



Available online at [www.journal.unrika.ac.id](http://www.journal.unrika.ac.id)

## Jurnal KOPASTA

Jurnal KOPASTA, 3 (1), (2016) 1-8



### Description of The Social Adjustment of Students In Madrasah Aliyah 1 Curup

**Ahmad Yanizon\***

*Division of Counseling and Guidance, University, of Riau Kepulauan, Batam*

#### Abstrak

Proses adaptasi merupakan cara dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru dimasuki terutama dalam hal penyesuaian sosial dengan lingkungan dan teman. Kemampuan siswa untuk melakukan penyesuaian terutama berkaitan dengan penyesuaian sosial menunjukkan ketercapaian tugas perkembangannya berkaitan dengan menjalin hubungan sosial yang matang dengan teman-teman sebaya. Penyesuaian sosial merupakan usaha siswa untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungannya untuk dapat diterima dalam kelompok serta dapat memenuhi kebutuhan hidup baik fisik maupun psikis.

Keyword: *social adjustment*.

#### Pendahuluan

Satu hal yang menjadi perhatian para siswa ketika memasuki lingkungan sekolah baru adalah beradaptasi dengan lingkungan tersebut. Adaptasi ini merupakan cara siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah yang baru dimasukinya terutama dalam hal penyesuaian sosial dengan teman sebaya. Melalui penyesuaian sosial, para siswa memperoleh pemuasan akan kebutuhan-kebutuhannya.

Secara psikologis siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN) tengah memasuki tahapan perkembangan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang singkat dan sulit dalam perkembangan kehidupan manusia. Menurut Chaplin (2004:12), *adolescence* adalah periode antara pubertas dan kedewasaan, usia yang diperkirakan 12 sampai 21 tahun bagi anak perempuan yang lebih cepat matang dibandingkan anak laki-laki, dan antara 13 hingga 22 tahun bagi anak laki-laki.

Piaget (dalam Hurlock, 2004:206) mendefinisikan masa remaja adalah usia di mana anak-anak sudah tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan kepada tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak integrasi dalam masyarakat mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Perubahan yang terjadi pada masa remaja tidak terlepas dari hakekat sekolah baginya. Transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah memberikan pengalaman normatif yang membutuhkan proses adaptasi atau penyesuaian pada diri remaja.

Salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dicapai adalah berkaitan dengan hubungan sosial. Havighurst (dalam Syamsu Yusuf, 2006:74) mengemukakan tugas-tugas perkembangan sosial pada masa remaja yaitu:

1. Mencapai hubungan sosial yang lebih matang dengan teman-teman sebaya, baik dengan teman sejenis maupun dengan lawan jenis.
2. Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita artinya dapat menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan yang berlaku dimasyarakat.
3. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial yang berlaku dalam masyarakat

Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan di atas mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik sehingga remaja yang bersangkutan dapat merasa bahagia, harmonis dan dapat menjadi orang yang produktif, namun sebaiknya apabila gagal, maka remaja akan mengalami ketidakbahagian atau kesulitan dalam kehidupannya.

Menurut Chaplin (2000:469), *sosial adjusment* berarti penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi satu masyarakat sosial. Pernyataan di atas menjelaskan bahwa penyesuaian sosial pada dasarnya merupakan proses adaptasi bagi seorang individu dengan lingkungannya sehingga individu tersebut dapat diterima dan berada dalam lingkungan tersebut. Jika dikaitkan dengan siswa di sekolah, penyesuaian sosial diartikan sebagai proses adaptasi siswa dengan lingkungan di sekolahnya, baik dengan teman sebaya, guru, tata usaha serta lingkungan sekolah secara umum seperti bangunan fisik, tata tertib atau peraturan sekolah dan lainnya.

