

## **PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI KELAS 7 DI SMP ISLAM EXCELLENT AS SYAFI'AH NGANJUK**

Umma Ainun Zahro

Uin Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

Ummaainun71@gmail.com

### *Abstract*

Students who have just entered the Islamic boarding school must be able to adapt themselves. They must participate in all activities that exist at the Islamic boarding school, both formal and non-formal. Besides that, students must adapt well, so social support is needed from people around the students, but the social support given to students is not always optimal, this causes students to have difficulty adjusting themselves. The purpose of this study was to determine the effect of social support on the adjustment of new students in grade 7 at the SMP Islam Excellent As Syafi'ah Nganjuk. This study uses a quantitative with a correlational type that is measured using two scales, namely social support and self-adjustment. The subjects in this study were new students in grade 7 Islamic Middle School Excellent As Syafi'ah Nganjuk. totaling 158 students.

The results in this study indicate that there is an influence of social support on self-adjustment. Social support has a significant effect on adjustment with a sig value of <0.05 (0.000 <0.05) and social support affects adjustment with a percentage value of 32.1%.

Keywords: Social Support, Adjustment, New Student

### **PENDAHULUAN**

Monks, Knoers dan Haditono berpendapat bahwa masa peralihan perkembangan manusia dari usia kanak -kanak menjadi dewasa disebut juga sebagai masa remaja. Biasanya, hal tersebut ditandai dengan perubahan bentuk tubuh seperti halnya orang dewasa. Akan tetapi jika remaja diperlakukan sama seperti orang dewasa ia belum bisa menunjukkan sikap kedewasaannya. Pada fase remaja biasanya individu mengalami kegelisahan, ketakutan, kebingungan dan konflik dalam diri mereka saat mereka masih mencari jati dirinya agar dapat diterima di masyarakat

Umumnya, manusia menemukan jati dirinya ketika memasuki usia remaja. Perkembangan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti teman sebaya, keluarga, dan masyarakat. Tumbuh kembang remaja akan optimal jika kebutuhan dasarnya seperti kebutuhan fisik

dan kebutuhan psikis dapat terpebuhi. Masa remaja adalah masa dimana awal perubahan fisik terjadi dengan sangat cepat. Individu yang memasuki masa remaja akan mulai mencari identitas pada dirinya yang akan menentukan arah hidupnya.

Seorang remaja masih dikatakan labil dalam menentukan sebuah keputusan, sehingga dapat membuat remaja terpengaruh dengan lingkungan sekitar dan menyebabkan seorang remaja melakukan penyimpangan norma. Karena hal tersebut membuat orang tua memutuskan memasukkan anaknya ke pondok pesantren.

Lembaga pendidikan seperti pondok pesantren, memiliki sistem pembelajaran yang memiliki perbedaan dengan sekolah umum. Pondok pesantren memiliki sistem pendidikan yang mengajarkan siswa atau santri (sebutan untuk siswa di pondok pesantren) untuk mengkaji ilmu – ilmu agama. Tujuan dilakukannya sistem pembelajaran tersebut yaitu agar santri yang menimba ilmu di pondok pesantren tidak hanya memperoleh ilmu pengetahuan umum, namun dapat memperdalam ilmu – ilmu agama. Di dalam lingkup pondok pesantren terdapat kyai yang menjadi pengasuh, pengurus, ustaz ustadzah, dan santri.

Latar belakang yang dimiliki tiap santri berbeda, mulai dari asal santri tersebut, Bahasa daerah yang dipakainya, tingkat ekonomi, maupun usianya. Aktivitas seorang santri diatur oleh pondok pesantren, mulai dari bangun tidur hingga waktu tidur para santri harus mengikuti seluruh kegiatan di pondok pesantren setiap harinya. Santri yang pertama kali masuk di lingkungan pondok pesantren ia akan memasuki kelompok yang baru, dimana individu akan bertemu dengan orang – orang baru bagi mereka serta menghadapi aturan – aturan lingkungan pondok pesantren yang berbeda dengan lingkungan dirumah. Dengan kondisi tersebut dapat dilihat bagaimana usaha individu untuk dapat mematuhi aturan – aturan baru yang ada dan bagaimana individu mampu untuk berinteraksi di lingkungan barunya. Dengan kata lain santri yang ada di pondok pesantren diharuskan untuk dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru.

