



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 50 JAKARTA

Rina Wahyuni¹, Nuraini², Cici Yulia^{3(*)}

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia¹²³

Wahyunirina455@gmail.com¹, nuraini@uhamka.ac.id², ciciyulia@uhamka.ac.id³

Received: 09 Juli 2024

Revised: 10 Juli 2024

Accepted: 13 Juli 2024

Abstract

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena sulitnya menyesuaikan diri pada lingkungan sekolah yang baru terutama pada masa perpindahan jenjang sekolah dari SMP ke SMA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 50 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasi. Dalam penelitian ini jenis instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Populasi pada penelitian ini sebanyak 244 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *simple random sampling*, dengan rentang sampel yang diambil sebanyak 10% dari populasi sehingga total sampel sebanyak 71 responden. Instrumen yang digunakan pada hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa berbentuk kuesioner. Dalam kuesioner untuk menilai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri menggunakan skala Likert. Hasil penelitian menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa kelas X di SMA Negeri 50 Jakarta.

Keywords: Hubungan; Dukungan Sosial; Penyesuaian Diri

(*) Corresponding Author: Yulia, ciciyulia@uhamka.ac.id

How to Cite: Wahyuni, R., Nuraini, N., & Yulia, C. (2024). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 50 JAKARTA. *Research and Development Journal of Education*, 10(2), 768-776

INTRODUCTION

Masa remaja ialah masa-masa seorang individu sedang berusaha mencari jati dirinya. Pada era ini banyak sekali terjadi perubahan baik dari segi fisik, kondisi emosi, kehidupan sosial, dan persepsi pada diri remaja. Perubahan yang dialami oleh remaja menuntut mereka agar dapat melakukan penyesuaian pada dirinya sendiri ataupun terhadap lingkungan sosial. Remaja juga diharapkan mampu berinteraksi dan berkomunikasi secara efektif dengan teman sejawat dan guru, ataupun orang yang lebih tua baik di dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

Siswa yang berada di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) tergolong dalam kategori remaja, dimana mereka sedang mengalami peralihan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Sekolah Menengah Atas (SMA). Siswa yang baru saja duduk di kelas X termasuk kedalam kategori siswa yang sedang mengalami peralihan atau perpindahan jenjang. Perpindahan jenjang pendidikan tersebut menghadirkan banyak perubahan, seperti pembelajaran baru, guru baru, fasilitas baru dan teman-teman baru. Semua perubahan tersebut menjadi suatu tantangan bagi siswa kelas X agar mereka dapat menyesuaikan dirinya dengan baik di lingkungan baru yang akan menjadi tempat belajarnya.

Bukanlah hal yang mudah untuk para remaja beradaptasi dengan lingkungan baru. Pada realitanya tidak semua siswa dapat menyesuaikan diri di lingkungan baru. Hal ini terjadi karena penyesuaian diri dipengaruhi pada kondisi fisik, psikologis, dan kepribadian siswa tersebut. Lingkungan baru yang dapat memberikan kenyamanan dan rasa aman menjadi hal penting bagi mereka, mengingat siswa akan melakukan sebagian besar aktivitasnya di lingkungan sekolah. Pada lingkungan baru, siswa akan bertemu dengan teman-teman yang memiliki karakteristik berbeda-beda sehingga hal tersebut mengharuskan siswa agar dapat memahami dan menyesuaikan dirinya dengan teman-temannya.