Moh Ali dan Moh Asrori (2006:178) menyebutkan bahwa remaja dikatakan dapat menyesuaikan diri dengan baik (*well adjusted*) apabila mampu melakukan respon-respon yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat. Dikatakan efisien artinya mampu melakukan respon dengan mengeluarkan tenaga dan waktu sehemat mungkin. Dikatakan sehat artinya bahwa respon-respon yang dilakukannya sesuai dengan hakikat individu, lembaga, kelompok antar individu, dan hubungan antar individu dengan penciptanya. Sebaliknya reaksi yang tidak memuaskan, tidak efektif, dan tidak efisien seringkali diartikan sebagai penyesuaian diri yang kurang baik, buruk, atau dikenal dengan istilah "*maladjustment*".

Remaja dianggap memiliki penyesuaian sosial yang baik, jika perilaku remaja tersebut mencerminkan keberhasilan dalam proses sosialisasi sehingga cocok dengan tempat mereka menggabungkan diri dan diterima sebagai anggota kelompok maupun anggota masyarakat. Jika dikaitkan dengan lingkungan sekolah, penyesuaian sosial siswa yang efektif akan tercermin dalam sikap atau perilaku saling menghargai dan menerima hubungan interpersonal dengan guru, pembimbing, teman sebaya, mentaati peraturan sekolah dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar dan kegiatan lainnya di sekolah. Penyesuaian sosial siswa yang efektif akan memberikan dampak positif terhadap penerimaan siswa dalam kelompoknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penyesuaian sosial siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup.

## **Penyesuaian Sosial**

### **Pengertian Penyesuaian Sosial**

Pada dasarnya penyesuaian sosial merupakan salah satu bagian dari penyesuaian diri sendiri dalam keluarga, kelompok dan masyarakat. Menurut Kartono (2000:259) penyesuaian adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif lainnya sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis. Istilah penyesuaian mengacu kepada seberapa jauhnya kepribadian seseorang mempunyai manfaat secara baik dan efisien dalam masyarakat.

Syofyan (2005:55) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya. Sedangkan Schneider (dalam Syamsu Yusuf, 2009:28) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dari tingkah laku individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan di dalam dirinya, mengatasi ketegangan dan atau frustrasi dan menyelesaikan konflik. Tujuannya adalah untuk mendapatkan keselarasan antara tuntutan-tuntutan dari dalam individu dengan tuntutan dari lingkungan tempat ia berada. Dari kedua pendapat di atas, dapat dipahami bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk dapat selaras dan sesuai dengan tuntutan lingkungan sehingga individu tersebut merasa terpuaskan dengan tingkah lakunya terhadap lingkungan.

Selanjutnya Woodworth (dalam Gerungan, 2004:59) mengatakan bahwa terdapat empat jenis hubungan antara individu dengan lingkungannya. Individu dapat bertentangan dengan

lingkungan, individu dapat menggunakan lingkungannya, individu dapat berpartisipasi (ikut serta) dengan lingkungannya dan individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Lingkungan dalam hal ini meliputi: lingkungan fisik yaitu alam benda-benda yang kongkret, maupun lingkungan psikis, yaitu jiwa raga orang-orang dalam lingkungan, ataupun lingkungan rohaniah, yaitu *objective Geist*, berarti keyakinan-keyakinan, ide-ide, filsafat-filsafat yang terdapat di lingkungan individu, baik yang dikandung oleh orang-orangnya sendiri di lingkungannya maupun yang tercantum dalam buku-buku atau hasil kebudayaan lainnya.

Pendapat di atas menjelaskan bahwa penyesuaian individu dengan lingkungannya terbagi kedalam empat jenis. Keempat jenis hubungan tersebut merupakan proses penyesuaian individu dengan lingkungan yang selanjutnya disebut sebagai penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan sosial individu secara umum, baik bagi anak, remaja, dewasa maupun usia lanjut. Secara khusus akan dibahas tentang penyesuaian sosial remaja untuk dapat menjalin hubungan secara harmonis antara tuntutan pada diri sendiri dan tuntutan lingkungan teman sebaya.

