

HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA KELAS VII SMP  
NEGERI I JUWANA

Harnung, Wiwik Kusdaryani, G. Rohastono Adjie  
Universitas PGRI Semarang  
[harnung1123@gmail.com](mailto:harnung1123@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana dilatarbelakangi oleh rendahnya konsep diri pada siswa serta masih banyak siswa yang masih kurang menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *ex-postfacto*. Populasi data penelitian ini sejumlah 144 siswa, meliputi kelas VII A dan VIIB. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh (*sampling sensus*) yaitu dengan mengambil semua jumlah populasi untuk dijadikan sebagai penelitian. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala konsep diri dan skala penyesuaian diri. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (1) Ada hubungan yang negatif dan signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian Diri. Hal ini berarti semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya semakin rendah konsep diri maka akan semakin tinggi penyesuaian diri. (2) Hasil uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,300. Nilai tersebut berarti 30% perubahan variabel penyesuaian diri (Y) dapat diterangkan oleh konsep diri (X), sedangkan 70% dijelaskan oleh variabel yang lain. (3) Tingkat penyesuaian diri dan konsep diri tergolong dalam kategori rendah dengan hasil presentasi 36% dan 42%. (4) Uji linieritas dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara variabel konsep diri dan penyesuaian diri. Berdasarkan uji linieritas antara konsep diri dan penyesuaian diri diperoleh nilai signifikansi yaitu sebesar 0,098. Dengan nilai *sig. deviation from linierity*  $> 0,05$ , dalam dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara konsep diri dan penyesuaian diri.

**Kata Kunci: Penyesuaian Diri, Konsep Diri**

## PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya adalah proses pematangan kualitas hidup. Melalui proses tersebut diharapkan manusia dapat memahami apa arti dan hakikat hidup, serta untuk apa dan bagaimana menjalankan tugas hidup dan kehidupan secara benar. Namun pada kenyataannya, sistem pendidikan di Indonesia sampai saat ini masih menggunakan nilai dari tes atau evaluasi belajar terhadap materi yang diberikan sebelumnya untuk menunjukkan penguasaan dan kemajuan terhadap anak didik, yang menyebabkan munculnya pandangan terhadap masyarakat, pengajar, dan bahkan orang tua bahwa prestasi belajar hanya pada nilai yang tinggi dalam membimbing dan mengajar dalam memberikan pelayanan pendidikan yang lebih mudah dan efisien supaya tidak memihak satupun dalam jenjang pendidikan.

Menurut Desmita, (2009: 192-193) penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang di alaminya. Ali dan Asrori (2011, p.175) juga menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Setiap individu memiliki konsep dirinya masing-masing, Baumeister dan Tice (2015:182) mengemukakan bahwa konsep diri adalah suatu keyakinan individu terhadap dirinya sendiri, meliputi atribut diri, refleksi diri dan perbandingan sosial. Konsep diri sebagai kesan individu terhadap dirinya sendiri, meliputi dari pendapatnya tentang diri sendiri, pendapatnya tentang gambaran dirinya di mata orang lain dan pendapat tentang hal-hal yang dapat dicapainya.

Menurut Desmita (2007: 164) konsep diri dapat digambarkan sebagai sistem operasi yang menjalankan komputer mental yang mempengaruhi kemampuan berpikir seseorang. Setelah ter-install, konsep diri akan masuk ke pikiran bawah sadar dan akan berpengaruh tingkat kesadaran seseorang pada suatu waktu. Semakin baik atau positif konsep diri seseorang maka akan semakin mudah ia mencapai keberhasilan. Sebab, dengan konsep diri yang baik atau positif seseorang akan bersikap optimis, berani mencoba hal-hal baru, berani sukses dan berani juga gagal, penuh percaya diri, bersikap dan berpikir secara positif. Sebaliknya, semakin jelek dan negatif konsep diri, maka akan semakin sulit seseorang untuk berhasil. Konsep diri adalah pemahaman tentang diri sendiri yang timbul akibat interaksi dengan orang lain. Konsep diri merupakan faktor yang menentukan (determinan) dalam komunikasi kita dengan orang lain (Riswandi, 2013: 64). Konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini bisa bersifat psikologis, sosial dan fisik, menurut William D Brooks dalam Jalaludin Rakhmat (2015: 98).