Scheneiders menjelaskan pengertian dari penyesuaian diri adalah sebuah proses yang dimiliki tiap individu yang bersifat secara dinamis dengan tujuan untuk mengubah perilakunya dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat terbangun hubungan yang sesuai. Sunarto dan Hartono berpendapat bahwa penyesuaian diri dan adaptasi adalah hal yang sama. Dalam proses penyesuaian diri, seorang santri akan belajar memecahkan masalah pada dirinya dengan kondisi serta tuntutan lingkungannya.

Penyesuaian diri adalah suatu hal yang penting agar terciptanya kesehatan mental yang baik untuk seorang individu. Kegagalan tercapainya kebahagian individu salah satunya disebabkan sulitnya menempatkan diri dengan sesuai. Permasalahan dalam penyesuaian diri yang ada di lingkungan santri adalah kegiatan dan lingkungannya, yang mana kegiatan di pondok pesantren jauh lebih banyak dibandingkan kegiatan ketika berada dirumah, hal tersebut mengakibatkan santri sulit untuk membagi waktu antara belajar formal dan non formal.

Selain kegiatan yang terdapat di dalam pondok pesantren, lingkungan sekitar pesantren turut menjadi permasalahan dalam penyesuaian diri. Setiap manusia memiliki kebiasaan dan watak yang berbeda. Perbedaan tersebutlah yang menjadikan setiap santri kesulitan untuk beradaptasi dan melakukan penyesuaian diri, baik dengan lingkungan maupun individu lain seperti teman atau dengan kakak kelasnya. Santri yang tinggal di pondok pesantren biasanya berasal dari beberapa tingkatan yaitu SMP dan SMA dan biasanya siswa SMP yang masih berstatus santri baru segan untuk berinteraksi dengan kakak kelasnya.

Sullivan menyatakan bahwa jika individu dapat diterima oleh orang sekitar maka individu tersebut dapat menghargai dan menerima dirinya, namun jika ia merasa ditolak oleh orang sekitar karena keadaan dirinya maka ia akan sulit untuk menerima dirinya sendiri. Remaja sangat membutuhkan penghargaan dari orang lain untuk meningkatkan kemampuannya

dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Meningkatnya penyesuaian tersebut membuat remaja merasa dibutuhkan dan diterima oleh lingkungannya

Sunarto dan Hartono berpendapat, menurutnya individu yang mampu menempatkan diri dengan baik umumnya memiliki karakteristik untuk dapat mengontrol emosi, tidak mudah frustasi, mampu berpikir secara rasional dan pertimbangannya, pengarahan diri yang baik, dapat menghargai pengalaman, dan dapat bersikap realistik serta objektif. Itu sebabnya, pentingnya dukungan sosial untuk santri terutamanya bagi santri baru agar dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain untuk memberikan rasa keamanan dan kenyamanan kepada individu, sehingga ia merasa dicintai, dihargai, serta diperhatikan. Dukungan sosial bisa didapatkan dari keluarga, teman sebaya, dan orang sekitar di lingkungan pondok pesantren seperti pengasuh, pengurus, serta teman sebaya.

Hurlock menyatakan bahwa seorang individu akan mengalami masa krisis yang menunjukkan pembelokan dalam hal perkembangannya. Krisis yang dialami oleh individu yang bertempat tinggal di pondok pesantren berkaitan dengan kegiatan yang ada di pesantren baik formal maupun non formal. Untuk dapat menghadapi masa krisis remaja membutuhkan dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan orang sekitar individu.

Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya bisa dengan memberikan arahan yang berhubungan dengan apa yang akan dilakukan oleh individu untuk berinteraksi dengan orang sekitar. Selain itu teman sebaya dapat memberikan feedback atau timbal balik atas apa yang individu lakukan serta dapat memberikan sebuah peran dalam menyelesaikan konflik yang ada dalam dirinya untuk bisa membentuk jati diri yang optimal. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Novia Damayanti dan kawan – kawan di pondok pesantren Sunan Drajad Lamongan dapat dilihat adanya pengaruh dukungan social terhadap penyesuaian diri santri baru terutama dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya.

Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Shania Aisyah di panti asuhan Akhlaqul Karimah Malang menghasilkan bahwasannya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh orang – orang sekitar kepada individu maka semakin tinggi pula tingkat kemampuan penyesuaian diri seorang individu. Penelitian dari Mukhodatul Afidah yang berjudul “Pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMA NU Model Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Sungelebak, Karanggeneng, Lamongan” mendapatkan hasil penenlitian yaitu semakin baik dukungan sosial yang diberikan oleh orang sekitar maka penyesuaian diri santri akan baik pula.

