

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa pencarian jati diri. Menurut psikologi, Masa remaja adalah periode yang harus dilalui individu sebelum mencapai masa dewasa. Atau bisa disebut periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Agustiani (2009) mengatakan bahwa remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan fisik, kognitif dan psikis. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Peserta didik pada taraf Sekolah Menengah Atas termasuk kategori remaja.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam pengembangan suatu bangsa. Dan salah satu jenis pendidikan adalah pondok pesantren. Menurut Arifin Pondok pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan agama Islam dengan sistem asrama (komplek) dimana peserta didik-peserta didik menerima pendidikan agama melalui pengajian atau madrasah yang sepenuhnya berada di bawah kedaulatan dari kepemimpinan seseorang atau beberapa orang kiai dengan ciri-ciri khas yang bersifat kharismatik serta independen dalam segala hal, dalam (Nuryani, 2019). Pesantren adalah salah satu bentuk pendidikan agama yang diselenggarakan oleh pemerintah dan atau umat beragama yang sesuai dengan ketentuan undang-undang dan dapat diselenggarakan melalui jalur formal, informal, dan informal. Sedangkan perbedaan sistem pendidikan pesantren dengan yang lainnya yaitu di pondok pesantren selama 24 jam para peserta didik/peserta didik wajib tinggal di asrama.

Seiring berjalannya waktu sistem pondok pesantren dari tahun ke tahun mengalami perubahan, sehingga ada dua jenis pondok pesantren yaitu pondok pesantren tradisional dan pondok pesantren modern. Dimana perbedaan dari kedua pondok pesantren tersenut terletak pada kurikulum dan tata tertib. Pondok pesantren tradisional menggunakan kitab klasik (kitab kuning) sebagai kurikulumnya, sedangkan pondok pesantren modern disamping tetap mengedepankan sisi religiusitas dalam pembelajaran namun didalamnya ada banyak sentuhan-sentuhan

pelajaran yang menekankan pada pengembangan kapasitas peserta didik, (Sudahri, 2018). Sehingga memungkinkan peserta didik membawa alat elektronik seperti laptop untuk menunjang proses pembelajarannya. Salah satu pondok pesantren di Bojonegoro yang menggunakan sistem modern adalah Pondok pesantren Al-Fatimah. Kemudian dari segi tata tertib dan peraturan pondok pesantren tradisional dan modern juga berbeda, yang mana pondok pesantren tradisional melarang peserta didiknya membawa alat elektronik sedangkan pondok pesantren modern dibolehkan menggunakan alat elektronik seperti laptop. tetapi penggunaannya masih dalam pengawasan guru atau pengurus pondok pesantren. Tata tertib yang diterapkan oleh pihak pondok pesantren berbeda dengan sekolah pada umumnya, di pondok pesantren peserta didik memiliki jadwal kegiatan yang padat mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali. Peraturan-peraturan pondok pesantren yang berbeda dari sekolah umum, seperti diwajibkan untuk tinggal di asrama, jadwal sehari-hari dan tuntutan tugas yang harus dipenuhi oleh peserta didik sehingga menuntut peserta didik untuk mempunyai kemampuan penyesuaian diri agar dapat diterima lingkungannya (Rahmawati, 2015).

Seorang disebut mempunyai daya adaptasi diri yang bagus bila sudah berlatih bereaksi kepada diri serta lingkungannya dengan cara- cara yang matang, berguna, melegakan serta sehat, dan bisa menanggulangi bentrokan psikologis kegagalan, kesusahan individu serta sosial tanpa meningkatkan sikap simptomatik serta kendala psikosomatik (Ali & Asrori, 2005: 176). Sebaliknya Sunarto & Agung (2002: 224-225) berpendapat seseorang yang terkategori sanggup melaksanakan penyesuaian diri diisyarati keadaan sebagai berikut:(1) tidak membuktikan terdapatnya ketegangan emosi,(2) tidak terdapat metode intelektual,(3) tidak terdapat kegagalan individu,(4) mempunyai estimasi logis serta apresiasi diri,(5) sanggup dalam berlatih,(5) menghormati pengalaman, serta(6) berperilaku realistik.

Pada hakikatnya penyesuaian diri merupakan sesuatu perihal yang berarti untuk kehidupan orang. Penyesuaian diri berfungsi dalam memastikan bagaimana orang mendapatkan keselarasan baik dengan cara jasmani ataupun rohani. Tidak hanya itu penyesuaian diri pula selaku salah satu ketentuan untuk terciptanya kesehatan jiwa ataupun psikologis orang (Mu' tadin, 2005). Daya adaptasi diri

yang bagus amatlah diperlukan untuk peserta didik kala berhubungan di lingkungan sekolah. Perihal ini diakibatkan sebab dengan adaptasi diri peserta didik hendak merasa nyaman, senang, mempunyai tindakan serta pemikiran positif. Dengan perihal itu peserta didik hendak mudah dalam menjajaki aktivitas belajar mengajar maka bisa menggapai hasil belajar yang memuaskan (Mariah, dkk 2016: 73).

