

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Masa SMA merupakan salah satu tahap penting dalam kehidupan individu sebab masa tersebut, siswa berada pada tahap remaja yang merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa awal. Pada masa itu, siswa akan mengalami perubahan pada segi biologis, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2001). Selain perubahan pada ketiga segi tersebut, siswa yang mengalami transisi dari jenjang SMP menuju SMA juga akan menghadapi berbagai perubahan pada kehidupan sekolahnya.

Fase ketika siswa mengalami transisi dari SMP menuju SMA perlu diberi perhatian yang cukup besar. Hal ini dikarenakan ketika remaja beralih menuju sekolah menengah, mereka akan berhadapan dengan lingkungan sekolah yang lebih kompleks (Santrock, 2001). Bernard (Santrock, 2001) menambahkan remaja akan berinteraksi dengan lebih banyak guru laki-laki maupun perempuan. Perilaku sosial remaja akan menjadi lebih berbobot kepada teman sebaya, aktivitas ekstrakurikuler, klub dan komunitas yang diikuti sehingga transisi di sekolah dapat menyebabkan remaja tertekan (Santrock, 2001).

Berbagai perubahan yang dihadapi oleh siswa di SMA menuntut mereka untuk menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut. Penyesuaian diri

diartikan sebagai respon mental dan perilaku individu yang dilakukan untuk menghadapi tuntutan lingkungan melalui kemampuan yang dimiliki individu (Schneider, 1964). Penyesuaian diri tersebut dilakukan untuk mengurangi tekanan dan frustrasi personal yang dirasakan siswa. Adapun penyesuaian diri yang perlu dilakukan oleh siswa mencakup penyesuaian diri pada teman sebaya, guru, hubungan orangtua, guru dan murid serta sistem sekolah (Mappiare, 1982).

Penyesuaian diri tidak hanya diperlukan oleh siswa yang melanjutkan sekolah di kota yang sama dengan jenjang sebelumnya, tetapi juga diperlukan oleh siswa SMA yang merantau ke kota lain. Salah satu daerah di Indonesia yang memberikan kesempatan bagi siswa luar daerah untuk melanjutkan pendidikan tingkat SMA di daerah tersebut adalah Yogyakarta. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara yang dilakukan peneliti bahwa sebagian besar siswa di salah satu SMA swasta di Yogyakarta bahkan merupakan siswa dari Sumatera dan Kalimantan (wawancara pribadi, Maret 2017).

Meskipun penyesuaian diri menjadi hal yang seharusnya dimiliki oleh siswa yang mengalami transisi sekolah, namun kenyataannya banyak siswa tahun pertama yang merantau mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri di lingkungan barunya. Hal ini dikarenakan siswa yang tadinya tinggal bersama dengan keluarga, terpaksa tinggal di kota lain untuk melanjutkan pendidikannya (Sitorus & Wiryosutomo, 2013). Devinta, Hidayah dan Hendrastomo (2015) menambahkan bahwa seseorang yang hidup di tempat

rantauan awalnya akan mengalami masalah ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru yang dapat berpengaruh kepada kondisi fisik dan emosionalnya. Kondisi ini timbul akibat reaksi dari hidup di lingkungan baru terutama jika memiliki budaya yang berbeda (Devinta, dkk., 2015).

Siswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan cenderung lebih mudah merasa tertekan dan banyak menghadapi konflik akibat tuntutan dari lingkungan sehingga memungkinkan turunnya motivasi belajar siswa (Zakiyah, Hidayati, Setyawan, 2010). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zakiyah, dkk (2010) menunjukkan bahwa siswa dengan penyesuaian diri yang buruk dapat menimbulkan pola perilaku yang keliru, seperti prokrastinasi akademik. Siswa yang tidak puas dan sulit beradaptasi dengan kehidupan sekolah mereka cenderung memiliki komitmen untuk melakukan kekerasan di sekolah, melakukan kenakalan dan lain-lain (Roh & Park, 2015).

