

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sekolah merupakan lembaga pendidikan untuk membentuk watak, kepribadian dan menimba ilmu agar terbentuk siswa yang memiliki budaya luhur. Disisi lain sekolah dipandang sebagai suatu masyarakat yang utuh serta memiliki kepribadian sendiri, menjadi tempat untuk menyelenggarakan proses belajar mengajar. Sekolah juga merupakan lingkungan kedua setelah lingkungan rumah atau keluarga. Untuk dapat hidup dengan baik di lingkungan sosial, diperlukan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Begitupun dengan siswa dalam masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak – kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun (Papalia dan Olds, 2001 dalam Jahja, 2015). Sebagai makhluk sosial, remaja juga dituntut untuk memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah perilakunya dalam menghadapi kebutuhan – kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan diluar , dalam lingkungan dimana individu hidup , akan tetapi juga dituntut untuk meyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam – macam kegiatannya (Fahmi, 1977 dalam Desmita 2017).

Namun, fakta yang terjadi masih terdapat siswa yang kurang mampu menyesuaikan diri di sekolah. Kurang penyesuaian diri di sekolah dilihat dari tindakan tidak mengikuti peraturan sekolah dengan melakukan pelanggaran terhadap aturan sekolah. Fenomena siswa melanggar aturan sekolah seperti yang terjadi ketika Dinas Polisi Pamong Praja Pasuruan, Jatim berhasil merazia sejumlah siswa yang bolos sekolah di pusat game online. Hasilnya, sebanyak tujuh siswa kedapatan bermain game online di jam sekolah. Razia siswa terhadap siswa bolos sekolah tersebut dilakukan di dua lokasi game online di kompleks pertokoan Parimas Jalan Panglima Sudirman, Kota Pasuruan. (JPNN , 01 Maret 2017). Hal tersebut juga terkait dengan partisipasi terhadap aktivitas di sekolah. Siswa yang membolos berarti tidak mengikuti aktivitas sekolah yaitu kegiatan pembelajaran.

Selain itu, masih maraknya kasus yang dikarenakan relasi yang kurang baik antara siswa dengan siswa lainnya ataupun dengan guru dan anggota sekolah yang lain. Salah satu kasus yang baru – baru ini terjadi di Sampang seorang siswa kelas XI SMA Negeri 1 Torjun menganiaya guru yang berakibat sampai guru meninggal. Kasus penganiayaan terjadi karena siswa tidak terima pipinya dicoret dengan cat lukis oleh guru seni rupa Ahmad Budi Cahyono. Setelah guru menegur MH namun tidak dihiraukan. Pada saat proses belajar mengajar di ruang, siswa tersebut disebut tidak fokus mendengarkan pelajaran, dan justru mengganggu teman-temannya dengan mencoret-coret lukisan temannya (detikNews, 02 Februari 2018). Kasus lain yang terjadi karena relasi yang kurang baik seperti kasus tawuran yang terjadi di Karawang 05 Oktober 2016. Para pelajar dari dua SMK di Kabupaten Karawang SMK PGRI Lemah Abang Wadas dengan pelajar

SMK Negeri Purwasari terlibat tawuran di Jalan Tengah Sawah, Kampung Krajan, Kecamatan Purwasari, Kabupaten Karawang. Seorang siswa bernama Asep Gani (17) harus meregang nyawa akibat luka di sekujur tubuhnya. Tawuran tersebut dipicu oleh aksi saling ejek antar siswa dari kedua sekolah tersebut (detikNews, 06 Oktober 2016).

Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMKN 1 Prigen, di sekolah tersebut masih terjadi kasus pelanggaran. Diantaranya masih adanya siswa yang terlambat datang ke sekolah. Selain itu, pernah dalam satu hari terdapat lebih dari 10 siswa yang membolos sekolah. Dalam kegiatan sekolah, juga terdapat siswa yang tidak mengikuti kegiatan sekolah salah satunya adalah kegiatan upacara bendera. Siswa di sekolah tersebut juga kurang disiplin terhadap aturan seperti siswa perempuan yang membawa dan menggunakan make up ke sekolah, untuk siswa laki – laki memakai aksesoris seperti gelang serta banyak siswa yang tidak menggunakan atribut lengkap. Juga masih terjadi siswa yang membolos. Siswa banyak yang hanya berkumpul dengan teman – teman dekatnya saja, serta siswa masih kurang memiliki sopan santun terhadap guru seperti berbicara dengan nada tinggi.