Chaplin (2000:469), mengemukakan bahwa *sosial adjustment* berarti penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi satu masyarakat sosial. Sedangkan Hurlock (2004:287) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri pada orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok khususnya. Penyesuaian sosial sebagai proses dari penyesuaian diri berlangsung secara kontinue, di mana dalam kehidupannya, seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yaitu diri dan lingkungan sekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain.

Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial merupakan usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungannya untuk dapat diterima dalam kelompok serta dapat memenuhi kebutuhan hidup baik fisik maupun psikis. Wujud dari keberhasilan penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam menjalin komunikasi dengan orang lain, menyelaraskan antara tuntutan dirinya dan tuntutan lingkungan, memenuhi aturan kelompok masyarakat dan mampu bertindak sesuai dengan norma yang berlaku, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok, ikut berpartisipasi dalam kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian sosial seseorang sangat kompleks, bagi remaja siswa MAN khususnya, usaha penyesuaian ini dapat menjadi pelik dalam perkembangan pribadi sosialnya. Seperti yang dikemukakan oleh Hurlock (2004:213) bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosialnya. Keberhasilan atau kegagalan siswa dalam proses penyesuaian sosialnya di sekolah, berkaitan erat dengan faktor-faktor yang turut mempengaruhinya. Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi itu terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal.

Lebih jelas, Hurlock (1997:288) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

1. Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah  
Jika pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah bersifat buruk maka anak akan menemui kesulitan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik di lingkungan sekolah dan masyarakat, sebaliknya jika penyesuaian sosial di rumah baik maka anak dalam melakukan penyesuaian sosial tidak akan mengalami hambatan. Contoh: anak yang diasuh dengan metode otoriter sering mengembangkan sikap benci terhadap semua figur yang berwenang.
2. Model perilaku untuk ditiru  
Memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru di lingkungan rumah akan mempermudah anak dalam melakukan penyesuaian sosial di luar rumah, tetapi bila di rumah kurang memberikan model perilaku untuk ditiru anak akan mengalami hambatan dalam penyesuaian sosial di luar rumah. Contoh: anak yang ditolak oleh orang tuanya atau yang meniru perilaku orang tua yang menyimpang akan mengembangkan kepribadian yang tidak stabil, agresif.
3. Belajar

Kurangnya motivasi untuk belajar melakukan penyesuaian sosial sering timbul dari pengalaman sosial awal yang tidak menyenangkan di rumah atau di luar rumah, sedangkan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberikan motivasi dalam penyesuaian sosial di dalam rumah atau di luar rumah.

#### 4. Bimbingan dari orangtua

Untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik maka bimbingan orangtua sangat diperlukan agar tercipta penyesuaian sosial yang baik

Pendapat lainnya dikemukakan oleh Gerungan (2002:180), menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial berdasarkan konteksnya, yaitu: 1) peranan keluarga yang meliputi status sosial ekonomi, kebutuhan keluarga, sikap dan kebiasaan orang tua dan status anak, 2) peranan sekolah meliputi struktur dan organisasi sekolah dan peranan guru dalam kegiatan pembelajaran, 3) peranan lingkungan kerja misalnya lingkungan pekerjaan di industri atau pertanian di daerah dan 4) peranan media massa dan pengaruh media teknologi informasi dan komunikasi seperti televisi, radio, handphone, internet dan sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor penyesuaian sosial tidak terlepas dari berbagai peranan lingkungan baik peranan keluarga, peranan sekolah dan peranan masyarakat.