Berdasarkan hasil observasi dan melakukan tanya jawab kepada salah satu guru yang berada di SMP Islam Excellent As Syafi’ah Mojosari Nganjuk mengungkapkan bahwabanyak santri baru yang mengalami culture shock, dimana mereka merasakan perbedaan lingkungan yang sangat berbeda ketika mereka berada di pondok pesantren dengan dirumah. Banyak santri baru yang beranggapan bahwasannya ketika ia berada dipondok mereka akan bebas dari jangkauan orang tua, akan tetapi kenyataannya ketika mereka berada di pondok pesantren lingkungannya jauh lebih ketat karena peraturan – peraturan yang ada di pondokpesantren dan mereka akan selalu diawasi oleh pengasuh maupun pengurus.

Sehingga mereka merasa tidak bebas dalam menjalani kehidupan sehari hari denganadanya peraturan – peraturan yang ada di pondok pesantren, jika mereka melanggar peraturan yang ada di pondok pesantren maka akan dikenakan takziran atau hukuman yang menyebabkan santri dipandang tidak baik atau memiliki image buruk dihadapan pengurus dan pengasuh. Selain itu juga mereka kesulitan untuk membagi waktu belajar antara pendidikan formal maupun non formal. Dengan adanya dukungan sosial dari orang terdekat individu diharapkan dapat membantu proses penyesuaian diri individu

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan dua variabel yakni dukungan sosial yang akan menjadi

variabel bebas dan penyesuaian diri yang akan menjadi variabel terikat. Dalam penelitian ini menggunakan metode korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat dan apabila ada pengaruh berapa tingginya pengaruh serta berarti tidaknya pengaruh tersebut. Dengan populasi sebanyak 282 siswa, dan sampel 158. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. HASIL

Tabel 4.1 Hasil Uji T

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Independent Variabel</i>	T	Signifikansi
Penyesuaian Diri	Dukungan Sosial	8,579	0,000

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai signifikansi dari dukungan sosial adalah 0,000 dan memiliki nilai Thitung sebesar 8,579. Dasar pengambilan keputusan dari uji T adalah apabila nilai  $sig < 0,05$  maka terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi dari uji T variabel dukungan sosial lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri kelas 7 SMP Islam *Excellent As Syafi'ah Nganjuk*.

Tabel 4.2 Uji R Square

<i>Dependent Variabel</i>	<i>Independent Variabel</i>	R Square
Penyesuaian Diri	Dukungan Sosial	0,321

Dari tabel diatas didapatkan hasil bahwa variabel dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar ( $R = 0,321$ ) atau dengan kata lain 32,1 %. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa kontribusi pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel penyesuaian diri sebesar 32,1% dan 67,9% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang

tidak diteliti dalam penelitian ini

b. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang telah diperoleh diatas dapat diperoleh bahwa tingkat dukungan sosial santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah* ( Yayasan Pondok Pesantren Al Mardliyah Mojosari Nganjuk) 25 responden berada pada kategori rendah, 112 responden berada pada kategori sedang, dan 21 responden pada kategorisasi tinggi. Sedangkan tingkat penyesuaian diri santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah* ( Yayasan Pondok Pesantren Al Mardliyah Mojosari Nganjuk) 21 responden berada pada kategori rendah, 116 responden berada pada kategori sedang, dan 21 responden pada kategorisasi tinggi. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial dan penyesuaian diri pada santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah* Nganjuk mayoritas berada pada kategori sedang.Berdasarkan hasil tersebut dijelaskan bahwa variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah* Nganjuk Sebagian besar berada pada kategori sedang. Artinya sebagian besar siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah* Nganjuk memiliki dukungan sosial yang cukup bagi dirinya dan lingkungan yang cukup mendukung bagi santri baru.Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mukhodatul Afidah (2017) di SMA NU 1 Model Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Sungelabak, Karanggeneng, Lamongan yang mendapatkan hasil tingkat kategorisasi penyesuaian diri paling besar berada di kategorisasi sedang dengan jumlah presntase sebesar 70% dan tingkat kategorisasi dukungan sosial paling besar berada di ketegorisasi sedang dengan jumlah presentase sebesar 72,5%. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin besar tingkat dukungan sosial yang diberikan maka besar pula tingkat penyesuaian diri individu. Pernyataan tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Inggit Poppy