Dari hasil wawancara dengan siswa di tempat penelitian, sebagian besar siswa masih kurang mampu menyesuaikan diri. Siswa di sekolah tersebut seringkali memakai atribut kurang lengkap maupun tidak sesuai ketentuan. Untuk penampilan, siswa perempuan ada yang membawa make up diantaranya memakai make up berlebihan di bagian bibir dan alis. Dalam kegiatan pembelajaran, jika guru yang mengajar disiplin maka siswa akan diam. Namun, jika guru kurang disiplin siswa kurang tertib di kelas. Dalam keikutsertaan dalam kegiatan

ekstrakurikuler siswa banyak yang tidak mengikutinya. Dan untuk hubungan dengan teman ada siswa yang hanya akrab dengan teman sekelasnya saja / teman – teman tertentu.

Masalah penyesuaian diri merupakan masalah yang penting. Karena masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya (Desmita, 2017). Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan – tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan tercipta keselarasan antara individu dengan realitas. Seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang berhasil apabila dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai *simptom* yang mengganggu, frustrasi, dan konflik (Ghufron dan Risnawita, 2016).

Apabila proses penyesuaian diri berjalan lancar dengan kata lain individu mampu menyesuaikan diri individu tidak mengalami hambatan, walaupun ada hambatan dapat diatasi dengan baik. Sebaliknya, apabila ada hambatan yang tidak dapat diatasi, hal itu dapat menimbulkan frustrasi atau penyesuaian diri yang buruk yang mengakibatkan timbulnya berbagai masalah dalam kehidupan (Fudyartanto, 2003 dalam Prawira, 2016).

Prawira (2016) menyebutkan bahwa penyesuaian diri dapat lancar atau terhambat tergantung pada individu yang bersangkutan dan faktor – faktor yang mempengaruhi. Seperti yang dikemukakan Schneider (dalam Ali dan Asrori, 2011) bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yaitu kondisi fisik, kepribadian, edukasi, lingkungan dan agama/ budaya.

Adapun salah satu unsur dari kepribadian yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah regulasi diri / *self regulation*. *Self regulation* merupakan aspek penting dalam menentukan perilaku seseorang. Berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. *Self regulation* dapat mencegah individu dari keadaan yang tidak sesuai, sehingga dapat mengarahkan kepribadian yang normal dan mampu mencapai pengendalian diri dan realisasi diri (Ali dan Asrori, 2011).

*Self regulation* dapat membuat siswa mampu dalam menyesuaikan diri yaitu patuh terhadap peraturan sekolah (Schneiders, 1964 dalam Ajeng, 2007). Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2017) bahwasannya *self regulation* berpengaruh sangat signifikan terhadap disiplin siswa. Dimana disiplin merupakan tindakan patuh terhadap peraturan (Wibowo, 2012 dalam Setiawan, 2017) yang merupakan tanda individu mampu menyesuaikan diri. Adanya *Self regulation* membuat siswa terarah dalam melangkah, lebih terencana dalam memulai serta mempermudah dalam pelaksanaannya dan siswa lebih bisa mengontrol diri terkait apa yang harus dilakukan dan bagaimana melaksanakannya (Setiawan, 2017).

Untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan tindakan yang dilakukan harus adaptif. Trentacosta dan Shaw (2009 dalam Alfiana, 2013) menyebutkan bahwa *self regulation* dapat menjadikan individu mampu mengendalikan perilaku yang maladaptif. Sehingga dengan adanya *self regulation* yang dimiliki membuat individu mampu untuk berperilaku sesuai dengan lingkungan Ketika individu

mampu melakukan *self regulation* akan dapat berperilaku secara adaptif yaitu menyesuaikan diri terhadap lingkungan (Sobur, 2016).

Dengan dimilikinya *self regulation* individu akan mampu untuk menyesuaikan diri antara keadaan objektif dirinya dengan rencana masa depannya dimana individu diharapkan mampu mempertimbangkan dan mengambil keputusan tentang masa depan dirinya sendiri baik dalam bidang pendidikan, karir, maupun budaya / keluarga / kemasyarakatan (Rahardjo dan Gudnanto, 2016). Karena dalam *self regulation* individu membangkitkan diri baik dalam pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal (Zimmerman, 1989 dalam Ghufron dan Risnawita, 2016).

