

## Peran Dukungan Sosial Guru BK Dengan Penyesuaian Diri Siswa

**Bagas Prayoga Hidayat<sup>1</sup>, Arri Handayani<sup>2</sup>, Chr Argo Widiharto<sup>3</sup>**

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Semarang<sup>1</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Semarang<sup>2</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Semarang<sup>3</sup>

E-mail: [bagasprayogahidayat95@gmail.com](mailto:bagasprayogahidayat95@gmail.com)<sup>1</sup>, [arrihandayani@upgris.ac.id](mailto:arrihandayani@upgris.ac.id)<sup>2</sup>,  
[argowidiharto@upgris.ac.id](mailto:argowidiharto@upgris.ac.id)<sup>3</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif koresisional. Populasi penelitian ini sejumlah 164 siswa. Sampel yang di ambil adalah 116 siswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling simple random sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala psikologis. Hasil uji korelasi person product moment memperoleh hasil sebesar ( $r$ ) = 0,392,  $r$  Hitung  $\geq r$  tabel atau  $0,392 \geq 0,195$  apabila dicocokan dengan tabel interpretasi menunjukkan bahwa antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri memiliki tingkat hubungan yang rendah. Besar sumbangan variabel dukungan sosial Guru BK memberikan kontribusi sebesar 15,3% dan sisanya ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti. Sedangkan nilai signifikannya 4,546 lebih besar  $r$  tabel 0,195, berdasarkan penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri.

**Kata kunci:** penyesuaian diri, dukungan sosial Guru BK, siswa SMA

### Abstract

*This study aims to determine whether there is a relationship between the social support of counseling teachers and the self-adjustment of class X students at the Indonesian High School Institute in Semarang. This research is a type of correlational quantitative research. The population of this research is 164 students. The samples taken were 116 students. The sample in this study used a simple random sampling technique. The data collection tool used is the psychological scale. The results of the person product moment correlation test obtained results of ( $r$ ) = 0.392,  $r$  Count  $\geq r$  table or  $0.392 \geq 0.195$  when matched with the interpretation table shows that between the social support of counseling teachers and self-adjustment has a low level of relationship. The contribution of the counseling teacher's social support variable contributed 15.3% and the rest was determined by other variables not examined. While the significant value is 4.546 greater than rtable 0.195, based on research showing that there is a significant relationship between social support for counseling teachers and self-adjustment.*

**Keywords:** Self-Adjustment, Social Support for Counseling Teachers, High School students

### Info Artikel

Diterima Januari 2023, disetujui Maret 2023, diterbitkan April 2023

## PENDAHULUAN

Setiap individu merupakan makhluk sosial, maka tingkah laku yang tidak saja merupakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan fisik lingkungannya, melainkan juga adalah penyesuaian diri terhadap tuntutan dan tekanan sosial orang lain. Pada waktu individu masih bayi atau kanak-kanak, orang tuanya menaruh tuntutan agar individu menerima nilai-nilai dan memiliki pola-pola tingkah laku yang baik. Ketika di sekolah, individu menjadi seorang siswa yang menerima tuntutan untuk bertingkah laku yang dapat diterima sang guru dan teman lainnya.

Schneiders (Agustiani, 2009) menyatakan penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar dapat mengatasi masalah-masalah yang dialami dirinya, usaha tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan pada diri menggunakan apa yang diharapkan lingkungan. Sedangkan menurut Desmita (2016) penyesuaian diri adalah suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks yang melibatkan reaksi individu terhadap tuntutan dari lingkungan luar maupun dari diri sendiri, apa yang dapat dikatakan, masalah penyesuaian diri mengangkat seluruh aspek kepribadian dalam interaksinya dengan lingkungan luar.

Sementara itu menurut Fatimah (2010) karakteristik penyesuaian diri dibagi dua, yang pertama penyesuaian diri yang positif terdiri dari : penyesuaian diri dalam menghadapi masalah secara langsung; penyesuaian diri dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan); penyesuaian diri dengan trial and error; penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti); penyesuaian diri dengan belajar; penyesuaian diri dengan pengendalian diri; penyesuaian diri dengan perencanaan yang cermat. Selanjutnya yang kedua penyesuaian diri yang salah terdiri dari : reaksi bertahan (*defence reaction*); reaksi menyerang (*aggressive reaction*); reaksi melarikan diri (*escape reaction*).