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat disimpulkan bahwa peneliti tertarik melakukan penelitian dalam hal ini ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri yang berkaitan dengan judul "Hubungan antara Konsep Diri dengan

Penyesuaian Diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana". Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan siswa kelas Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan siswa kelas VII di SMP N 1 Juwana yakni siswa merasa kesulitan dalam penyesuaian diri tertentu khususnya terhadap lingkungan baru siswa merasa kesulitan beradaptasi dalam hal komunikasi sosial, perilaku yang introvert, dan kurang percaya diri.

Dalam penelitian ini peneliti membatasi permasalahan, sehingga ruang lingkup yang dituju menjadi lebih spesifik sehingga menghasilkan penelitian yang efektif. Masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII di SMP N 1 Juwana. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMP Negeri I Juwana. Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis: Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai bahan acuan di bidang penelitian atau sebagai bahan pengembangan apabila akan dilakukan penelitian yang sejenis. Memberikan informasi kepada pihak sekolah tentang konsep diri dengan penyesuaian diri yang dialami siswa selama pembelajaran. Siswa dapat mengidentifikasi dan mengatasi konsep diri dengan penyesuaian diri yang dialami selama pembelajaran. Dapat menjadi masukan bagi guru pembimbing agar mampu mendorong siswa untuk mengatasi konsep diri dengan penyesuaian diri yang dialami. Bagi Peneliti Dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran dan pengembangan ketrampilan bagi peneliti.

## **KAJIAN TEORI**

### **Pengertian Konsep Diri**

menurut Pamily (Desmita, 2009: 164) mendefinisikan konsep diri sebagai sistem yang dinamis dan kompleks dari keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya, termasuk sikap, perasaan, persepsi, nilai-nilai, dan tingkah laku yang unik dari individu tersebut. Menurut Pamily konsep Selanjutnya menurut Syam (2012: 59) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi konsep diri, diantaranya:

Pola asuh orang tua Pola asuh orang tua menjadi faktor yang signifikan dalam mempengaruhi konsep diri yang terbentuk. Sikap positif orang tua yang terbaca oleh anak, akan menimbulkan konsep dan pemikiran yang positif serta menghargai diri sendiri. Sedangkan, sikap negatif orang tua akan mengundang pertanyaan pada anak dan menimbulkan asumsi bahwa dirinya tidak cukup berharga untuk dikasihi, untuk disayangi dan dihargai, dan semua akibat kekurangan yang ada padanya sehingga orang tua tidak menyayangnya.

Kegagalan yang dialami secara terus-menerus sering kali menimbulkan pertanyaan kepada diri sendiri dan berakhir dengan kesimpulan bahwa semua penyebabnya terletak pada kelemahan diri. Kegagalan akan membuat orang merasa dirinya tidak berguna.

Metode penelitian ini adalah metode korelasional dengan menggunakan analisis regresi yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa berdasarkan angket korelasinya. Penelitian ini termasuk penelitian *ex-post facto* dimana data yang dihasilkan itu berupa angka yang termasuk dalam penelitian

kuantitatif sampel yang digunakan berjumlah 180 siswa . Sugiyono (2015: 193) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan cara wawancara, angket, dan observasi. skoring menggunakan skala likert dengan empat alternative jawaban yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

