

PENYESUAIAN DIRI DAN PERSEPSI TERHADAP *SCHOOL WELL-BEING* SISWA SMP DI SIDOARJO

Adinda Nur Azizah

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dwi Sarwindah Sukiatni

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Rahma Kusumandari

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: aadindanura@gmail.com

Abstrack

The definition of school well-being is an ideal educational concept and is currently being implemented in the world of education. Another definition of school well-being is a situation that may be able to meet various basic needs in the learning environment. School well-being can be achieved if the basic needs of students in the school environment are met properly, so that the fulfillment of students' basic needs can have a positive impact on school life because students who feel prosperous will be serious about the subject matter delivered, tend to have good achievements. At school, can increase a tendency to want to follow lessons and to advance to grades by achieving higher grades. This study is based on an objective form to understand the relationship between self-adjustment and perceptions of school well-being by junior high school students. The subjects studied were 114 students of SMP X in Sidoarjo. The technique used in collecting the sample is using proportionate stratified random sampling. The measuring instrument is the self-adjustment scale as well as the school well-being scale. Testing the form of the hypothesis in this study uses a product moment correlation with the help of SPSS with version 25 for Mac OS X. The results of the hypothesis test obtained the value of $r_{xy} = 0.649$ with a significance of $p = 0.000 < 0.05$. Which means that a hypothesis stating that there is a positive relationship between the form of self-adjustment and the perception of school well-being of SMP X students in Sidoarjo is acceptable.

Keywords: *School Well-being, Self Adjustment, Junior High School Students*

Abstrak

Definisi dari *school well-being* adalah suatu konsep pendidikan ideal dan sedang perlu diterapkan di dalam dunia pendidikan. Pengertian lain dari *School well-being* merupakan situasi yang mungkin mampu untuk memenuhi berbagai kebutuhan secara dasar di lingkungan belajar. *School well-being* dapat tercapai apabila kebutuhan dasar siswa di lingkungan sekolah terpenuhi dengan baik, dengan begitu pemenuhan atas kebutuhan dasar siswa dapat memberikan dampak positif bagi kehidupan di sekolah karena siswa yang merasa sejahtera akan sungguh-sungguh terhadap materi pelajaran yang disampaikan, cenderung memiliki prestasi baik di sekolah, dapat meningkatkan suatu kecenderungan untuk mau mengikuti pelajaran dan agar naik kelas dengan meraih nilai lebih tinggi. Penelitian ini didasarkan pada suatu bentuk tujuan untuk memahami hubungan diantara penyesuaian diri dan persepsi dari *school well-being* oleh pelajar tingkat menengah pertama. Subjek yang diteliti yaitu sebanyak 114 siswa SMP X di Sidoarjo. Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan sampel ialah menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Alat ukurnya yaitu skala penyesuaian diri juga skala *school well-being*. Pengujian bentuk hipotesis dalam penelitian ini menggunakan suatu korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS dengan versi 25 for Mac OS X. Hasil dari uji hipotesis diperoleh nilai $r_{xy} = 0,649$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Yang artinya suatu hipotesis menyatakan bahwa terdapat suatu hubungan yang positif diantara bentuk penyesuaian diri dan persepsi terhadap *school well-being* siswa SMP X di Sidoarjo

dapat diterima.

Kata Kunci: School Well-being, Penyesuaian Diri, Siswa SMP

Pendahuluan

Pengertian singkat dari Pendidikan di sekolah ialah sebuah kegiatan yang di dalamnya terlibat banyak pihak, yaitu seseorang yang mendidik, bahan ajar yang digunakan, dan yang dididik atau siswa. Sedangkan pengertian secara luas berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional yang tertera dalam Pasal 20 Bab 1, menyatakan bahwa yang dimaksud dengan pembelajaran merupakan sebuah proses interaksi antar peserta didik dan pendidik, serta sumber yang didapat dalam lingkungan belajar. Lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam pendidikan (Depdiknas, 2003). Fakta tersebut didukung oleh suatu pernyataan bahwa definisi dari sekolah yang baik merupakan sebuah sekolah dengan kemampuan memberi pengalaman yang baik, yang menjadikan siswa merasakan kesejahteraan ketika melakukan suatu proses pembelajaran (Smith, 2010). Sekolah juga berpengaruh terhadap berkembangnya remaja serta kehidupan bagi mereka, sebab para remaja memiliki banyak waktu yang dihabiskan di dalam sekolah (Marin & Brown, 2008)

