

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Sekolah adalah tempat dimana anak memperoleh pendidikan secara formal. Dengan adanya pendidikan anak akan diberikan pemahaman mengenai berbagai hal seperti demokrasi, kebudayaan, dan nilai moral. Melalui pendidikan anak diharapkan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya agar bisa berkembang yang mana dalam proses perkembangannya seseorang akan melalui beberapa fase.<sup>1</sup> Perkembangan masa hidup manusia sendiri ada tiga fase yakni anak-anak, remaja dan dewasa. Dalam hal ini perkembangan masa remaja adalah perubahan yang mengacu pada perubahan fisik, mental, emosi, dan lainnya sehingga akan bisa berbaur dengan lingkungan sosial. Fase perkembangan sendiri menurut Elizabeth Hurlock dalam Syamsu Yusuf, ada beberapa tahap perkembangan yaitu tahap pertama sebagai *fase prenatal* yang dimulai dari proses sebelum kelahiran sampai pada usia 9 bulan, tahap kedua adalah *infancy* yaitu mulai kelahiran hingga usia 10 bulan, tahap ketiga adalah *babyhood* yang dimulai usia 2 minggu hingga usia 2 tahun, fase keempat adalah *childhood* yaitu fase anak-anak yang dimulai usia 2 tahun hingga masuk pada masa remaja, fase kelima adalah *adolescence/puberty* yang mana dimulai sejak usia 11 atau 13 tahun hingga usia 21 tahun.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Bestari Laia and Bonifasi Daeli, "Hubungan Kematangan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat," *COUNSELINGFOR ALL: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 2 (2022): 2, <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Counseling>.

<sup>2</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja* (Bandung: PT. REMAJA ROSDAKARYA, 2016), 21.

Masa remaja sendiri merupakan fase dimana individu akan menemukan jati dirinya. Pembahasan mengenai remaja ini juga berkaitan dengan faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor dari luar seperti teman sebaya, keluarga, masyarakat dan lingkungan. Remaja akan memperoleh pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi. Kebutuhan dasar tersebut seperti kebutuhan fisik (sandang, pangan dan papan) serta kebutuhan psikologis berupa dukungan sosial, perhatian, serta kasih sayang. Dalam fase remaja awal, perubahan terbesar yang terjadi berkaitan dengan perubahan fisik dimana seorang individu akan berusaha untuk menemukan jati dirinya. Selain itu, dalam memasuki lingkungan baru akan ada salah satu permasalahan yang muncul dimana salah satunya berkaitan dengan penyesuaian diri.<sup>3</sup>

Remaja kelas VII adalah siswa baru yang tentu saja belum mengenal lingkungan sekolah serta teman barunya. Remaja kelas VII ini mengalami masa transisi dari sekolah dasar menuju ke sekolah menengah pertama yang tingkatannya lebih tinggi. Proses transisi ini dapat menyebabkan stress apabila siswa tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Penyesuaian diri menurut Sunarto dan Hartono dalam Hariadi Ahmad dkk adalah kemampuan untuk bisa mengendalikan respon secara positif untuk menghindari konflik dan kesulitan. Mappiare dalam Hariadi Ahmad dkk juga menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan usaha seseorang agar diterima dalam suatu kelompok dengan cara mengikuti keinginan kelompok. Ketika seseorang menyesuaikan diri maka individu tersebut akan banyak mengabaikan

---

<sup>3</sup> Disa Magfira Saputri et al., "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP" 5, no. 2 (2024): 602.

keinginan pribadi dan lebih mengutamakan kelompoknya agar tidak dikucilkan. Sedangkan penyesuaian diri menurut Kartono dalam Hariadi Ahmad dkk siartikan sebagai usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh ketenangan diri serta lingkungan sehingga perasaan negatif yang tidak sesuai bisa dihilangkan.<sup>4</sup>

Selain itu, penyesuaian diri juga memiliki peran penting dalam menciptakan kesehatan mental remaja. Ketidakmampuan remaja dalam menyesuaikan diri bisa mengakibatkan tidak tercapainya kebahagiaan pada diri remaja. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian remaja salah satunya adalah dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya. Pada usia remaja ini perhatian anak akan beralih dari keluarga ke teman sebaya. Hal ini dikarenakan teman sebaya adalah salah satu sarana bagi anak untuk bisa bersosialisasi karena dengan bersosialisasi maka anak akan memperoleh pemahaman mengenai cara untuk membentuk suatu hubungan dengan orang lain, memahami perasaan seseorang dan memiliki toleransi terhadap orang lain.<sup>5</sup>

Gerungan dalam Siela Maimunah menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan sesuatu hal yang dilakukan dengan cara mengubah diri berdasarkan keadaan lingkungan dan mengubah lingkungan agar sesuai dengan keinginan diri. Sedangkan menurut pendapat Sobur dalam Siela Maimunah, penyesuaian diri adalah hasil dari hubungan yang dilakukan

---

<sup>4</sup> Hariadi Ahmad, Ahmad Zainul Irfan, and Dedy Ahlufahmi, "Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa," *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2020): 951, <https://doi.org/10.33394/realita.v5i1.2899>.