Permasalahan penyesuaian diri di sekolah akan timbul saat siswa mulai memasuki jenjang sekolah yang baru. Peserta didik mungkin mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru-guru, teman dan mata pelajaran. Sebagai akibatnya antara lain adalah prestasi belajar menjadi menurun dibanding dengan prestasi di sekolah sebelumnya. Dalam melakukan penyesuaian diri inilah dukungan sosial berperan. Menurut Sunarto dan Hartono (Wahyuni, 2015) bahwa kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara negatif dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai aneka bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif dan sebagainya.

Peserta didik yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya, reaksinya seperti berfantasi yaitu memuaskan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk seolah-olah sudah tercapai, banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri, menjadi pencandu ganja dan narkotika serta regresi dengan bertingkah tidak sesuai dengan usianya. Tentunya tidak ada yang menginginkan perilaku-perilaku negatif tersebut terjadi pada pelajar Indonesia (Wahyuni, 2015: 92).

Peserta didik dalam upayanya melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan situasi dan kondisi tidaklah mudah, terdapat faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri salah satunya yaitu dukungan sosial. Menurut (Dianto, 2017: 43) dukungan sosial merupakan pemberian bantuan seperti materi, emosi, dan informasi yang berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia. Selain mengadakan kontak-kontak

sosial manusia pula membutuhkan dukungan dari orang lain dalam mengantisipasi dan menghadapi suatu masalah.

Menurut Kumalasari & Ahyani (2012 :22) remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang akan membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu cenderung mengembangkan sikap positif dan lebih menerima serta menghargai dirinya sendiri. dengan demikian remaja sanggup hidup mandiri di tengah-tengah masyarakat luas secara harmonis dengan adanya dukungan sosial.

Dukungan sosial dapat diperoleh melalui dukungan guru yang diberikan pada peserta didik juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Djamarah (Kirana, 2018: 25), mengatakan bahwa tugas guru tidak hanya sebagai profesi, namun juga sebagai tugas kemanusiaan. Tugas guru sebagai profesi meliputi mendidik, mengajar, dan melatih siswa. Dukungan sosial guru di latar belakangi adanya kebutuhan atas perhatian, bimbingan, nasihat, penghargaan dan layanan peserta didik.

Menurut Ibu Ambar selaku Guru BK mengatakan permasalahan dukungan sosial sulitnya untuk bertemu langsung bertemu dengan peserta didik sehingga tidak dapat memberikan dukungan sosial dengan maksimal, sekalipun bertemu langsung terhambat dengan jaga jarak dan memakai masker yang mana menyebabkan suara tidak terdengar dengan jelas. Namun dengan demikian Guru BK tetap memberikan sebuah dukungan sosial dengan cara memberikan perhatian kasih sayang, penerimaan apa adanya, empati, dan memberikan perasaan nyaman. Di masa pandemic ini jika terkendala untuk bertemu beliau menggunakan media *online*.

Berdasarkan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang peneliti lakukan pada bulan Maret 2021 pada siswa kelas X IPA 1 – XI IPS 3 SMA Institut Indonesia Semarang menunjukan bahwa 3,99% belum banyak mengenal lingkungan sekolah baru, ada pula siswa yang jarang bermain atau berteman di lingkungan tempat tinggal dengan presentase 2,57% dan ada pula siswa sukar bergaul dengan teman teman di sekolah dengan presentase 2,06%. Berdasarkan 4 bidang yakni pribadi, sosial, belajar dan karir menunjukan bidang pribadi 44.66% bidang sosial 17.89% bidang belajar 27.28% dan bidang karir 10.17%. Bidang yang pribadi memiliki presentase tinggi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu 164 siswa. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 116 yang diambil dengan teknik simple random sampling. Dalam mengembangkan penelitian ini, peneliti membuat instrumen berupa skala psikologis, yaitu skala penyesuaian diri menurut Runyon dan Haber dan dukungan sosial Guru BK menurut Smet kemudian menggunakan skala Likert dengan alternatif 4 pilihan jawaban yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kemudian hasil data yang diperoleh peneliti menganalisis menggunakan *software* SPSS 26 dengan teknik menggunakan uji korelasi *person product moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan menurut Fatimah faktor-faktor penyesuaian diri salah satunya yaitu faktor lingkungan yang berpengaruh lingkungan keluarga merupakan proses sosialisasi dan interaksi sosial yang pertama dan utama dijalani di dalamnya, selain itu pengaruh