Banyak lembaga pendidikan pemerintah maupun non pemerintah yang belum sepenuhnya mendukung dari berbagai aspek tertentu, yakni dari segi kondisi suatu sekolah, hubungan sosial yang terjalin, pemenuhan diri yang bisa siswa dapatkan, dan juga status kesehatan yang mendukung keberhasilan proses belajar siswa. Dalam hal pendidikan, terdapat berbagai faktor yang mendukung suatu keberhasilan proses pembelajaran, seperti kesejahteraan siswa ketika berada di lingkup sekolah. Kesejahteraan siswa saat di lingkungan sekolah dapat dikatakan terpenuhi saat sekolah dapat menyediakan segala yang kebutuhan siswa-siswinya. Proses pembelajaran juga disebut tidak gagal saat semua aspek yang dimiliki oleh sekolah dapat berfungsi seperti semestinya. Dijadikan pilihan sebagai tempat belajar, sekolah sebagai lembaga pendidikan seharusnya dapat memberikan pengalaman positif bagi kelangsungan proses belajar mengajar yang dilakukan oleh siswa-siswi di sekolah. Oleh karena itu dengan adanya pemenuhan atas kebutuhan dasar yang bisa siswa diharapkan dapat menjadikan siswa untuk bisa mencapai tujuan keberhasilan belajar secara maksimal.

Konu & Rimpela (2002) memberikan pengertian *school well-being* sebagai sebuah situasi yang mungkin dapat dirasakan oleh siswa sebagai bentuk memenuhi segala kebutuhannya yang dasar, yaitu dalam empat dimensi. Keempat dimensi tersebut adalah keadaan sekolah (*having*), hubungan sosial antar warga sekolah (*loving*), kebutuhan diri yang terpenuhi (*being*), dan juga status kesehatan yang baik (*health*).

Secara umum, *school well-being* kini dianggap penting guna diperhatikan dan dilaksanakan oleh sekolah-sekolah dikarenakan ini akan menjadikan peserta didik menjadi bahagia, sehat, serta merasa memiliki kesejahteraan ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran. Selain itu juga dapat melaksanakan pembelajaran secara efektif dan juga berkontribusi pada hal yang positif sebab sekolah harus dapat menjadi tujuan utama dalam hal pendidikan. Selain itu, sekolah menjadi tempat belajar juga diharapkan berperan untuk memaksimalkan pertumbuhan siswa agar hal-hal yang bukan menjadi tujuan keberhasilan proses pembelajaran di lingkungan sekolah dapat dihindari, yaitu siswa yang tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan kondisi tempatnya bersekolah.

Siswa yang dinilai mampu untuk menyesuaikan diri merupakan siswa yang dapat mengatasi permasalahan mengenai ketidakselarasan antara apa yang menjadi kebutuhan dirinya dengan kondisi atau keadaan yang sesungguhnya mengenai tempat lingkungan sekolah. Hal ini sesuai dengan teori mengenai dimensi menurut Haber & Runyon (dalam Jannah, 2013) mengungkapkan bahwa seseorang yang mampu dengan mudah beradaptasi memiliki beberapa dimensi yakni 1) dapat mempersepsikan suatu realita; 2) memiliki kemampuan dalam

mengatasi stress dan kecemasan; 3) mempunyai aura positif dalam dirinya; 4) dapat mengekspresikan apa yang sedang dirasakan; serta 5) dapat menjalin suatu hubungan interpersonal yang baik.

Penelitian yang dilaksanakan ini bertujuan untuk mengetahui adanya suatu hubungan antara bentuk penyesuaian diri dengan persepsi terhadap *school well-being* siswa SMP di Sidoarjo. Manfaat teoritis dari diadakannya penelitian ini ialah memberikan berbagai informasi tambahan mengenai ilmu psikologi yang khususnya psikologi pendidikan, dan juga dapat menambah informasi mengenai bentuk penyesuaian diri dengan *school well-being* pada siswa-siswi SMP sehingga dapat dijadikan bahan pengembangan maupun evaluasi terkait *school well-being* pada siswa- siswi SMP.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 159 siswa SMP. Sampel pada penelitian ini berjumlah 114 siswa SMP X di Sidoarjo. Alat ukur yang diperlukan dalam penelitian ini ialah: 1) Skala dalam *school well-being* didasarkan pada teori Konu & Rimpela (2002) yang dibuat oleh peneliti dengan jumlah 38 aitem; 2) skala penyesuaian diri berdasarkan teori Haber & Runyon (dalam Jannah, 2013) yang dibuat oleh peneliti dengan jumlah 26 aitem. Teknik analisis data yang sesuai dengan penelitian ini ialah analisis *product moment* dimana bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Untuk menguji korelasi antar variabel dependen dan independen menggunakan Teknik korelasi *product moment* dikarenakan uji prasyarat yang sudah dilaksanakan memperlihatkan hasil data yang linier dan berdistribusi normal.

Hasil Penelitian

Berdasarkan data penelitian yang telah didapatkan lewat sampel penelitian maka dilakukan analisis data pada masing-masing variabel untuk mengetahui tingkatan pada masing-masing sampel.