<sup>5</sup> Novia Damayanti, Muhimmatul Hasanah, and Indah Fajrotuz Zahro, "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren," *Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan* 16, no. 1 (2021): 2–3, <https://doi.org/10.55352/uq.v16i1.350>.

individu dengan lingkungan sosial dimana ada tuntutan yang mengharuskan individu mengubah perilakunya dan menyesuaikan diri dengan perbedaan yang ada pada diri orang lain yaitu teman yang berbeda latar belakang, daerah asal, ekonomi, serta bahasa yang digunakan.<sup>6</sup>

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja ada dua yakni faktor internal dan faktor eksternal yang salah satunya adalah dukungan sosial. Sarafino dalam Siela Maimunah menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa dia disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Sedangkan menurut Johnson dalam Siela Maimunah mendefinisikan dukungan sosial sebagai adanya kehadiran orang lain untuk memberikan bantuan, dorongan, dan penerimaan ketika seseorang kesulitan berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>7</sup>

Menurut Smet dalam Ridya dan Diana, dukungan sosial dari teman sebaya adalah salah satu aspek penting dari ikatan sosial, yang mencakup dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, serta pemberian nasihat dan informasi yang berkembang dalam hubungan dengan teman sebaya. Cohen dalam Ridya dan Diana juga menyatakan bahwa remaja yang menerima dukungan sosial dari teman sebayanya akan lebih mampu mengatasi stres dan kecemasan yang mereka rasakan. Fatimah dalam Ridya dan Diana menyatakan bahwa kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya dapat menimbulkan perasaan tidak diterima bahkan penolakan, yang berdampak

---

<sup>6</sup> Siela Maimunah, "Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 8, no. 2 (2020): 276, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>.

<sup>7</sup> Ibid., 276–77.

pada kondisi psikologis dan membuat remaja merasa rendah diri. Sikap rendah diri ini menciptakan pandangan bahwa mereka tidak layak atau tidak cocok untuk menjadi bagian dari suatu kelompok, sehingga remaja akan kesulitan dalam menyesuaikan diri di kelompok tersebut.<sup>8</sup> Mengacu pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dwinda Nur Azizah dkk mengenai “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMP Muhammadiyah Ajibarang” yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru BK di SMPN 1 Semen diperoleh hasil bahwa penyesuaian diri yang dimiliki remaja kelas VII cenderung lambat. Peneliti juga melakukan wawancara dengan remaja kelas VII yang terdiri dari 2 laki-laki dan 2 perempuan sehingga diperoleh hasil siswa perempuan mampu beradaptasi dengan cepat serta mudah mendapatkan teman sedangkan salah satu siswa laki-laki menjelaskan membutuhkan waktu 2 bulan baru bisa menyesuaikan diri. Siswa tersebut mengatakan bahwa dia sering membolos sekolah dengan sengaja karena kesulitan mendapatkan teman. Berdasarkan fenomena yang peneliti temukan bisa dikatakan bahwa terdapat siswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah barunya sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri”**.

---

<sup>8</sup> Ridya Dara Zalika and Diana Rusmawati, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X Ma Ribatul Muta’Allimin Pekalongan,” *Jurnal EMPATI* 11, no. 2 (2022): 72–79, <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34426>.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Seberapa besar tingkat dukungan sosial teman sebaya pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri?
2. Seberapa besar tingkat penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri?
3. Apakah ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri?

## **C. Tujuan Penulisan**

1. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat dukungan sosial teman sebaya pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri.
2. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapta memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini yakni:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman mengenai teori psikologi, khususnya mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri.

## 2. Secara praktis

### a. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan bagi sekolah untuk lebih memperhatikan sikap dan perilaku siswa dalam bersosialisasi serta berinteraksi dengan teman-temannya.

### b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pembanding bagi peneliti selanjutnya yang membahas topik dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri.

## **E. Penelitian Terdahulu**

Beberapa penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan permasalahan yang diambil pada penelitian ini diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Disa Maghfira Saputri dkk, pada tahun 2024 dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa SMP di Kecamatan Mantikulore. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei. Dari penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada siswa SMP.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Saputri et al., “PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA SMP.”

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni membahas mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri yang juga menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya terdapat pada sampel, jumlah sampel, lokasi penelitian, serta teknik pengambilan data yang digunakan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Asmalia Alnadi dan Citra Ayu Kumala Sari pada tahun 2021 dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah”. Fokus masalah pada penelitian ini adalah mengenai mahasiswa rantau dalam proses penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatera. Hasil dari penelitian ini yakni dukungan sosial memiliki peran yang signifikan terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatra di UIN Sayyid Ali Rahmatullah.<sup>10</sup>

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri yang mana fokus penelitiannya untuk mengetahui hubungan antara variabel tersebut. Sedangkan perbedaannya yaitu pada lokasi penelitian, subjek yang digunakan yaitu remaja SMP, serta teknik pengumpulan data.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Umma Ainun Zahro pada tahun 2024 dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri

---

<sup>10</sup> Asmalia Alnadi and Citra Ayu Kumala Sari, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah,” *Proyeksi* 16, no. 2 (2021): 153–65, <https://doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>.