Penyesuaian diri menurut Scheneiders (1960) merupakan proses yang melibatkan kondisi psikis dan perilaku, dimana seseorang berupaya mengatasi keinginan internal, stres, ketidakpuasan, dan perselisihan yang dapat menciptakan keseimbangan antara tuntutan dan kebutuhannya dengan kondisi dimana ia berada. Penyesuaian diri mencakup berbagai aspek seperti kematangan emosi, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab. Proses penyesuaian dapat berjalan dengan baik jika seorang individu mendapat dorongan atau dukungan dari lingkungannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Ali & Asrori (2018) bahwa Aspek yang berpengaruh dalam proses penyesuaian adalah lingkungan, meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan melalui observasi dan tanya jawab dengan beberapa siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta, diketahui bahwa mereka merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri di lingkungan sekolah. Kesulitan yang dirasakan disebabkan oleh perubahan-perubahan yang terjadi. Siswa cenderung merasa takut untuk mengajak kenalan lebih dahulu, takut jika dirinya salah mengucapkan kata yang salah, takut salah memilih topik obrolan, malu untuk memulai percakapan terlebih dahulu. Selain itu siswa juga kerap kali merasa kurang percaya diri karena terdapat perbedaan dari segi ekonomi dan fisik sehingga timbul rasa takut akan mendapatkan julukan tidak setara dengan teman-temannya yang lain. Siswa merasa jika dirinya mendapatkan suatu dorongan, kata-kata positif, respon positif, dan ajakan lebih dulu dari teman-temannya dirinya bisa nyaman dan mudah untuk menyesuaikan dirinya.

Dukungan yang diperoleh dari lingkungan terdekat dapat membantu siswa dalam proses penyesuaian dirinya. Respon positif yang berasal dari dukungan orang-orang terdekat dapat memberikan dorongan bagi siswa untuk mulai berinteraksi dan bergaul di lingkungan barunya. Dukungan yang diterima juga dapat memberikan rasa keberanian dan percaya diri bagi siswa dalam berkomunikasi dengan individu-individu baru di sekitarnya. Interaksi yang dilakukan oleh siswa sebagai langkah awal dalam memulai pergaulan dan menyesuaikan diri di lingkungannya.

Menurut Sarafino & Smith (2017) Dukungan sosial mengacu pada pemberian dorongan atau bantuan yang mungkin memberikan perasaan nyaman dan perhatian, harga diri bagi individu atau kelompok lain. Taylor (2012) menjelaskan Dukungan sosial dapat diartikan sebagai jaringan komunikasi yang saling memiliki kewajiban untuk memberikan perhatian, rasa hormat, dan penghargaan dari orang disekitarnya yang dapat membuat individu tersebut merasa berharga, dicintai, diperhatikan, dan dihormati. Sarafino & Smith (2017) menyebutkan dukungan sosial mencakup empat aspek berbeda: dukungan emosional, dukungan apresiatif, bantuan instrumental, dan dukungan informasional. Dukungan sosial diperoleh dari lingkungan sosial terdekat, antara lain orang tua, pasangan, saudara, dan teman, masyarakat, atau kelompok sosial lainnya seperti komunitas.

Dari penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa dukungan sosial didapatkan dari individu terdekat seperti teman sebaya, keluarga, dan lingkungan masyarakat. Dukungan yang diterima dan dapat dirasakan bisa memberikan dampak yang nyata bagi keberlangsungan proses penyesuaian diri. Dukungan yang didapatkan dari orang-orang

terdekat dapat memberikan perasaan tenang dan nyaman ketika berhadapan dengan lingkungan baru yang belum pernah ditemui sebelumnya. Dukungan sosial yang memadai dari hubungan terdekat atau lingkungan sekitar akan memberikan suasana hangat yang dapat membantu mengatasi masalah, tantangan atau kesulitan yang ditemui pada proses penyesuaian diri sehingga siswa dapat dengan mudah menyesuaikan dirinya.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Nishfi & Handayani (2021) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat dukungan sosial yang diterima dengan kemampuan individu dalam beradaptasi pada remaja. Penelitian Putri, dkk (2022) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Lab School PGRI Semarang” juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada siswa. Dalam penelitian tersebut juga disebutkan studi ini menemukan bahwa dukungan sosial menyumbang 14,2% atas penyesuaian diri siswa kelas X, yang menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri.