Melalui wawancara yang dilakukan peneliti kepada salah satu responden R yang melanjutkan SMA-nya di Yogyakarta, diketahui bahwa responden sempat mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan cara berkomunikasi dan memahami pembicaraan teman-teman barunya di sekolah. Hal ini disebabkan karena responden berasal dari luar Jawa dan memiliki cara bicara yang berbeda dengan teman-temannya yang asli Yogyakarta. Responden juga sempat mengalami kesulitan dalam belajar karena adanya perubahan sistem pembelajaran di kelas, di mana siswa dituntut untuk lebih

mandiri selama proses pembelajaran (wawancara pribadi, Maret 2017). Perubahan lainnya yang dirasakan responden ialah penjurusan kelas IPA dan IPS yang langsung diberlakukan sejak tahun pertama di SMA. Peneliti juga melakukan wawancara guru BK di salah satu SMA swasta di Yogyakarta, guru BK tersebut memaparkan bahwa beberapa siswa yang berasal dari luar Yogyakarta awalnya mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di lingkungan sekolah, terutama dengan teman-teman di kelasnya (wawancara pribadi, Januari 2018).

Usaha yang dilakukan siswa SMA tahun pertama untuk menyesuaikan diri di sekolah tidak lepas dari faktor dalam dan luar diri siswa tersebut. Adapun faktor dari luar diri siswa yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri di lingkungan baru, salah satunya yaitu dukungan sosial (Sasmita & Rustika, 2015). Sementara faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa yaitu kecerdasan emosi.

Cohen dan Wilss (1985) menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menurunkan tingkat stres yang dialami siswa selama berada di lingkungan baru. Kondisi tersebut jika ditunjang oleh kecerdasan emosi, akan membantu siswa mencapai kesuksesan pada kehidupan sekolahnya serta mampu berkomunikasi dengan orang lain melalui cara yang menyenangkan (Salovey & Mayer, 1997). Keberadaan kedua faktor tersebut akan membantu siswa untuk mencapai penyesuaian diri yang baik dengan lebih mudah.

Effendi dan Tjahjono (1999) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam menjaga keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan sehingga menimbulkan pengaruh positif guna mengurangi goncangan psikologis. Dukungan sosial dapat menjadi faktor yang mampu meningkatkan kesehatan mental baik secara langsung maupun tak langsung untuk menurunkan stress (Kase, Endo, Oishi, 2015). Dukungan sosial dapat didapatkan siswa dari keluarga, guru dan teman sebaya. Namun khusus pada kehidupan sekolah, siswa akan banyak berinteraksi dan menghabiskan dengan teman sebaya dibandingkan orangtua (Papalia, Old & Feldman, 2008).

Berdasarkan penelitian Rodriguez, Mira, Myers, Moris dan Cardoza (2003), teman sebaya cenderung lebih mudah untuk hadir di sekolah dan memiliki informasi yang relevan dalam melakukan negosiasi di lingkungan sekolah. Hal ini yang menyebabkan siswa SMA tahun pertama khususnya yang merantau cenderung membutuhkan dukungan sosial teman sebaya. Studi dilakukan oleh Schneider dan Ward (2003) menguatkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berhubungan dengan penyesuaian sosial yang lebih baik sehingga mampu memprediksi tekanan psikologis yang lebih rendah. Menurut Smet (1999), siswa yang mendapatkan dukungan dari sekitarnya cenderung lebih mudah untuk menghadapi tuntutan dan tantangan sehari-hari. Sebaliknya, sedikitnya bantuan yang diterima siswa akan menimbulkan rasa kesepian dan kehilangan yang mengakibatkan siswa sulit untuk menyesuaikan diri (Smet, 1999).

Selain dukungan sosial teman sebaya, faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa ialah kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi didefinisikan oleh Mayer dan Salovey (Salovey & Sluyter, 1997) sebagai suatu kemampuan untuk memahami, mengasimilasi, memahami dan mengatur emosi pribadi maupun orang lain sehingga berperan penting sebagai sumber daya pribadi. Salovey (Salavera, dkk., 2016) menambahkan bahwa keterampilan emosional dianggap mampu memprediksi seseorang dapat menghadapi kehidupan sehari-hari lebih baik dan memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian Davis dan Humphrey (2012) menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengelola emosi dapat membantu memprediksi penyesuaian diri seseorang. Studi lain yang dilakukan oleh Aritzeta, Balluerka, Gorostiaga, Arbiol, Haranburu dan Gartzia (2016) menunjukkan bahwa pada konteks akademik, kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang berhubungan dengan kondisi psikologis, penyesuaian sosial, adaptasi sosial dan kinerja di sekolah yang lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional yang baik dibutuhkan oleh siswa SMA tahun pertama yang merantau agar dapat menyesuaikan diri di lingkungan yang baru.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial teman sebaya, kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada siswa SMA tahun pertama yang merantau di Yogyakarta. Hal ini