### **Kriteria Penyesuaian Sosial**

Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan relasi. Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Hurlock (1997:287) menyebutkan terdapat empat kriteria dalam menentukan sejauh mana penyesuaian sosial seseorang mencapai ukuran baik, yaitu sebagai berikut:

1. Penampilan nyata melalui sikap dan tingkah laku yang nyata (*overt performance*)  
Perilaku sosial individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata adalah a) aktualisasi diri yaitu proses menjadi diri sendiri, mengembangkan sifat-sifat dan potensi diri, b) keterampilan menjalin hubungan antar manusia yaitu kemampuan berkomunikasi, kemampuan berorganisasi, dan c) kesediaan untuk terbuka pada orang lain, yang mana sikap terbuka adalah sikap untuk bersedia memberikan dan sikap untuk bersedia menerima pengetahuan atau informasi dari pihak lain.
2. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok  
Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah a) kerja sama dengan kelompok yaitu proses beregu (berkelompok) yang mana anggota-anggotanya mendukung dan saling mengandalkan untuk mencapai suatu hasil mufakat, b) tanggung jawab yaitu sesuatu yang harus kita lakukan agar kita menerima sesuatu yang dinamakan hak, dan c) setia kawan yaitu saling berbagi, saling memotivasi dalam kebaikan.
3. Sikap sosial  
Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap sosial adalah ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat, berempati, dapat menghormati dan menghargai pendapat orang lain.
4. Kepuasan pribadi  
Individu harus dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kepercayaan diri, disiplin diri dan kehidupan yang bermakna dan terarah

Sedangkan karakteristik penyesuaian sosial remaja menurut Schneiders (dalam Syamsu Yusuf, 2006:199) adalah sebagai berikut:

1. *Penyesuaian sosial di lingkungan keluarga, meliputi:*
  - a) Menjalinkan hubungan yang baik dengan para anggota keluarga (orang tua dan saudara).
  - b) Menerima otoritas orangtua (mau mentaati peraturan yang ditetapkan orangtua).

- c) Menerima tanggung jawab dan batasan-batasan (norma keluarga).
  - d) Berusaha untuk membantu anggota keluarga, sebagai individu maupun kelompok dalam mencapai tujuannya.
2. *Penyesuaian sosial di lingkungan sekolah:*
- a) Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.
  - b) Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah.
  - c) Menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah.
  - d) Bersikap hormat terhadap guru, pemimpin sekolah, dan staf lainnya.
  - e) Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan-tujuannya.
3. *Penyesuaian sosial di lingkungan masyarakat:*
- a) Mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain.
  - b) Memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain.
  - c) Bersikap simpati, dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain
  - d) Bersikap respek terhadap nilai-nilai, hukum, tradisi, dan kebijakan masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kriteria dalam penyesuaian sosial adalah penyesuaian diri dengan baik terhadap lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat, yaitu mampu menerima dan menilai kenyataan secara objektif, mampu bertindak sesuai potensi diri, memiliki kestabilan psikologis, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, mampu bertindak sesuai norma yang berlaku, memiliki hubungan interpersonal yang baik, menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berinteraksi dengan orang lain, merasa puas karena dapat berbagi dengan orang lain, menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri agar dalam melakukan penyesuaian tidak mengalami hambatan dan kesulitan.

#### **Ciri-ciri Penyesuaian Sosial yang Baik**

Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai proses respon individu baik yang bersifat behavioral maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri, ketegangan emosional, frustrasi dan konflik dan memelihara keharmonisan antara pemenuhan kebutuhan tersebut dengan tuntutan lingkungan. Upaya memenuhi kebutuhan atau memecahkan masalah yang dihadapi, tidak semua individu mampu menampilkannya secara wajar dan normal. Menurut Sundari (2005:43) seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang positif apabila ia dapat menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

1. Tidak adanya ketegangan emosi.  
Bila individu menghadapi masalah, emosinya tetap tenang, tidak panik, sehingga dalam memecahkan masalah dengan menggunakan rasio dan dapat mengendalikan emosinya.
2. Dalam memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan rasional, mengarah pada masalah yang dihadapi secara langsung dan mampu menerima segala akibatnya.
3. Dalam memecahkan masalah bersikap realistis dan objektif.  
Bila seseorang menghadapi masalah segera dihadapi secara apa adanya, tidak ditunda-tunda. Apapun yang terjadi dihadapi secara wajar tidak menjadi frustrasi, konflik maupun kecemasan.
4. Mampu mempelajari ilmu pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi, sehingga dengan pengetahuan itu dapat digunakan untuk menanggulangi timbulnya masalah.
5. Dalam menghadapi masalah butuh kesanggupan membandingkan pengalaman diri sendiri maupun pengalaman orang lain, yang mana pengalaman-pengalaman ini memberikan sumbangan dalam membantu memecahkan masalah.