Tabel Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Mean	Standart Deviation
School Well-being	114	110,9	11,079
Penyesuaian Diri	114	74,65	7,561

Sumber : Output Statistic Program SPSS versi 25 for Mac OS X

Melalui data analisis deskriptif tersebut, data yang diperoleh dari masing-masing responden dapat dikategorisasikan sebagai tingkat *school well-being* dan tingkat penyesuaian diri pada siswa SMP X di Sidoarjo.

Tabel Analisis Data Persepsi terhadap School Well-being

No.	Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
1.	Tinggi	$M + 1SD \leq X$	19	16,7%
2.	Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	78	68,4%
3.	Rendah	$X < M - 1SD$	17	14,9%

Sumber : Output Statistic Program SPSS versi 25 for Mac OS X

Mengacu pada tabel analisis data persepsi terhadap pelaksanaan *school well-being*, diketahui 19 siswa pada *school well-being* yang tinggi pada persentase 16,7%. 78 siswa pada *school well-being* sedang pada persentase 68,4%, dan 17 siswa pada *school well-being* rendah pada persentase 14,9%.

Tabel Analisis Data Penyesuaian Diri

No.	Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
1.	Tinggi	$M + 1SD \leq X$	17	14,9%
2.	Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	94	82,5%
3.	Rendah	$X < M - 1SD$	3	2,6%

Sumber : Output Statistic Program SPSS versi 25 for Mac OS X

Mengacu pada tabel analisis data penyesuaian diri, diketahui 17 siswa berada pada tingkat penyesuaian diri yang tinggi dengan persentase 14,9%. 94 siswa dengan tingkat penyesuaian diri yang sedang dengan persentase 82,5%, dan 3 siswa dengan tingkat penyesuaian diri yang rendah dengan persentase 2,6%.

Tabel Hasil Uji Korelasi Product Moment

r	Sig.	Keterangan
0,649	0,000	Signifikansi (< 0,05)

Sumber : Output Statistic Program SPSS versi 25 for Mac OS X

Hasil dari perhitungan korelasi *product moment* yang dibantu SPSS versi 25 for Mac OS X diperoleh skor dengan angka 0,649 dengan angka signifikansi yaitu $p = 0,000 < 0,01$. Dapat disimpulkan ada hubungan yang positif dan sangat signifikan diantara penyesuaian diri dengan persepsi terhadap *school well-being*. Artinya dengan penyesuaian diri yang tinggi, maka akan semakin baik persepsi siswa terhadap *school well-being*. Sebaliknya, jika penyesuaian diri siswa rendah, maka yang terjadi semakin buruk persepsi siswa terhadap *school well-being*.

Tabel Hasil Uji Regresi Linier

r	R
0,649	0,421

Sumber : Output Statistic Program SPSS versi 25 for Mac OS X

Besarnya nilai koefisien regresi juga dapat diketahui bahwa penyesuaian diri terhadap persepsi *school well-being* siswa memberikan sebuah sumbangan efektif (SE) sebanyak 0,421. Dapat diketahui penyesuaian diri memiliki pengaruh sebesar 42,1% terhadap *school well-being* pada siswa SMP X di Sidoarjo. Sedangkan 57,9% dapat dipengaruhi pula oleh faktor lain.

Pembahasan

Penelitian *school well-being* ini dilakukan pada siswa SMP X berlokasi di Sidoarjo dengan peserta sejumlah 114 siswa yang terbagi dalam 6 kelas. Hasil uji korelasi *product moment* yang telah dilakukan diperoleh hasil nilai $r_{xy} = 0,649$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,01$. Dari data tersebut dapat diketahui tentang adanya suatu hubungan positif yang sangat signifikan diantara variabel penyesuaian diri dengan variabel persepsi terhadap *school well-being* pada siswa SMP X di Sidoarjo.

Analisis deskriptif yang dilakukan mengenai kategori persepsi terhadap *school well-being* di SMP X diketahui berada pada kategori sedang dengan jumlah 78 siswa dan nilai persentase 68,4%. Sedangkan analisis deskriptif mengenai penyesuaian diri di SMP X berada pada kategori sedang dengan jumlah 94 siswa dan nilai persentase 82,5%. Nilai dan jumlah persentase tersebut menunjukkan bahwa dalam kehidupan di sekolah, persepsi baik akan *school well-being* tidak akan menyebabkan munculnya suatu hambatan dalam proses belajar

karena siswa dapat menyesuaikan diri dengan keadaan di sekolah.

