

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA BOARDING SCHOOL

Oleh:
Yulia Nur Aini

Dosen Pembimbing :
Nurfi Laili

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting sebagai penyedia sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing tinggi. Pendidikan formal khususnya Sekolah Menengah Atas (SMA) yang menerapkan pendidikan berasrama yang berbasis pesantren yaitu sekolah yang juga menekankan nilai-nilai ajaran agama atau juga bisa disebut boarding school

Sekolah berasrama (*boarding school*) berlangsung total 24 jam sehari, siswa mengikuti kelas formal dari pagi hingga siang hari dan dilanjutkan dengan pelajaran agama atau pendidikan khusus pada malam harinya. Permasalahannya kemudian ada santri yang tidak bisa beradaptasi dengan kehidupan pesantren. Ketidak-terbiasaan jauh dari orang tua dapat menjadi tekanan tersendiri bagi siswa, tetapi ketika para siswa dapat mengatasi tekanan dengan baik, mereka dapat menjadi individu yang lebih tangguh dan lebih mampu menghadapi permasalahan selanjutnya tanpa bantuan keluarga atau kerabat

Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada salah satu guru di sekolah *boarding school*, bahwa pada siswa baru yang tidak terbiasa tinggal jauh dengan orang tua dan mengikuti kegiatan di asrama yang padat serta peraturan yang ketat, dan belum siap menghadapi tantangan atau kemungkinan masalah yang akan terjadi, tak jarang mereka akan memilih untuk pindah sekolah. Sangat sulit bagi santri untuk menyesuaikan diri dengan tempat mereka berada. Oleh karena itu, hal penting yang harus diperhatikan oleh setiap santri adalah menyesuaikan diri dengan aktivitas di sekolah selama proses pembelajaran. Terutama dalam hal penyesuaian diri, penyesuaian diri di lingkungan sekolah adalah salah satu dari banyak bentuk masalah yang dihadapi santri

Pendahuluan

Penyesuaian diri adalah proses interaksi berbagai tingkat antara seseorang dengan lingkungannya agar terjadi keharmonisan antara kebutuhan seseorang dengan tuntutan lingkungan.

Aspek penyesuaian diri menjadi empat bagian, yaitu : 1. Penyesuaian diri akademik. 2. Penyesuaian sosial. 3. Penyesuaian personal-emosi

Penyesuaian diri sangat penting bagi santri tahun pertama, oleh karenanya ia perlu beradaptasi dengan lingkungan boarding school yang baru. Santri membutuhkan “pengganti” keluarganya yang bisa mensupport mereka. Oleh karena itu, biasanya santri di tahun pertama mempunyai kebutuhan dukungan sosial yang besar untuk dapat menjalani kehidupan yang akan dijalani di lingkungan boarding school

Dukungan sosial dan penyesuaian diri terbukti memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil wawancara kepada lima santri baru yang merasa bahwa mereka dapat lebih mudah melakukan proses penyesuaian diri karena adanya dukungan dan bantuan dari teman sebaya

Dukungan sosial adalah bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok di sekitarnya yang membuatnya merasa nyaman, dicintai dan dihargai.

Empat dimensi dalam dukungan sosial, yaitu: 1. Dukungan emosional, 2. Dukungan penghargaan, 3. Dukungan instrumental, 4. Dukungan informasi

Individu yang memiliki persepsi efikasi diri dapat menentukan jenis perilaku penyelesaian, seberapa tekun mereka berusaha mengatasi masalah atau menyelesaikan tugas, dan berapa lama mereka mampu menghadapi tantangan dan hambatan.

Self-efficacy sebagai keyakinan seseorang pada kemampuan mereka untuk memiliki kontrol atas tindakan mereka sendiri dan peristiwa lingkungan.

Tiga aspek atau dimensi, yaitu tingkat kesulitan (*level*), kekuatan keyakinan (*strength*), dan generalitas (*generality*).

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan dukungan sosial dan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada SMA boarding school.

Yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA boarding school?

Metode

Metode Penelitian :
Kuantitatif Korelasional

Populasi : Siswa MA DAFI
Boarding School

Teknik Pengambilan Sampel :
Teknik *non-probability sampling*, metode sampel jenuh

Sample : 90 Responden.

Teknik Analisis Data : teknik analisis statistik regresi linier berganda

Teknik Pengumpulan Data : Model skala likert dengan empat konsep Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Alat Ukur Penelitian : Adaptasi

1. Instrumen dukungan sosial dengan jumlah 24 item valid dan nilai reliabilitas 0,864
2. Instrumen efikasi diri dengan jumlah 20 item valid dan nilai reliabilitas 0,878
3. Instrumen penyesuaian diri dengan jumlah 30 item valid dan nilai reliabilitas 0,839

Hasil

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	2086.647	2	1043.324	26.113	< .001
	Residual	3475.975	87	39.954		
	Total	5562.622	89			

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Uji hipotesa menunjukkan bahwa nilai F 26.113 kemudian nilai p dibawah 0.001, artinya ini sangat signifikan. Maka dukungan sosial dan efikasi diri bersama-sama mampu memprediksi penyesuaian diri

Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p	Collinearity Statistics	
							Tolerance	VIF
H ₀	(Intercept)	93.244	0.833		111.892	< .001		
H ₁	(Intercept)	26.024	9.364		2.779	0.007		
	DUKUNGAN SOSIAL	0.330	0.108	0.285	3.056	0.003	0.827	1.209
	EFIKASI DIRI	0.673	0.144	0.437	4.687	< .001	0.827	1.209

Ditinjau dari masing-masing variabel menunjukkan bahwa Dukungan Sosial memiliki peranan yang signifikan terhadap Penyesuaian Diri, karena nilai p $0.003 < 10$. Sedangkan Efikasi Diri juga memiliki peranan yang signifikan terhadap Penyesuaian Diri, karena nilai p $0.001 < 10$.

Pembahasan

Berdasarkan hasil selanjutnya, untuk melihat apakah masing-masing variabel independent memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel dependent, maka ditinjau dari variabel dukungan sosial diperoleh hasil $p < 0.003 < 10$ yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri. Menurut Sarafino, dukungan sosial adalah bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok di sekitarnya yang membuatnya merasa nyaman, dicintai dan dihargai. Wentzel juga mengatakan bahwa dukungan sosial datang dari orang-orang yang memiliki hubungan yang bermakna, seperti keluarga, teman dekat, pasangan, rekan kerja, kerabat, tetangga, teman, dan guru di sekolah.

Berdasarkan ditinjau dari variabel efikasi diri diperoleh hasil $p < 0,001 < 10$ yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Bandura [19] mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang pada kemampuan mereka untuk memiliki kontrol atas tindakan mereka sendiri dan peristiwa lingkungan. Keyakinan individu pada kemampuan dirinya dalam mempengaruhi tindakan yang hendak mereka lakukan, seberapa banyak usaha yang mereka lakukan, berapa lama mereka untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan kemunduran, dan seberapa tangguh mereka setelah mengalami kemunduran

Temuan Penting Penelitian

Berdasarkan pengujian hasil hipotesa diketahui bahwa nilai F 26.113 dengan nilai taraf signifikansi $p < .001$ yang berarti menunjukkan bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan penyesuaian diri. Untuk melihat berapa sumbangan efektif variabel independent terhadap variabel dependent yaitu berdasarkan hasil menunjukkan bahwa nilai R 0.612 dan R^2 0.375 artinya varians dari penyesuaian diri yang mampu dijelaskan oleh dukungan sosial dan efikasi diri itu sebesar 37,5%. Sementara sisanya itu dijelaskan oleh hal-hal lain yang tidak diteliti disini.

Manfaat Penelitian

Memberikan pemahaman kepada penulis berikutnya mengenai variabel yang diteliti, sehingga peneliti berikutnya bisa menambahkan variabel lainnya. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan dukungan sosial dan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMA boarding school.

Maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMA boarding school.

Referensi

- A. Sukmaningpraja dan F. H. Santhoso, “Peran Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer,” *Journal Of Psychology*, vol. 2, no. 3, hlm. 184–191, 2016.
- L. Amin, “Manajemen Pembinaan Peserta Didik pada Program Boarding School di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Student Development Management On Boarding School Program Of Abu Bakar Integrated Islamic Junior High School Yogyakarta,” 2017.
- D. A. J. Hidayat, “Perbedaan Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren,” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016.
- R. Hanafi, “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi pada Santri Pesantren Umar Bin Khatab,” Universitas Islam Riau, Pekanbaru, 2021.
- A. Oktaningrum dan F. H. Santhoso, “Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Siswa SMA Berasrama di Magelang,” *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, vol. 4, no. 2, hlm. 127, Mei 2019, doi: 10.22146/gamajop.46359.
- M. Afidah, “Pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Siswa Baru SMA NU 1 Model di Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Sungelebak, Karanggeneng Lamongan,” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang, 2017.
- F. Amailiyah dan G. R. Affandi, “The Influence of Self-Regulated Learning and Academic Bouyancy on School Adjustment of Students at The An-Nur Islamic Boarding School Tanggulangin,” 2022.
- Y. A. Hadi, “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama Kelas X Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Putri Latifiyyah 1 Tambak Beras Jombang,” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang, 2021.
- S. Q. Nada, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta’allimat 3 Jabon Sidoarjo,” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang, 2021.
- Novia Damayanti, Muhimmatul Hasanah, dan Indah Fajrotuz Zahro, “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren,” *Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, vol. 16, no. 1, hlm. 1–14, Apr 2021, doi: 10.55352/uq.v16i1.250.

Referensi

S. Sa'idah dan H. Laksmiwati, "Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, vol. 7, no. 2, hlm. 2087–1708, 2017.

uz Zakiyah dan A. F. N. Nur, "Hubungan Dukungan Sosial Guru dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP," *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2023, [Daring]. Tersedia pada: <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

A. Ekanita, D. Riskiana, P. Program, S. Psikologi, S. Humaniora, dan D. Seni, "Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTs) Pondok Pesantren di Sukoharjo," *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, vol. 24, no. 2, hlm. 149–154, 2019, doi: 10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5.

Isfaiyah, Rahmawati, dan R. Z. Dalimunthe, "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Siswa serta Implikasi terhadap Bimbingan Pribadi-Sosial," 2019.

S. Agustiani dan Gazi, "Pengaruh Dukungan Sosial dan Perbandingan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif Ibu Muda Pengguna Media Sosial," *Tazkiya: Journal of Psychology*, vol. 9, no. 2, hlm. 122–132, Okt 2021, doi: 10.15408/tazkiya.v9i2.17540.

D. Aulia dan E. R. Kustanti, "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Boarding School di Madrasah Tsanawiyah NU Assalam dan Madrasah Tsanawiyah Amsilati," *Jurnal Empati*, vol. 10, no. 03, hlm. 205–209, 2021.

A. Sandi, "Hubungan Antara Daya Juang dengan Efikasi Diri Pada Santri," 2020.

O. D. Anggraini, E. N. Wahyuni, dan Laily Tiarani Soejanto, "Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas," *Jurnal konseling Indonesia*, vol. 2, no. 2, hlm. 50–56, 2017, [Daring]. Tersedia pada: <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>

P. C. D. Maharani dan M. T. S. Hartati, "Hubungan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Siswa SMK Negeri 1 Wonosegoro Kabupaten Boyolali Tahun Pelajaran 2020/2021," vol. 8, no. 1, 2021.

K. Puspitasari, "Pengaruh Dukungan Sosial Kawan Sebaya terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Sekolah Berasrama (Boarding School)," 2018.

N. Sepfitri, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MAN 6 Jakarta," 2015.