Meitriana Buamona di Ma'had UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial yang didapatkan oleh individu tinggi maka akan berpengaruh pada penyesuaian diri yang dialami individu. Dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan hasil bahwa hipotesis penelitian yakni “ Ada pengaruh dukungan terhadap penyesuaian diri santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi'ah Nganjuk* ” diterima. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil uji T yang menunjukkan hasil yakni nilai T sebesar 8,579 dan nilai signifikansi sebesar 0,000, hal ini berarti menunjukkan bahwa pengaruh dukungan sosial yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri. Adapun pada hasil uji R square didapatkan hasil r hitung sebesar 0,566 dengan prosentase sebesar 32,1%. Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa varibel dukungan sosial mempengaruhi varibel penyesuaian diri sebesar 32,1% dan sisanya yakni 67,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Hasil penelitian milik Shania Aisyah yang meniliti pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri remaja Panti Asuhan Akhlaqul Karimah Malang sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Asmalia Alnadi yang meneliti tentang pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri. Untuk mencapai penyesuaian diri yang baik, maka santri yang berada di pondok pesantren memerlukan dukungan sosial yang baik pula dari orang sekitar seperti orang tua, pengasuh, pengurus, guru serta teman – teman sesama penghuni pondok pesantren. Menurut Smet mengatakan jika individu merasa didukung oleh lingkungan sekitar maka individu akan mudah dalam menghadapi permasalahan. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh Dagun yang mengatakan bahwa

dukungan sosial yang diberikan kepada remaja dapat membantu dalam penyesuaian diri yang lebih baik dan dapat membentuk kepribadian remaja yang tangguh dalam menghadapi berbagai tuntutan di lingkungan di masa selanjutnya. Berdasarkan pemaparan diatas dan hasil penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri baru siswa kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi’ah* Nganjuk

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh pada bab pembahasan yang berkaitan mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian santri kelas 7 di SMP Islam *Excellent As Syafi’ah*, Nganjuk maka dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial dan penyesuaian diri pada santri baru siswa kelas 7 SMP Islam *Excellent As Syafi’ah* Nganjuk berada pada kategorisasi sedang dengan presentase variabel dukungan sosial sebesar 71% dan presentase variabel penyesuaian diri sebesar 74%.

Dan dari hasil uji hipotesis didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri baru siswa kelas 7 SMP Islam *Excellent As Syafi’ah* dengan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dengan prosentase sebesar 32,1%.

## DAFTAR RUJUKAN

- Afidah, Mukhodatul, ‘*Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Baru SMA NU 1 Model Di Pondok Pesantren Tanwirul Qulub Sungelebak Karanggeneng Lamongan*’ (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2017)
- Aisyah, Shania, ‘*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Remaja Bertempat Tinggal Di Panti Asuhan Akhlaqul Karimah Malang*’ (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021)
- Aisyah, Wahyu Nur, ‘*Pengaruh Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Rantau*’ Pengaruh Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Rantau’ (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2022)
- Azizatunnisa, Devina Nurul, ‘*Pengaruh Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Pada Masa Tatap Muka Terbatas (PTMT)*’ (UIN Sunan Gunung

Djati Bandung, 2022)

Blantoro, Rudi Nur, ‘*Pengaruh Tingkat Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Di Era New Normal*’ (STKIP PGRI PACITAN, 2022)

Buamona, Inggit Poppy Meitriani, ‘*Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Psikologi Di Mahad UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*’ (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021)

Damayanti, Novia, Muhammatul 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*, 16.1 (2021), 1–14

Estiane, Uthia, ‘Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru Di Lingkungan Perguruan Tinggi’, *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4.1 (2015), 29–40

Godly, Hilmi, ‘*Pengaruh Dukungan Sosial Dan Motivasi Intrinsik Terhadap Penyesuaian Diri: Studi Pada Pondok Pesantren Al-Furqan Tasikmalaya*’ (UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2020)

Hasmayni, Babby, ‘Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja’, *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 6.2 (2014), 98–104

Masliyah, Sri, ‘Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat’, *Jurnal Psikologi Undip*, 10.2 (2011)

Putra, Satrio Perdana, ‘*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Panti Asuhan*’ (UNIVERSITAS AIRLANGGA, 2020)

Rohmawati, Dian Ayu Putri Nur, ‘*Pengaruh Kemandirian Dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa MTs Al-Hidayah Tuban Dalam Pembelajaran Daring*’ (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2022)

Saputro, Yusup Adi, and Rini Sugiarti, ‘Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa Sma Kelas X’, *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5.1 (2021), 59–72

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitaif,Kualitatif Dan R&D, Alfabetia* (Bandung: ALFABETA, 2013)