### **HASIL PENELITIAN DAN SIMPULAN**

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana. Hasil tersebut ditunjukkan nilai  $t$  hitung lebih dari  $t$  tabel ( $-5,032\% > 2,001\%$ ) dengan nilai signifikan 5% ( $0,000 < 0,05$ ). Angka tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel konsep diri dengan penyesuaian diri. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) yaitu sebesar 0,300. Nilai tersebut berarti 30% perubahan variabel penyesuaian diri (Y) dapat diterangkan oleh konsep diri (X), sedangkan 70% dijelaskan oleh banyaknya faktor eksternal maupun faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana. Faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian di duga turut mempengaruhi penyesuaian diri pada siswa, diantaranya faktor penyesuaian diri meliputi: faktor lingkungan 10%, faktor psikologis 30%, faktor kematangan emosi 29%, faktor fisik 12%, faktor moral 19%. (Samiroh & Muslimin, 2015: 17).

Berdasarkan pengujian data dan uraian di atas, peneliti telah melakukan penelitian yang dapat membuktikan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Juwana. Variabel konsep diri dan penyesuaian diri memiliki hubungan negatif yang signifikan, dimana semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah konsep diri siswa, sebaliknya apabila konsep diri rendah maka akan semakin tinggi penyesuaian diri pada siswa. Hal tersebut dapat dibuktikan sesuai dengan hipotesis yang telah

### **SIMPULAN**

Ada hubungan signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Hal ini berarti semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya semakin rendah konsep diri maka akan semakin tinggi penyesuaian diri. Hasil uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,300. Nilai tersebut berarti 30% perubahan variabel penyesuaian diri (Y) dapat diterangkan oleh konsep diri (X), sedangkan 70% dijelaskan oleh variabel yang lain

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Asra, Abuzar dan Achmad Prasetyo. 2015. *Pengambilan Sampel dalam Penelitian Survei*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

- Baron dan Branscombe. (2012). *Social Psychology*. Thirteenth Edition. Pearson Education, Inc.
- Baron, R., & Byrne, D. (2003). *Psikologi Sosial jilid II (edisi 10)*. Jakarta: Erlangga.
- Chairunnisa, M., Afriani, M., & Sitorus, M. A. (2019). Hubungan Pengetahuan, Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Penggunaan NAPZA Pada Remaja Provinsi Sumatera Utara (Analisis Data Sekunder SRPJMN Tahun 2017). *JURNAL DIVERSITA*, 5(2), 86-94.
- Ferdinand, A. (2014). *Metode penelitian manajemen: Pedoman penelitian untuk penulisan skripsi, tesis, dan disertasi ilmu manajemen (5th ed.)*. Semarang:Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Walgito, B. (2003). Hubungan kontrol diri dan persepsi remajaterhadap Penerapan disiplin orangtua dengan Prokrastinasi akademik. *Magister), Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta*.
- Gulo, W. 2002. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Hanifa, H. P., & Muslikah, M. (2019). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI KEPATUHAN TERHADAP TATA TERTIB SEKOLAH. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 136-153.
- Hendriyadi & Suryani. 2016. *Metode Riset Kuantitatif: Teori dan Aplikasi pada Penelitian Bidang Manajemen dan Ekonomi Islam*. Jakarta: Prenada Me
- Hermawan, Iwan. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan : Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Method*. Kuningan: Hidayatul Quran Kuningan.
- Istijanto, 2009. *Aplikasi Praktis Riset Pemasaran*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Jalaluddin Rakhmat. (2003). *Psikologi Komunikasi*. Edisi Revisi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Jiang, Y., Bong, M., & Kim, S. I. (2015). Conformity of Korean adolescents in their perceptions of social relationships and academic motivation. *Learning and Individual Differences*, 40, 41-54.
- Kiling, B. N., & Kiling, I. Y. (2015). Tinjauan konsep diri dan dimensinya pada anak dalam masa kanak-kanak akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan BimbinganKonseling*, 1(2), 116-124.
- M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta:Ar-Ruzz Media.
- Margono. 2004. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. Miftahul Jannah. (2016). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*. 1(1), 243-255.