Lawton (dalam Hurlock, 1999:258) mengemukakan dua puluh ciri yang dapat digunakan untuk mendeskripsikan dan menilai orang yang memiliki penyesuaian sosial yang baik, di antaranya:

1. Mampu dan bersedia menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia.
2. Berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tingkat usia.
3. Segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian.
4. Senang menyelesaikan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan.
5. Mengambil keputusan dengan senang, tanpa konflik, dan tanpa banyak meminta nasihat.
6. Belajar dari kegagalan dan tidak mencari-cari alasan untuk menjelaskan kegagalan.
7. Dapat menunjukkan kasih sayang secara langsung dengan cara dan takaran yang sesuai.
8. Dapat menahan sakit dan frustrasi emosional bila perlu

9. Dapat memusatkan energi pada tujuan yang penting.
10. Menerima kenyataan bahwa hidup adalah perjuangan yang tak kunjung berakhir

Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri penyesuaian sosial yang baik adalah individu yang mampu memenuhi harapan lingkungannya, bersedia menerima tanggung jawab dan berani mengambil resiko atas perbuatannya, dapat bekerja sama dengan orang, saling menghormati dan menghargai orang lain, disiplin dalam tugas dan masalah yang terjadi dalam lingkungan kelompok, memiliki prestasi yang baik

### Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Instrumen yang digunakan untuk mendeskripsikan penyesuaian social siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup yaitu dengan menggunakan angket skala Likert. Analisis data dilakukan dengan rumus persentase.

### Hasil Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah dikemukakan yaitu untuk mengetahui gambaran kondisi penyesuaian sosialsiswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup.Maka, dibuatlah kategorisasi untuk mengklasifikasikan gambaran penyesuaian sosial siswa. Adapun kategorisasi penyesuaian sosial siswa dapat dilihat pada table 1 berikut:

**Tabel 1. Interval Kategorisasi Penyesuaian Sosial Siswa**

Interval	Kategori
$\geq 220$	Tinggi
185-220	Sedang
$\leq 185$	Rendah

Berdasarkan kategorisasi di atas, diperoleh data tentang kondisi penyesuaian sosialsiswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup pada tabel 2 sebagai berikut :

**Tabel 2 :Kondisi Penyesuaian Sosial Siswa**

Responden	Skor	Kategori
DNA	228	Tinggi
FRZ	223	Tinggi
IRV	226	Tinggi
NHY	229	Tinggi
NRL	233	Tinggi
NRK	219	Sedang
RKY	232	Tinggi
PRT	236	Tinggi
SLP	243	Tinggi
YLT	221	Tinggi
HMW	188	Rendah
RSW	180	Rendah
MSP	198	Sedang
SST	211	Sedang
EVT	215	Sedang
MZH	223	Tinggi
RKI	208	Sedang
SPT	213	Sedang
PSR	205	Sedang
PRL	200	Sedang

Berdasarkan tabel 2 di atas diperoleh gambaran kondisi penyesuaian sosial siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup berada pada kategori tinggi. Adapun persentase penyesuaian sosial siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

**Tabel 3 : Persentase Penyesuaian Sosial Siswa**

Klasifikasi	Rentang Skor	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi	≤ 220	10	50
Sedang	185-220	8	40
Rendah	185	2	10
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa kondisi penyesuaian sosial siswa berada pada kategori **Tinggi** sebesar 50% (10 orang siswa), kategori **Sedang** sebesar 40% (8 orang siswa) dan kategori **rendah** sebesar 10% (2 orang siswa).