Siswa dengan persepsi baik akan *school well-being* tidak sepenuhnya memperlakukan kondisi lingkungan sekolah, artinya bahwa lingkungan sekolah yang menjadi tempat belajar sudah dapat memenuhi kebutuhan dasar dari segi kenyamanan lingkungan fisik, kepuasan terhadap layanan yang diberikan, dan ketepatan proses pembelajaran yang diterapkan. Hubungan sosial yang terjalin di lingkungan sekolah dapat membuat siswa menjadi lebih mampu untuk mengevaluasi diri karena mendapatkan dukungan sosial. Tidak hanya pada bentuk situasi di lingkungan belajar dan hubungan sosial, pemenuhan diri juga dapat diamati melalui seperti apa pihak sekolah dalam menyediakan ruang bagi para siswanya agar lebih mampu meningkatkan prestasi dan keterampilan. Guru juga memberikan bimbingan maupun dorongan bagi siswa sehingga keberadaan dirinya merasa diapresiasi di lingkungan sekolah. Hal tersebut selaras dengan yang diungkapkan oleh Konu & Rimpela (2002) bahwa bagi siswa-siswi sekolah, pencapaian serta penghargaan terhadap prestasi yang telah didapatkan akan mampu menaikkan kepuasan untuk terus menjalani kehidupannya bersekolah. Selain itu, kesehatan siswa juga diperhatikan guna menunjang keberhasilan proses pembelajaran. Maka dari hal itu, persepsi terhadap *school well-being* dapat dipengaruhi melalui pemenuhan apa saja yang didapatkan siswa ketika berada di lingkungan sekolah.

Uji regresi juga dilakukan demi mengetahui seberapa besar pengaruh suatu bentuk penyesuaian diri terhadap *school well-being*. Hasilnya, penyesuaian diri memiliki sumbangan efektif sebesar 0,421. Artinya variabel penyesuaian diri memiliki sumbangan sebesar 42,1% terhadap variabel persepsi terhadap *school well-being*. Besarnya kontribusi dari sumbangan efektif variabel penyesuaian diri terhadap variabel persepsi terhadap *school well-being* dapat diartikan bahwa kehidupan di sekolah tidak lepas dari tingkat penyesuaian diri siswa.

Definisi dari penyesuaian diri ialah salah satu hal yang penting dan harus dimiliki oleh masing-masing siswa. Ketika siswa dihadapkan dengan keadaan yang tidak diinginkan seperti sarana prasarana sekolah yang tidak memadai, tidak adanya ruang bagi siswa untuk melakukan pengembangan diri, hubungan sosial yang tidak terjalin dengan baik, dan kesehatan siswa yang bermasalah, sehingga dengan adanya penyesuaian diri yang baik dapat membantu siswa untuk memberikan reaksi positif dalam mengatasi permasalahan tersebut. Penyesuaian diri yang dimiliki juga dapat membantu individu untuk mampu menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berubah, dimana ketika individu merasa dirinya sesuai dengan lingkungan sekitarnya, maka kepuasan dan kebutuhannya terpenuhi (Haber & Runyon, 1984).

Kesimpulan

Penelitian tentang penyesuaian diri dan persepsi terhadap *school well-being* kepada siswa- siswi SMP di Sidoarjo merupakan jenis penelitian kuantitatif. Sedangkan jumlah dari partisipan dalam penelitian berjumlah 114 siswa. Pemilihan partisipan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* yang memiliki kriteria, yakni 1) siswa kelas 7, 8, 9 SMP X yang berlokasi di Sidoarjo; 2) memiliki jenis kelamin laki-laki dan juga perempuan. Berdasar hasil dari analisis data, dari penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa didapatkan suatu hubungan positif yang begitu signifikan antara bentuk penyesuaian diri dan persepsi terhadap *school well-being* pada siswa-siswi SMP di Sidoarjo. Hasil dari penelitian tentang hal ini yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa semakin tinggi dalam bentuk penyesuaian diri, maka akan semakin baik persepsi para siswa terhadap *school well-being*. Sedangkan, jika bentuk penyesuaian diri siswa rendah, maka akan semakin buruk persepsi para siswa terhadap *school well-being*.

Referensi

Depdiknas. (2003). Undang-undang RI No. 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

- Haber, A., & Runyon R.P. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Jannah. (2013). Uji Validitas Konstruk pada Instrumen Penyesuaian Diri Haber & Runyon 1964 dengan Metode *Confirmatory Factor Analysis*. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(6), 422-433.
- Konu, A.I., & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: A conceptual model. *Health Promotion International*, 7(1), 79-87.
- Marin, P., & Brown, B. (2008). The School Environment And Adolescent Well-Being: Beyond Academics. *Trend Childs Research Brief*, 26. November.
- Smith, M.K. (2010). *Teori Pembelajaran dan Pengajaran: Mengukur Kesuksesan Anda dalam Proses Belajar Mengajar Bersama Psikolog Pendidikan Dunia*. Jogjakaerta: Mirza Media Pustaka.