Masalah penyesuaian diri di sekolah dapat muncul ketika anak mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, seperti sekolah menengah atas. Peserta didik sekolah menengah atas merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan remaja awal menuju ke tahap dewasa. Hurlock dalam (Riskiyani, 2017) menyatakan pada masa ini tugas tersulit bagi peserta didik adalah yang berhubungan dengan penyesuaian diri. Dimana peserta didik dituntut untuk memahami situasi di lingkungan sekitar dan bereaksi dengan cara yang matang, baik dan efisien. Hasil penelitian Yuniar dkk dalam (Pritaningrum & Hendriani, 2013) menunjukkan bahwa setiap tahunnya 5-10% dari peserta didik baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PPMI) Assala Surakarta mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok dan sebagainya.

Banyak perihal yang bisa jadi aspek terjadinya kemampuan penyesuaian diri pribadi. Aspek itu bisa berbentuk aspek internal serta eksternal. Aspek internal ialah aspek yang berawal dari diri orang mencakup: (1) situasi badan, (2) intelektual, (3) keinginan, (4) kedewasaan intelektual serta kematangan emosi, (5) psikologis, serta (6) Motivasi. Sebaliknya aspek eksternal yang berawal dari area mencakup area rumah, keluarga, sekolah, serta warga (Ghufron & Rini, 2010: 55- 56). Setelah itu Ali & Asrori (2005: 181) melaporkan paling tidak terdapat 5 aspek yang bisa pengaruhi cara adaptasi diri ialah: (1) situasi raga, (2) karakter, (3) cara berlatih, (4) area serta (5) agama dan adat. Walaupun aspek lingkungan mempengaruhi pada pembentukan keterampilan bersosialisasi, tetapi secara internal orang mempunyai tingkatan determinasi perilakunya tiap- tiap tercantum dalam mengendalikan akibat lingkungan di sekelilingnya. Perihal ini diperkuat oleh filosofi kognitif sosial Bandura (1999: 4) jika individu tidak seluruhnya dipengaruhi lingkungan sebab

dalam dirinya ada kemampuan guna memastikan sikap yang kerap disebut sebagai penentu sikap. Perihal ini pula berlaku kala orang melaksanakan penyesuaian diri dalam lingkungan barunya. Orang mempunyai daya menata, mengendalikan serta memastikan sikap kepada seluruh akibat lingkungan sehingga menciptakan penyesuaian diri yang bagus.

Salah satu aspek dalam diri yang pengaruhi penyesuaian diri ialah kematangan emosi. Kematangan emosi memiliki kedudukan yang amat berarti dalam keterampilan penyesuaian diri. Perihal ini diakibatkan sebab kematangan emosi bagian dari nilai- nilai dasar individu. Chaplin (Ulfah, 2016, hal. 94) menerangkan kematangan emosi ialah sesuatu kondisi ataupun situasi menggapai tingkatan kematangan kemajuan penuh emosi. Seorang dibilang mempunyai kedewasaan marah bila bisa membuktikan emosinya dengan cara pas dengan pengaturan diri yang alami. Tidak hanya itu seorang yang sudah matang emosinya pula mempunyai kekayaan serta keragaman mimik muka marah serta pengawasan marah.

Karl Garison dalam Susilowati (2013: 110) menerangkan peserta didik yang mempunyai kematangan emosi tinggi sehingga hendak membuktikan tindakan bertanggung jawab, bisa bertugas serupa dengan orang lain, jujur, yakin pada orang lain, serta mempertimbangkan hak- hak orang lain. Tidak hanya itu bila peserta didik matang dengan cara marah sehingga mereka hendak bisa mengatur marah dengan cara pas serta tidak hendak meletuskan emosinya di depan orang banyak. Sikap itu diterima oleh lingkungan sebab peserta didik sanggup mengatur serta menahan emosinya dengan cara pas, berlagak kritis serta lebih normal. Tetapi bila peserta didik kurang matang emosinya mereka hendak merasa terhimpit dengan desakan yang terdapat serta dapat jadi peserta didik yang underachiver apalagi drop out. Peserta didik pula hendak merasa terasing, berkarakter kasar serta hadapi kesusahan dalam menyesuaikan diri alhasil peserta didik tidak bisa meningkatkan daya cipta serta kemampuan yang dipunyai (Hawadi dalam Susilowati, 2013).