hubungan dengan orangtua, saudara, masyarakat dan sekolah juga turut memberi sumbangsih dalam memengaruhi pola-pola penyesuaian dirinya.

Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data distribusi normal atau tidak. Kaidah signifikansi yang digunakan adalah  $p > 0,05$  maka sebaran skor subjek pada populasi sebaran dikatakan normal dan sebaliknya apabila  $p < 0,05$  maka sebaran dikatakan tidak normal. Berdasarkan hasil uji normalitas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada variable penyesuaian diri sebesar 0,200 dan pada variable dukungan sosial Guru BK 0,200. Nilai signifikan dari kedua variable tersebut memiliki nilai lebih dari 0,05, sehingga dapat ditarik kesimpulannya bahwa data pada kedua variable berdistribusi normal.

Uji homogenitas dilakukan untuk memenuhi variasi data dari sampel pada masing-masing kelompok sama atau tidak. Berdasarkan hasil homogenitas, diketahui bahwa sig kedua variable lebih dari 0,05 diketahui bahwa nilai signifikansi variabel penyesuaian diri dan dukungan social Guru BK adalah sebesar  $0,001 > 0,05$  artinya penyesuaian diri dan dukungan sosial Guru BK mempunyai variasi yang homogen.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui kondisi dari dua variabel yang benar-benar mempunyai hubungan linier atau tidak. Linier atau tidaknya suatu hubungan dapat dilihat dari hasil uji linieritas. Hubungan kedua variabel dikatakan linier jika  $p > 0,05$  sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka kedua variabel tidak linier. Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui bahwa nilai F hitung hasil regresi sebesar 0,593 dengan probalitas signifikan 0,000 kurang dari 0,05. Dengan arti bahwa secara simultan variabel dukungan Guru BK mempunyai hubungan yang linear yang signifikan terhadap penyesuaian diri.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang. Korelasi pada penelitian ini dihitung menggunakan korelasi *pearson product moment* menggunakan bantuan SPSS 26. Diperoleh nilai korelasi r hitung 0,392. Sedangkan nilai r tabel untuk jumlah sampel 116 dengan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 0,195 , artinya ada hubungan antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang. Tingkat korelasi antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri siswa termasuk dalam kategori rendah.

Koefisiensi determinan dukungan social Guru BK memberikan kontribusi terhadap penyesuaian diri sebesar 15,3%

**Tabel 1.**  
Koefisiensi determinan dukungan social Guru BK

		Correlations	
		Dukungan Sosial Guru BK	Penyesuaian Diri
Dukungan Sosial Guru BK	Pearson Correlation	1	,392**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	116	116
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	,392**	1
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	116	116