Individu / siswa dalam menjalankan kehidupan di sekolah tidak terlepas dari adanya tuntutan untuk dapat melaksanakan pembelajaran dengan baik. Dalam pembelajaran tersebut seringkali siswa dituntut untuk mampu menyelesaikan permasalahan dalam proses pembelajaran yang dijalani. Seperti menyelesaikan permasalahan yang ada dalam mata pelajaran yang diajarkan. Dengan *self regulation* siswa akan mampu menyesuaikan diri yaitu mampu menghadapi tuntutan (Ghufron & Risnawita, 2016). Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Elfiadi (2015) yang menunjukkan hasil bahwa dengan semakin baiknya *self regulation* yang dimiliki siswa akan berdampak pada semakin meningkatnya kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah matematika. Selain itu, siswa yang mengatur diri / *self regulation* biasanya memiliki keyakinan yang tinggi akan kemampuan siswa dalam menyelesaikan tugas belajar dengan sukses (Ormrod, 2008). Siswa juga cenderung menjadi individu dengan penyelesaian

tugas yang lebih baik dan berprestasi secara akademik (Zimmerman, dalam Elfiadi, 2015).

Individu selalu mengalami perkembangan dalam kehidupannya. Individu dituntut untuk mampu mengikuti atau melaksanakan tugas perkembangan sesuai dengan tingkat usia individu. Bijou dan Baer (1961, dalam Fatimah, 2010) perkembangan psikologis merupakan perubahan progresif yang menunjukkan cara organisme bertingkah laku dan berinteraksi dengan lingkungannya dengan kata lain bagaimana individu menyesuaikan diri. *Self regulation* dapat membantu individu dalam perkembangannya karena *self regulation* tidak hanya terbentuk untuk mencapai tujuan saja namun juga berusaha untuk menghindari gangguan dan rangsangan emosional yang dapat mengganggu perkembangan individu (Pervin dan Oliver, 2005 dalam Yayan, Yuniarramah, dan Anward, 2016).

Individu dengan *self regulation* rendah kurang mampu dalam menyesuaikan diri. Hal tersebut ditunjukkan salah satunya dari perilaku agresi individu. Dimana agresi merupakan suatu bentuk penyesuaian diri yang salah (Fatimah, 2010). Sebagaimana dari hasil penelitian yang dilakukan Wibowo dan Nashori (2017) yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *self regulation* dan perilaku agresif pada remaja laki - laki. Hal tersebut menunjukkan bahwa bahwa semakin rendah *self regulation*, maka semakin tinggi perilaku agresif remaja begitupun sebaliknya. Tingkah laku agresi seringkali muncul sebagai reaksi emosi terhadap frustrasi (Jahja, 2015). Seperti kekerasan verbal, tawuran, ataupun *bullying* yang merupakan suatu penyimpangan tingkah laku (Prawira, 2016). Namun, ketika individu memiliki *self regulation*

yang baik niat untuk berperilaku agresif dapat dikendalikan sehingga tidak merugikan ataupun mencelakakan orang lain (Wibowo dan Nashori, 2017).

Selain itu, *self regulation* yang rendah membuat individu kurang mampu dalam menyesuaikan diri karena dalam penyesuaian individu berusaha untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungan sekitarnya, sehingga permusuhan, kemarahan, depresi, dan emosi negatif lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien dapat dihilangkan (Kartono, dalam Wulandari, 2016). Sedangkan, remaja yang memiliki *self regulation* rendah cenderung kurang mampu melaksanakan norma sosial, mengontrol perilakunya, dan mengatur emosi – emosi negatif dalam diri agar tidak merugikan orang lain (Wibowo dan Nashori, 2017).

Dari uraian diatas penulis ingin melakukan penelitian dan mengkaji lebih dalam tentang *Self Regulation* dan Penyesuaian Diri Siswa”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diambil berdasarkan latar belakang diatas adalah apakah ada hubungan *self regulation* dengan penyesuaian diri siswa?.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self regulation* dengan penyesuaian diri siswa.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah :



**1. Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang keilmuan di bidang psikologi mengenai penyesuaian diri siswa.

**2. Praktis**

Diharapkan hasil penelitian dapat digunakan sebagai tambahan informasi mengenai penyesuaian diri dan sebagai koreksi untuk dapat meningkatkan penyesuaian diri. Untuk peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan pengembangan dari penelitian tentang penyesuaian diri.