Berdasarkan penelitian di atas, terbukti bahwa dukungan sosial mempunyai peranan penting bagi keberlangsungan penyesuaian diri individu. Adanya suatu dukungan, dorongan, kata-kata positif, ajakan dari orang-orang terdekat memberikan dampak yang baik pada proses penyesuaian diri siswa. Dukungan sosial yang didapat oleh siswa akan memudahkan mereka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru karena dukungan tersebut memberikan kekuatan dan rasa aman bagi siswa dalam menghadapi lingkungan barunya. Berdasarkan fenomena dapat dikatakan bahwa siswa memerlukan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, seperti orang tua, pengajar, dan teman sebayanya. Dukungan yang didapatkan dari orang-orang terdekatnya akan membantu siswa dalam berinteraksi dan bergaul di lingkungan barunya. Dukungan sosial yang diterima dapat mendorong kemampuan penyesuaian diri siswa menjadi lebih baik.

METHODS

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode penelitian korelasional kuantitatif. Penelitian korelasional menurut Sugiyono (2013) adalah suatu bentuk penyelidikan yang memungkinkan perbandingan data dan mengungkapkan hubungan antara dua variabel. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pemberian dukungan sosial dengan kemampuan siswa beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif sebagai teknik analisis datanya. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 22 Mei 2024 di SMA Negeri 50 Jakarta. Penelitian ini menggunakan instrument kuesioner. Sampelnya berjumlah 244 siswa dari 7 kelas di SMA Negeri 50 Jakarta, dengan rata-rata jumlah kelas 35 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Ukuran sampel sebesar 10% dari keseluruhan populasi dipilih, sehingga menghasilkan total 71 responden siswa. Penelitian ini menggunakan skala Likert untuk mengevaluasi dukungan sosial dan penyesuaian diri.

RESULTS & DISCUSSION

Results

Dari hasil analisis olah data dengan menggunakan bantuan SPSS 26, berikut hasil data deskriptif tentang dukungan sosial siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta.

Tabel 1.
 Hasil Statistik Deskriptif

No.	Ukuran Deskriptif	Nilai
1	Dukungan Sosial Valid N (listwise)	71
2	Minimum	99
3	Maximum	179
4	Mean	144.92
5	Std Deviation	14.024
6	Varians	196.678

Sumber: SPSS versi 26

Data yang diambil dari tabel distribusi frekuensi variabel dukungan sosial adalah sebagai berikut: nilai terendah sebesar 99, nilai tertinggi 179, nilai rata-rata 144.92, standar deviasi 14.024 dan nilai varians sebesar 196.678.

Tabel 2.
 Hasil Statistik Deskriptif

No.	Ukuran Deskriptif	Nilai
1	Penyesuaian Diri Valid N (listwise)	71
2	Minimum	102
3	Maximum	162
4	Mean	135.25
5	Std Deviation	12.390
6	Varians	153.506

Sumber: SPSS versi 26

Data yang diperoleh dari tabel distribusi frekuensi variabel penyesuaian diri adalah sebagai berikut: nilai terendah sebesar 102, nilai tertinggi 162, nilai rata-rata 135.25, standar deviasi 12.390 dan nilai varians sebesar 153.506.

Tabel 3.
 Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial

Rendah	Sedang	Tinggi
5 Subjek 7%	56 Subjek 80%	10 Subjek 13%

Tabel 4.
 Kategorisasi Skor Variabel Penyesuaian Diri

Rendah	Sedang	Tinggi
10 Subjek 15%	46 Subjek 67%	15 Subjek 18%

Hasil olahan penelitian pada variabel dukungan sosial dibagi menjadi tiga kelompok. Dari jumlah siswa tersebut, terdapat 5 siswa (7%) yang mempunyai temuan dukungan sosial rendah, 56 siswa (80%) memperoleh hasil dukungan sosial sedang, dan 10 siswa (13%) memperoleh hasil dukungan sosial tinggi. Dukungan sosial yang diterima siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta sebagian besar masuk dalam kategori sedang. Temuan penelitian mengenai variabel penyesuaian diri dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis berbeda. Kelompok siswa dengan kemampuan penyesuaian diri rendah terdiri dari 10 orang atau 15% dari total siswa. Kelompok siswa dengan kemampuan penyesuaian sedang terdiri dari 46 orang atau 67% dari total, kelompok siswa dengan kemampuan penyesuaian diri tinggi berjumlah 15 orang atau mewakili 18% dari total siswa. Sebagian besar siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta termasuk dalam kelompok sedang.