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil penelitian ini didukung oleh peneliti terdahulu oleh Nur dkk, pada tahun 2018 mengemukakan bahwa persoalan terpentingnya yang dihadapi remaja dalam kehidupan sehari-hari dan yang menghambat penyesuaian diri yang sehat adalah hubungan remaja dengan dewasa terutama orangtua. Tingkat penyesuaian diri dan pertumbuhan remaja sangat tergantung pada sikap orangtua dan suasana psikologi dan sosial dalam keluarga. Sikap orangtua yang otoriter, yang memaksakan kekuasaan dan otoritas kepada remaja juga akan menghambat proses penyesuaian diri remaja. Biasanya remaja berusaha untuk menentang kekuasaan orang tua dan pada gilirannya ia akan cenderung otoriter terhadap teman-temannya dan cenderung menentang otoritas yang ada baik di sekolah maupun di masyarakat. Dengan adanya dukungan sosial pada remaja, maka dapat membantu remaja dalam melakukan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungan sekolah mereka yang baru. Hal ini menunjukkan hasil korelasi dengan arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula penyesuaian diri. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki remaja SMA, maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian dirinya.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Asmanasari pada tahun 2019 mengemukakan bahwa Guru BK melakukan beberapa kegiatan dalam perannya membantu siswa menyesuaikandiri yaitu dengan membagikan angket kebutuhan peserta didik, membuat program BK, membuat rencana pelaksanaan layanan (RPL), dan memberikan layanan bimbingan konseling berupa layanan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individual dan konseling kelompok.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu dilakukan oleh Herni pada tahun 2021 mengenai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri dalam menjalankan metode pembelajaran daring/*online* di masa pandemi covid-19 pada mahasiswa baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh asal Simeulue menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif. Hal ini menunjukkan bahwa apabila tingkat dukungan sosial tinggi maka perilaku penyesuaian diri akan cenderung meningkat. Sebaliknya, dukungan sosial yang rendah akan mengakibatkan menurunnya perilaku penyesuaian diri dalam menjalankan metode perkuliahan daring/*online* pada mahasiswa baru. Kemudian dapat

dikatakan bahwa mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang baik maka akan memiliki kecenderungan meningkatnya penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu dilakukan oleh Ego pada tahun 2020 mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa perantauan di Universitas PGRI Semarang bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau di Universitas PGRI Semarang. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin mudah penyesuaian dirinya. Begitupun sebaliknya, bahwa semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini didukung pula penelitian terdahulu oleh Kumalasari dan Ahyani pada tahun 2012 mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan menunjukkan hasilnya adalah  $r_{xy}$  sebesar 0,339 dengan  $p$  sebesar 0,011 ( $p<0,05$ ) berarti ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan.

Hasil penelitian ini pula dikuat oleh penelitian terdahulu oleh Siska pada tahun 2015 mengemukakan peran Guru BK yaitu dalam membantu penyesuaian diri sosial peserta didik melalui pelaksanaan informasi dan melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

## KESIMPULAN

Mengacu pada hasil dari penelitian yang sudah dilaksanakan bisa disimpulkan ada hubungan secara signifikan antara dukungan sosial Guru BK dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang. Terdapat hubungan yang positif karena nilai  $r$  hitung yang didapat bertanda positif. Hubungan positif tersebut memiliki arti bahwa jika dukungan sosial Guru BK semakin tinggi maka penyesuaian diri siswa juga semakin tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani. 2009. Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja), Bandung : PT Refika Aditama.
- Asmanasari, C. 2019. Peran Guru BK dalam Penyesuaian Diri Siswa Dengan Lingkungan Sekolah Baru di SMPN 1 KATINGAN TENGAH. Jurnal Inovasi BK, 1,2., 74.
- Dianto, M. 2017. Profil Dukungan Sosial Orangtua Siswa di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. Jurnal Counseling Care, 1(1), 42–51.
- Ego, P. 2020. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan di Universitas PGRI Semarang. Skripsi. Semarang. Universitas PGRI Semarang.
- Husna, N. 2020. Pengaruh Dukungan Sosial Guru BK Terhadap Stres Akademik Siswa Kelas X di MAN 1 Medan dan Implikasinya Dalam Bimbingan Konseling. Skripsi. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Kirana, A & Agustini. 2018. Dukungan Sosial Guru Dalam Upaya Membimbing Kemandirian Anak Moderate Intellectual Disability. Jurnal Psikologi Pendidikan, volume 11, 21-40.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. 2012. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. 1, 11.

- Siska, H. 2015. Peran Guru BK dalam Membantu Penyesuaian Diri Sosial Peserta Didik Kelas VIII di SMP N 11 Padang. Skripsi. Sumatra Barat:STKIP PGRI Sumatra Barat.
- Sugiono. 2019. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Wahyuni, A. 2015. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah. Jurnal Kopasta, volume 2(2), 91-96.