dikarenakan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah dimungkinkan lebih mudah tercapai apabila siswa mendapat dukungan dari teman sebaya serta kecerdasan emosi yang dimiliki siswa tersebut.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya, kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada siswa SMA tahun pertama yang merantau di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya pada psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi sekolah mengenai kondisi psikologis siswa tahun pertama terutama yang merantau agar siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik di sekolah. Selain itu bagi siswa tahun pertama yang merantau, dapat memberikan masukan mengenai peranan dukungan sosial teman sebaya dan kecerdasan emosi dalam proses penyesuaian diri di sekolah.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu yang menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung adalah penelitian yang dilakukan oleh Hussain, Kumar dan Husain (2008). Pada variabel bebas, peneliti menggunakan stress akademik, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stress akademik dan penyesuaian diri. Adapun subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah 100 siswa laki-laki kelas IX yang dipilih secara acak dari dua sekolah yang berbeda di Delhi.

Penelitian selanjutnya yang menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung adalah penelitian yang dilakukan oleh Indrawati dan Fauziah (2012). Teori penyesuaian diri yang digunakan peneliti merupakan teori dari Schneider (1999). Penelitian ini menggunakan penyesuaian diri dalam perkawinan sebagai variabel tergantung dan *attachment* sebagai variabel bebas. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 100 orang yang merupakan anggota paguyuban ibu-ibu PTPN IX sub unit Kebun Sukamangli Sukorejo. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *attachment* dan penyesuaian diri dalam perkawinan.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Hasan dan Handayani (2014), menjadikan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung dan dukungan sosial teman sebaya. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori Schneider (1964). Penelitian ini menggunakan subjek siswa tunarungu di sekolah inklusi yang berjumlah 22 siswa tunarungu di SMAN 10

dan SMKN 8 Surabaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi.

Penelitian selanjutnya yang menjadikan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung dan *self efficacy* serta dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel bebas dilakukan oleh Sasmita dan Rustika (2015). Teori penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian adalah teori Schneider (1964). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Adapun subjek pada penelitian ini berjumlah 137 orang mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Trichayani dan Widiasavitri (2016) menggunakan dukungan sosial sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teori Sarafino untuk dukungan sosial, teori Mayer dan Salovey untuk kecerdasan emosi dan teori Schneider untuk penyesuaian diri.

1. Keaslian topik

Topik penelitian terdahulu meneliti mengenai *self efficacy*, stress akademik, *attachment*, dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri. Sedangkan pada penelitian ini topik yang diangkat

mengenai hubungan antara, dukungan sosial teman sebaya, kecerdasan emosi dan penyesuaian diri siswa SMA/ sederajat tahun pertama yang merantau di Yogyakarta.

2. Keaslian teori

Penelitian sebelumnya menggunakan teori dari Schneider (1964) seperti penelitian yang digunakan oleh Indrawati dan Fauziah (2012), Sasmita dan Rustika (2015) dan Hasan dan Handayani (2014) untuk variabel penyesuaian diri. Selanjutnya penelitian Tricahyani dan Wideasavitri (2016) mengenai dukungan sosial menggunakan teori dari Sarafino dan teori Goleman (2003) mengenai kecerdasan emosi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori dari Schneider untuk penyesuaian diri, teori dari Mayer dan Salovey untuk kecerdasan emosi serta teori dari Sarafino untuk dukungan sosial teman sebaya.

3. Keaslian alat ukur

Penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri berdasarkan aspek-aspek dari teori Schneider yang akan dimodifikasi oleh peneliti. Sedangkan untuk kecerdasan emosi, peneliti mengadaptasi skala kecerdasan emosi berdasarkan aspek-aspek dari teori Mayer dan Salovey, dan untuk dukungan sosial teman sebaya, peneliti menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang mengacu pada aspek-aspek dari teori Sarafino yang akan dimodifikasi oleh peneliti.

4. Keaslian subjek penelitian

Penelitian terdahulu menggunakan siswa laki-laki kelas IX, ibu-ibu PTPN IX sub unit Kebun Sukamangli Sukorejo, siswa tunarungu di SMAN 10 dan SMKN 8 Surabaya dan mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana sebagai subjek. Sedangkan penelitian ini menggunakan siswa SMA/ sederajat tahun pertama yang merantau di Yogyakarta.