### Pembahasan

Penyesuaian sosial siswa adalah hal yang penting dimiliki oleh siswa, oleh karenanya perlu suatu upaya untuk membantu siswa meningkatkan penyesuaian sosialnya. Proses penyesuaian sosial yang dilakukan remaja berbeda-beda dalam arti bersifat unik. Keunikan tersebut bermula pada hakekat kepribadian itu sendiri yang merupakan pembentukan faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu remaja dan faktor dari luar yaitu lingkungan. Ketidakkampuan remaja dalam melakukan pilihan, yang juga berarti tidak mampu mengambil keputusan, merupakan indikator ketidakkampuan menyesuaikan diri. Hasil penelitian menggambarkan bahwa penyesuaian sosial siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Curup berada pada kategori tinggi. Hal ini terlihat dari kemampuan dan kesediaan menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia, berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tingkat usia, mampu menangani masalah yang menuntut penyelesaian dan senang menyelesaikan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan.

Menurut Schneiders (dalam Moh. Ali dan Moh. Asrori, 2005:181), setidaknya ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian sosial individu, yaitu:

1. Kondisi fisik, meliputi: hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh, dan kesehatan fisik.
2. Kepribadian, meliputi: kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), pengaturan diri (*self-regulation*), realisasi diri (*selfrealization*), dan intelegensi.
3. Edukasi atau pendidikan, meliputi: belajar, pengalaman, latihan, dan determinasi diri.
4. Lingkungan, meliputi: lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat.
5. Agama dan budaya

Penyesuaian sosial merupakan usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungannya untuk dapat diterima dalam kelompok serta dapat memenuhi kebutuhan hidup baik fisik maupun psikis. Wujud dari keberhasilan penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam menjalin komunikasi dengan orang lain, menyelaraskan antara tuntutan dirinya dan tuntutan lingkungan, memenuhi aturan kelompok masyarakat dan mampu bertindak sesuai dengan norma yang berlaku, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok, ikut berpartisipasi dalam kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

### Penutup

Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik sehingga remaja yang bersangkutan dapat merasa bahagia, harmonis dan dapat menjadi orang yang produktif, namun sebaiknya apabila gagal, maka remaja akan mengalami ketidakbahagian atau kesulitan dalam kehidupannya. Remaja dikatakan dapat menyesuaikan diri dengan baik (*well adjusted*) apabila mampu melakukan respon-respon yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat. Dikatakan efisien

artinya mampu melakukan respon dengan mengeluarkan tenaga dan waktu sehemat mungkin. Dikatakan sehat artinya bahwa respon-respon yang dilakukannya sesuai dengan hakikat individu, lembaga, kelompok antar individu, dan hubungan antar individu dengan penciptanya. Sebaliknya reaksi yang tidak memuaskan, tidak efektif, dan tidak efisien seringkali diartikan sebagai penyesuaian diri yang kurang baik, buruk, atau dikenal dengan istilah "maladjustment".

### Daftar Pustaka

- Chaplin, J. P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono*. Penerbit Rajawali Pers : Jakarta.
- Gerungan (2004). *Psikologi Sosial*. Penerbit PT Refika Aditama: Bandung.
- Hurlock, Elizabeth B. (1997). *Perkembangan Anak jilid I*. Penerbit Erlangga: Jakarta.
- \_\_\_\_\_. (1999). *Perkembangan Anak jilid II*. Penerbit Erlangga: Jakarta
- Kartini Kartono (2000). *Hygiene Mental*. Penerbit Mandar Maju: Bandung.
- Moh.Ali & Moh.Asrori. (2006). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Penerbit Bumi Aksara: Jakarta.
- Siti Sundari. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Penerbit PT Rineka Cipta: Jakarta.
- Syamsu Yusuf. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Penerbit PT. Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Syofyan, S. Willis. (2005). *Konseling Keluarga*. Bandung.