1. Uji Normalitas

Uji Kolmogorov-Smirnov satu sampel dilakukan untuk menilai normalitas data pada tingkat signifikansi 0,05. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 26.

Tabel 5.
 Hasil Uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov*

Model	Unstandardized Residual
N	71
Normal Parameters	.0000000
Std. Deviation	10.38623256
Positive	.058
Negative	-.061
Test Statistic	.061
Assymp. Sig (s-tailed)	.200

Sumber: SPSS versi 26

Jika X hitung lebih besar dari 0,05 maka data dianggap normal. Sebaliknya jika X hitung kurang dari 0,05 maka data dianggap tidak normal. Berdasarkan perhitungan, ditentukan bahwa data mengikuti distribusi normal karena nilai residual yang diperoleh lebih besar ($0,200 > 0,05$).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui adanya korelasi linier antara variabel X dengan variabel Y , khususnya antara dukungan sosial dan penyesuaian diri.

Tabel 6.
 Hasil Uji Linearitas

Model			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Dukungan Sosial Penyesuaian Diri	Between	(Combined)	6450.264	33	195.463	1.684	.063
	Groups	Linearity	3194.269	1	3194.269	27.516	.000
		Deviation	3255.995	32	101.750	.877	.646
		from Linerity					
	Within		4295.173	37	116.086		
	Groups						
	Total		10745.437	70			

Sumber : SPSS versi 26

Terdapat hubungan linier positif yang signifikan secara statistik antara dukungan sosial dan penyesuaian, sebagaimana ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar 0,646 > 0,05).

3. Uji Hipotesis

Tabel 7.
 Hasil Uji Hipotesis

		Dukungan Sosial	Penyesuaian Diri
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.545
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	71	71
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.545	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	71	71

Sumber : SPSS versi 26

Uji korelasi Pearson product moment dilakukan untuk memastikan adanya hubungan antara variabel bebas (X) Dukungan Sosial dengan variabel terikat (Y) Penyesuaian Diri. Hasil perhitungan pada tabel di atas menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, dengan p-value sebesar 0,000 lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05.

Discussion

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis Ha diterima sedangkan hipotesis Ho ditolak. Hal ini menunjukkan korelasi penting antara dukungan sosial dan adaptasi di kalangan siswa sekolah menengah atas di kelas X Negeri 50 Jakarta. Dukungan sosial memberikan kontribusi pada penyesuaian diri siswa, hal ini terlihat dari hasil uji korelasi product moment Pearson yang diperoleh nilai pada taraf signifikansi 0,000 (kurang dari 0,05). Hubungan antara variabel dukungan sosial dan variabel penyesuaian menunjukkan hubungan yang positif dimana kenaikan pada variabel dukungan sosial akan diikuti kenaikan variabel penyesuaian diri, hal tersebut berlaku sebaliknya dimana Penurunan variabel dukungan sosial akan mengakibatkan penurunan variabel penyesuaian diri.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMA Negeri 50 Jakarta menerima dukungan sosial dalam kategori sedang, dengan mayoritas dari mereka juga memiliki kemampuan penyesuaian sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang diperoleh siswa mempunyai pengaruh yang menguntungkan terhadap kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Christiani & Setiawati (2023) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau yang Berdomisili di Dormitory Atmajaya” menyatakan bahwa dukungan sosial memberikan ketenangan dan membantu mengatasi stress yang terjadi karena berhadapan dengan lingkungan baru. Ketenangan yang didapatkan memberikan dorongan yang menanamkan sikap positif dalam diri seseorang untuk memastikan mereka merasa dihargai, disayangi, dan dipedulikan. Perasaan-perasaan positif yang muncul karena mendapatkan suatu dukungan dapat meredakan rasa takut, malu dan canggung yang dapat terjadi ketika memulai interaksi pada seseorang, sehingga siswa dapat mulai bergaul dengan baik sebagai tahap awal menyesuaikan diri di lingkungan barunya.