Dengan demikian kemampuan penyesuaian diri peserta didik akan berkembang dengan adanya kematangan emosi. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rinaldi, 2019, hal. 9) menyimpulkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan

penyesuaian diri. Makna hubungan korelasi positif yang sangat signifikan dari kedua variabel tersebut adalah semakin tinggi kematangan emosi seseorang maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya. Selain itu, juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Susilowati (2013: 109) menyimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Dimana jika peserta didik memiliki kematangan emosi yang baik maka peserta didik mampu melakukan penyesuaian diri yang baik pula, sebab peserta didik dapat menahan emosi dan dapat mengekspresikan emosinya di waktu yang tepat dan hal ini dapat diterima oleh lingkungan sehingga memungkinkan peserta didik dengan mudah untuk beradaptasi.

Penyesuaian diri pula dipengaruhi oleh cara individu dalam menata dirinya pada lingkungan sosialnya. Pengaturan diri ini pada biasanya kerap disebut dengan self regulation. Menurut Atkinson dalam Rozali (2014: 62) menyatakan jika self regulation ialah metode memantau sikap diri sendiri, dengan mengatur situasi dorongan untuk memodifikasi sikap yang tidak cocok. Peserta didik yang mempunyai self regulation pada dirinya akan mempunyai karakteristik sebagai berikut: (1) mempunyai tujuan yang nyata dalam belajarnya, (2) mengutamakan cara dari hasil belajar, (3) mempunyai atensi yang besar dalam berlatih, (4) memakai instruksi diri dalam aktivitas berlatih, (5) melaksanakan monitor pada diri tentang kemampuan serta kekurangan yang bisa mempengaruhi belajar, (6) melaksanakan penilaian kepada cara berlatih yang dijalani serta hasil yang diterima, (7) memakai strategi dalam berlatih, serta (8) sanggup menyesuaikan diri terhadap lingkungan belajar dan tugas-tugas yang dihadapi.

Pengaturan diri ataupun self regulation ialah perihal yang serupa artinya dengan cara penyesuaian diri (Ali & Asrori, 2005: 183). Dengan terdapatnya self regulation dalam diri, peserta didik hendak bisa menata diri dalam seluruh tuntutan yang diberikan oleh sekolah. Alhasil peserta didik tidak akan hadapi permasalahan terhadap kewajiban serta akan menggapai hasil yang bagus. Perihal itu cocok dengan hasil riset Agustiya (2008: 75) merumuskan kalau terdapat ikatan yang penting antara regulasi diri serta hasil berlatih. Dengan begitu peserta didik bisa menaikkan hasil belajarnya dengan mempunyai pengaturan diri yang bagus kala merambah ke lingkungan sekolah yang terkini. Selain itu *Self Regulation* juga

memungkinkan peserta didik untuk menyesuaikan diri dengan semua tuntutan yang ada di sekolah. Adanya *self regulation* bagi peserta didik dapat mengatur diri untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan Sekolah berbasis pondok pesantren, baik dalam peraturan dan tata tertib yang ada ataupun dalam kegiatan rutin di sekolah setiap harinya. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian, (Atiyah et al., 2020) menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self regulation* dengan penyesuaian diri. Dengan demikian peserta didik dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik melalui *self regulation*.

Dilansir pada tanggal 12 September 2022 dari AnakIslam.com, di pondok pesantren Darul Istiqomah , Pakuniran, Maesan, Bondowoso pada tahun pertama ada 30% santri berhenti modok atau keluar mondok, hal ini disebabkan santri tidak betah tinggal di pondok atau sulit menyesuaikan diri di lingkungan pondok. Kemudian dilansir pada tanggal 14 September 2022 pada merdeka.com, ditemukan 2 anak kecil terlantar usai kabur dari Pondok Pesantren. Menurut informasi keduanya merupakan santri dari ponpes di Rangkasbitung, Serang dan Alasan mereka kabur atau lari dari ponpes karena merasa tidak betah dan ingin pulang ke rumahnya yang ada di Way Hui. Selain itu Hasil penelitian Yuniar dkk dalam (Pritaningrum & Hendriani, 2013, hal. 136) menunjukkan bahwa setiap tahunnya 5-10% dari peserta didik baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PPMI) Assalam Surakarta mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran, tidak bisa tinggal di asrama karena tidak bisa hidup terpisah dengan orang tua, melakukan tindakan-tindakan yang melanggar aturan pondok dan sebagainya.