Santri Kelas 7 di SMP Islam *Excellent* As Syafi'ah Nganjuk". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri kelas 7 di SMP Islam *Excellent* As Syafi'ah Nganjuk. Pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional merupakan metode penelitian yang digunakan. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Dukungan sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri dengan nilai  $\text{sig} < 0,05$  dan dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri dengan nilai presentase sebesar 32,1 %.<sup>11</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni pembahasan mengenai penyesuaian diri. Sedangkan perbedaannya terdapat pada sampel yang digunakan, lokasi, metode dan jumlah sampel yang digunakan.

4. Penelitian yang dilakukan oleh oleh Siela Maimunah dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri" pada tahun 2020. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMP tingkat I di Pondok Pesantren Syaichona Cholil Samarinda dengan pendekatan kuantitatif. Dari penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa adanya pengaruh dari dukungan sosial terhadap penyesuaian diri, adanya pengaruh

---

<sup>11</sup> Umma Ainun Zahro, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas 7 Di SMP Islam *Excellent* As Syafi'ah Nganjuk," *SHINE : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2024): 8–17, <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i1.3586>.

efikasi diri terhadap penyesuaian diri, dan terdapat pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap penyesuaian diri santri.<sup>12</sup>

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yakni dari variabel yang digunakan serta sampel siswa remaja tingkat pertama SMP. Sedangkan perbedaannya terdapat pada lokasi penelitian yang akan digunakan, terkait jumlah sampel serta menggunakan 2 variabel saja.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Lailatin Nishfi dan Agustin Handayani pada tahun 2021 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja. Penelitian tersebut menunjukkan hasil adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin baik penyesuaian diri di pesantren.<sup>13</sup>

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yakni terdapat pada variabel yang digunakan. Sedangkan perbedaannya yakni pada penelitian yang akan dilakukan membahas mengenai pengaruh bukan hubungan, sampel yang digunakan juga remaja SMP, serta lokasi penelitian.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Novia Damayanti dkk pada tahun 2021 dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap

---

<sup>12</sup> Maimunah, “Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri.”

<sup>13</sup> Siti Lailatin Nishfi and Agustin Handayani, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang,” *Journal of Psychological Perspective* 3, no. 1 (2021): 23–28, <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>.

Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri srama al-adawiyah pondok pesantren putri sunan drajat. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian regresi linier sederhana. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri. Santri secara signifikan memiliki skor dukungan sosial teman sebaya tinggi, melainkan subyek cenderung atau mayoritas memiliki dukungan sosial teman sebaya tinggi.<sup>14</sup>

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yakni pada variabel yang digunakan yakni dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri, serta metode yang digunakan kuantitatif dengan uji regresi linier sederhana. Sedangkan perbedaannya adalah sampel yang digunakan bukan santri melainkan siswa SMP di sekolah umum.

7. Penelitian yang dilakukan Ridya Dara Zalika dan Diana Rusmawati pada tahun 2022 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa Pondok Pesantren Kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan. Hasil penelitian ini yakni terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan

---

<sup>14</sup> Damayanti, Hasanah, and Zahro, “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren.”

penyesuaian diri siswa. Apabila semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin tinggi penyesuaian diri siswa; dan semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pula penyesuaian diri siswa.<sup>15</sup>

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama membahas tentang remaja dan variabel yang digunakan. Sedangkan perbedaannya yaitu menelaah hubungan bukan pengaruh langsung dan berada dalam konteks asrama serta penelitian ini dilakukan pada siswa SMP di sekolah umum.

## **F. Definisi Operasional**

### **1. Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Dukungan sosial dari teman sebaya adalah bantuan atau sokongan yang diberikan oleh teman sebaya yang dirasakan individu ketika dibutuhkan, sehingga individu merasa diterima dan dihargai oleh lingkungan sekitarnya.

### **2. Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri adalah proses yang dialami individu ketika beradaptasi dengan lingkungan baru, tuntutan lingkungan dengan dirinya sendiri sehingga tercipta keselarasan antara perasaan dan perilaku individu dengan lingkungan tempatnya berada.

## **G. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan asumsi yang bersifat sementara dari rumusan masalah yang berupa pertanyaan. Hipotesis bersifat sementara karena belum

---

<sup>15</sup> Zalika and Rusmawati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X MA Ribatul Muta'Allimin Pekalongan."

terbukti kebenaran atau faktanya sehingga harus dilakukan pengumpulan data dan analisis terlebih dahulu.<sup>16</sup> Jadi bisa dikatakan bahwa hipotesis hanya sebagai jawaban yang berdasarkan teori dan belum berdasarkan pada fakta hasil penelitian.

Ha : terdapat pengaruh signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri.

Ho : tidak terdapat pengaruh signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri pada remaja SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri.

---

<sup>16</sup> Prof.Dr.Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2020), 64.