Siswa dapat memperoleh manfaat dari dukungan sosial yang mereka terima, karena membantu adaptasi mereka terhadap lingkungan sekolah. Siswa juga akan mendapatkan rasa nyaman, tenang dan aman ketika dirinya dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan Putri, dkk (2022) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas X SMA Lab School PGRI Semarang”. Dukungan sosial yang siswa rasakan juga dapat menciptakan perasaan tenang dan nyaman serta dapat membantu mereka berinteraksi dengan individu baru di sekitarnya. Adanya pemberian dukungan sosial kepada siswa membantu proses adaptasi, sehingga menjadi lebih mudah.

Dukungan yang diterima berupa kata-kata positif, ajakan untuk bergabung, dibantu ketika merasa kesulitan, merasa diterima oleh orang lain dan diperlakukan dengan baik memberikan rasa nyaman pada diri siswa saat beradaptasi dengan lingkungan baru. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nishfi & Handayani (2021) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang”, ditemukan bahwa siswa yang mendapat dukungan sosial mempunyai perasaan tenang ketika berhadapan dengan berbagai hal, dan dapat membantu siswa tersebut dalam berinteraksi dengan orang lain. Tidak semua siswa mendapatkan dukungan sosial dari orang lain di lingkungan terdekatnya, seperti orang tua, teman, atau guru. Dukungan yang bersumber dari orang-orang terdekat memberikan pengaruh yang luar biasa terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa. Dalam hal ini dukungan sosial memiliki peran penting dalam proses penyesuaian diri siswa.

Siswa akan mempunyai perasaan didukung ketika mereka merasakan bahwa individu-individu di lingkungannya menunjukkan kepedulian, pengakuan, dan kasih sayang terhadap dirinya. Dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap adaptasi siswa terhadap lingkungan pendidikan. Penelitian ini memvalidasi hasil penelitian yang dilakukan oleh Aristya & Rahayu (2018) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Kelas X SMA Angkasa I Jakarta” dukungan berperan penting dalam membantu mereka pada proses adaptasi di lingkungan baru. Terjadinya peralihan dari SMP ke SMA ditinjau dari suasana sekolah pelajaran, guru, dan teman-teman baru yang mengharuskan mereka untuk menyesuaikan dirinya pada lingkungan baru.

Kemampuan beradaptasi yang tinggi sangat penting bagi siswa untuk menyelesaikan kesulitan yang mereka hadapi ketika menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Zalika & Rusmawati (2022) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan.” Salah satu komponen yang berkontribusi dalam proses penyesuaian adalah terciptanya keadaan yang menguntungkan yaitu dukungan dari orang-orang terdekat terlebih teman sebayanya. Siswa mendapatkan kepercayaan diri melalui dukungan sosial yang mereka dapatkan dan keberanian saat memulai interaksi dan beradaptasi pada lingkungan baru, sehingga siswa dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi saat menyesuaikan diri di lingkungan barunya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri, dengan hasil yang menunjukkan hubungan yang cenderung sedang (tidak terlalu kuat dan tidak terlalu lemah). Hal ini dilihat dari Siswa yang menerima dorongan dalam fase penyesuaiannya melalui dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya. Data menunjukkan bahwa dari total respon, 10 orang (15%) menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang rendah, 46 orang (67%) menunjukkan kemampuan penyesuaian diri sedang, dan 15 orang (18%) menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi. Tingkat penyesuaian diri yang rendah menunjukkan siswa

belum dapat menyesuaikan dirinya dengan baik karena kurang mendapatkan dukungan dari lingkungannya dan kepribadian siswa kurang berperan pada proses penyesuaian diri. Penyesuaian diri yang sedang menunjukkan bahwa siswa mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan terdekatnya, tetapi kepribadian siswa kurang berperan dalam proses penyesuaian diri. Sedangkan penyesuaian diri yang tinggi menunjukkan bahwa siswa mendapatkan dukungan yang tinggi dari lingkungannya dan kepribadian siswa sangat berperan Selama proses adaptasi. Kemampuan adaptasi yang tinggi menunjukkan siswa mampu untuk menyatakan perasaannya kepada orang lain, mampu memahami orang lain, mampu untuk berpartisipasi sosial dan bekerja sama, mampu untuk berempati serta mampu untuk berperilaku sesuai dengan lingkungan barunya.

