secara individu mengenai meningkatkan konsep diri dan cara melakukan penyesuaian diri dengan baik, dapat mengenal dan menerima diri sendiri, mengembangkan pola pikir positif dan dapat menjalin hubungan sosial yang sehat. Keuntungan dari memberikan layanan konseling individual ini yaitu guru BK dapat melihat sejauh mana perkembangan siswa dalam penyesuaian diri dengan melakukan 3-4 kali pertemuan.

3. Layanan Bimbingan Kelompok

Sukardi (2008) menjelaskan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama memperoleh informasi dari konselor yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan yang dipimpin oleh pemimpin kelompok. Guru BK dapat melaksanakan bimbingan kelompok kepada beberapa siswa yang masih memiliki konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dapat dilakukan dengan memberikan topik tugas. Tema yang diberikan yaitu menghargai diri sendiri dan orang lain, mengenal potensi diri, mengatasi hambatan dalam

penyesuaian diri dan menyesuaiakan diri dengan tantangan baru. Keuntungan melakukan bimbingan kelompok yaitu siswa dapat lebih mengenal satu sama lain, dan juga dapat saling bertukar pikiran mengenai penyesuaian diri sehingga siswa dapat termotivasi agar dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik.

4. Layanan Konseling Kelompok

Guru BK juga dapat memberikan layanan konseling kelompok kepada siswa yang memiliki konsep diri dan penyesuaian diri yang rendah. Pada pelaksanaan layanan konseling kelompok lebih fokus pada pembahasan masalah pribadi individu. Walaupun layanan konseling kelompok belum tentu dapat mengentaskan permasalahan penyesuaian diri pada siswa karena akan ada banyak kemungkinan permasalahan yang diungkapkan siswa. Namun, konseling kelompok dapat menjadi salah satu layanan yang dapat mengungkap siswa yang mempunyai permasalahan dalam penyesuaian diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penellitian yang dilakukan mengenai hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri, maka dapat disimpulkan yaitu konsep diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti umumnya berada pada kategori sedang dengan persentase 52,31% sedangkan penyesuaian diri siswa kelas VII di SMPN 1 Lembah Gumanti umumnya berada pada kategori sedang dengan persentase 39,23%. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri (X) dengan penyesuaian diri (Y) siswa dengan koefesien korelasi sebesar 0,701 dengan nilai signifikansi 0,000 pada tingkatan hubungan yang kuat. Artinya jika konsep diri siswa tinggi maka penyesuaian diri siswa akan tinggi pula, begitupun sebaliknya jika konsep diri siswa rendah maka penyesuaian diri juga akan rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri*. Bandung: Refika Aditama.

Asri, D. N., & Sunarto. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terbentuknya Konsep Diri Remaja (Studi Kualitatif pada Siswa SMPN 6 Kota Madiun). *Jurnal Konseling Gusjigang*.

Atho'illah, M. F., Suyati, T., & Setiawan, A. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Putra Kelas VII SMP Al Musyaffa Kendal. *BERSATU: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika*, *1*(5), 284-298.

Calhoun, J.F., & Acocella, J.R. (1990). *Psychology of adjustment human relationship (3th ed)*. New York: McGraw-Hill.

Dadang, D., & Rakhmawati, D. (2024). Hubungan Percaya Diri dengan Penyesuian Diri Siswa Fafage Akademi Futsal Banjarnegara: Hubungan Percaya Diri dengan Penyesuian Diri Siswa. *Jurnal Psikoedukasia*, *2*(1), 16-26.

Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.

Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosda.

Emria Fitri, Neviyarni & Ifdil. 2016. Efektifitas Layanan Informasi dengan Menggunakan Metode *blended learning* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal*. Padang: BK FIP UNP.

Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.

Gerungan, W. A. (2009). *Psikologi Sosial* (Edisi Ketiga). Bandung: PT. Refika Aditama.

Hamzah, I. F., Rahardjo, P., & Wahidah, F. R. N. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa Smp Muhammadiyah Ajibarang. PSIMPHONI, 4*(2).

Handoko, A. D., Wigunawati, E., & Ernawati, R. (2024). Studi Deskriptif Penyesuaian Diri Siswa SMP Negeri 29 Kota Bekasi Terhadap Pembelajaran Tatap Muka Pasca Pandemi. Cendikia: *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 2*(6), 35-48.

Handono, O.T. & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stress lingkungan pada santri baru. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi;* 2(1). Fakultas Psikologi Ahmad Dahlan Yogyakarta. Yogyakarta.

Hartono, S. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Kumalasari, F. & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal,* 1(1)

Marimbun, M., Ilyas, S., & Ulva, N. F. (2022). Hubungan self manajemen dengan penyesuaian diri siswa. *Jurnal Wahana Konseling*, *5*(1), 20-33.

Nopriyani, D., & Zikra, Z. (2023). *Hubungan Konsep Diri dengan Kematangan Karir Peserta Didik di SMA. Consilium, 1*(2).

Nuramaliana, S. (2016). Konsentrasi Belajar dan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 1 Ciawigebang Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, *5*(9).

Pontania, A. (2016). *Hubungan antara konsep diri dengan gaya hidup hedonis pada siswa SMA negeri 4 Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Prayitno, & Amti, E. (2006). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Reski, N., Taufik, T., & Ifdil, I. (2017). Konsep diri dan kedisiplinan belajar siswa. Jurnal EDUCATIO: *Jurnal Pendidikan Indonesia,* 3(2), 85-91.

Rokhamatika & Darminto (2013). Hubungan antar persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri disekolah pada siswa kelas unggulan, SMP Negri 1 Kalitengah. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan konseling. 01,(01). 149-157.*

Safareka, Y., Setyowani, N., & Anni, C. T. (2018). Penyesuaian diri siswa dilihat dari segi konsep diri dan dukungan sosial pada siswa SMP. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, *7*(2), 61-67.

Sagita, D. D., Erlamsyah, & Syahniar. (2013). Hubungan Antara Perlakuan Orangtua dengan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah. *Konselor*, 1(1).

Santrock. (2003). *Perkembangan Remaja*, Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.

Selliana, S., Nengsih, N., & Sitepu, D. R. (2021). Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas X SMK Tunas Pelita Binjai. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, *10*(1), 01-10.

Sihotang, N., Yusuf, A. M., & Daharnis, D. (2016). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap pencapaian tugas perkembangan remaja awal dalam aspek kemandirian emosional (Studi eksperimen di SMP Frater Padang). *Konselor*, *2*(4), 186-192.

Soeparwoto, Hariyadi, S., Hendriyani, R., & Litfiah. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.

Sukardi, D. K. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta

Syafitri, K., Sukmawati, I., & Ardi, Z. (2020). Self Adjusment of Early Adult Single Mothers in Sub-District Dua Koto, Pasaman District and its Implication for Guidance and Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, *2*(4).

Zulkarnain, I., Si, M., & Asmara, S. (2020). *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutur: Tinjauan Psikologi Komunikasi*. Puspantara.