Faktor lain yang mendukung hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri adalah kepribadian. Hal ini sesuai dengan pernyataan Scheneiders (Ali & Asrori, 2018) bahwa terdapat salah satu unsur yang memengaruhi proses penyesuaian yaitu faktor kepribadian. Pada prosesnya keberlangsungan penyesuaian diri bukan hanya dibentuk oleh lingkungan tetapi terdapat faktor lain yang berhubungan dengan kepribadian. Faktor kepribadian merupakan elemen penting dalam proses adaptasi dan penyesuaian siswa. Faktor kepribadian meliputi kepercayaan diri dan regulasi diri. Siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik bisa mengontrol dirinya untuk dapat melakukan tindakan dan menunjukkan sikap yang positif, siswa yang mau dan mampu merubah sikap, perilakunya dan menyesuaikan dengan lingkungan barunya, serta siswa yang memiliki rasa percaya diri untuk berinteraksi dan bergaul di lingkungan yang baru dapat membantu proses penyesuaian diri menjadi lebih mudah.

Penyesuaian diri siswa kelas X di SMA Negeri 50 Jakarta terbukti memiliki hubungan yang positif dengan dukungan sosial. Siswa yang diberikan dukungan sosial yang tinggi cenderung dapat menyesuaikan dirinya dengan baik, sedangkan siswa yang kurang mendapatkan dukungan sosial cenderung menghadapi kesulitan dalam menyesuaikan diri. Dukungan salah satu hal yang penting yang perlu diberikan kepada siswa. Dukungan sosial yang kurang memadai menimbulkan tantangan bagi siswa untuk menyesuaikan dirinya di lingkungan baru karena tidak adanya dukungan yang diterima, sehingga siswa takut dan kurang dapat membangun rasa percaya diri dan kemungkinan sulit untuk melakukan interaksi dengan teman yang baru dikenalnya. Faktor lain yang berasal dari kepribadian siswa juga dapat mendukung keberlangsungan proses penyesuaian diri, dan didukung dengan dukungan yang diterima oleh lingkungan sekitarnya sehingga siswa dapat menghadapi kesulitan-kesulitan yang terjadi pada saat proses penyesuaian diri.

CONCLUSION

Penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 50 Jakarta menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada siswa kelas X di sekolah tersebut. Hasil positif yang diperoleh menunjukkan adanya korelasi langsung antara tingkat dukungan sosial yang diterima siswa dengan kemampuan beradaptasi. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat dukungan sosial maka kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pun meningkat. Sebaliknya, ketika tingkat dukungan sosial menurun maka kemampuan penyesuaian diri siswa juga menurun. Sekitar 67% anak-anak menerima dukungan sosial dalam kisaran sedang, yang berarti tidak terlalu kuat atau tidak terlalu lemah. Demikian pula kemampuan beradaptasi siswa juga tergolong sedang, menunjukkan tingkat kekuatan sedang. Maknanya dukungan sosial didapat dari orang-orang terdekat seseorang memberikan kontribusi dalam proses penyesuaian diri, tetapi faktor kepribadian juga dapat membantu siswa dalam keberlangsungan proses penyesuaian diri.

REFERENCES

- Ali, M., & Asrori, M. (2018). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara.
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, 2(2).
- Christianti, A., & Setiawati, C. L. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Yang Berdomisili Di Dormitory Unika Atma Jaya. *Jurnal Psiko Edukasi*, 21(2), 106–122. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i2.4947>
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Putri, H. J. S., Rakhmawati, D., & Maulia, D. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas X SMA Lab School PGRI Semarang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4).
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (9 ed.). John Willey & Sons Inc.
- Schneiders, A. A. (1960). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt Rineheart & Winston.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2012). *Health Psychology* (8th ed.). McGraw-Hill Compaine.
- Zalika, R. D., & Rusmawati, D. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren Kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan. *Jurnal Empati*, 11(2), 72–79.