Berdasarkan observasi awal di SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro peneliti menemukan fenomena berkaitan dengan penyesuaian diri sebagai berikut: (1) Peserta didik sering merasa malu bergaul dengan teman sekelasnya sehingga merasa tidak nyaman dan ingin pindah ke sekolah lain. (2) Peserta didik sering merasa iri hati terhadap prestasi orang lain. (3) Peserta didik sering merasa minder sehingga membuatnya merasa tidak nyaman. (4) Peserta didik sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya sehingga ingin pulang dan tidak kembali ke pondok lagi. (5) Peserta didik sulit membiasakan diri dengan budaya dan lingkungan sekolah berbasis pondok pesantren. Selain itu Berdasarkan hasil wawancara dengan

Bu Ika Wahyuni Tresnawati selaku guru BK kelas X diperoleh informasi bahwa ada beberapa peserta didik di kelas X yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang kurang. Hal ini dapat dilihat dari sikap peserta didik yang sering terlambat mengumpulkan tugas, peserta didik tidak mengerjakan tugas sehingga mendapat hukuman dari guru, ada peserta didik yang melanggar peraturan sekolah, bertengkar dengan teman hingga di panggil ke ruang BK. Menurut guru BK hal ini disebabkan karena peserta didik kelas X masih terbawa kebiasaan ketika masih berada di sekolah menengah pertama dan belum bisa bereaksi dengan lingkungan sekitar secara baik.

Dalam hal ini guru BK harus memberikan pemahaman tentang cara menyesuaikan diri yang baik dan melakukan pencegahan agar permasalahan penyesuaian diri pada peserta didik tidak terlalu banyak terjadi. Guru BK juga harus jeli dalam memahami penyesuaian diri mengingat hal tersebut memang sangat penting bagi perkembangan siswa. Maka dari itu sebagai Mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berpartisipasi dalam meneliti dan mengeksplorasi lebih dalam dari aspek ilmiah bimbingan dan konseling. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kematangan Emosi dan *Self Regulation* dengan Kemampuan Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah Berbasis Pondok Pesantren pada Peserta didik Kelas X SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro”.

UNUGIRI

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana tingkat kemampuan penyesuaian diri, kematangan emosi dan *self regulation* pada peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro?
- 1.2.2 Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro?
- 1.2.3 Apakah ada hubungan antara *self-regulation* dengan kemampuan penyesuaian diri pada peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro?
- 1.2.4 Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dan *self-regulation* dengan kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.3.1. Mengetahui tingkat kemampuan penyesuaian diri, kematangan emosi, dan *self-regulation* pada peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro.
- 1.3.2. Mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro.
- 1.3.3. Mengetahui hubungan antara *self-regulation* dengan kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro.
- 1.3.4. Mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan *self-regulation* dengan kemampuan penyesuaian diri pada peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatihah Bojonegoro.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi yang bermanfaat berupa:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang bimbingan dan konseling, serta membantu peserta didik mengembangkan keterampilan pengaturan diri yang baik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan bagi guru dalam menangani masalah penyesuaian diri peserta didik. Sehingga guru dapat lebih terinspirasi untuk meningkatkan, mengembangkan dan menentukan cara efektif dalam mendukung peserta didik di sekolah

2) Bagi Peserta didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan peserta didik agar dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri sehingga dapat mencapai prestasi belajar yang maksimal

3) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan membantu pihak sekolah untuk lebih meningkatkan mutu pendidikan sehubungan dengan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

1.5 Batasan Masalah

Penelitian ini memiliki arah yang tepat dan jelas untuk diteliti, maka penelitian memberikan Batasan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Penelitian ini dilakukan hanya untuk mengungkapkan ada atau tidaknya hubungan antara variabel kematangan emosi dan *self regulation* dengan Kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro.
- 2) Penelitian ini dilakukan pada populasi peserta didik kelas X SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro.

- 3) Tempat pelaksanaan penelitian ini dilakukan di SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro

1.6 Asumsi Penelitian

Masalah penyesuaian diri di sekolah dapat muncul ketika anak mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, diaman peserta didik dituntut untuk memahami situasi dan bereaksi positif dengan lingkungan barunya. Keterampilan penyesuaian diri yang baik sangat penting bagi peserta didik ketika berinteraksi di lingkungan sekolah. Dikarenakan dengan penyesuaian diri, peserta didik akan merasa aman, bahagia dan memiliki sikap dan pendapat yang positif. Hal ini akan memungkinkan peserta didik untuk dengan mudah berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar untuk mencapai hasil akademik yang memuaskan.

Ada dua faktor yang mempengaruhi terbentuknya penyesuaian diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi terbentuknya penyesuaian diri adalah kematangan emosi, peserta didik yang mempunyai kematangan emosi tinggi maka akan menunjukkan sikap bertanggung jawab dan dapat bekerja sama dengan orang lain serta dapat mengontrol emosinya sehingga akan terciptanya kemampuan penyesuaian diri yang baik.

Selain itu, Kemampuan penyesuaian diri juga dipengaruhi oleh bagaimana individu mengorganisasikan dirinya dalam lingkungan sosial. Pengaturan diri bisa disebut dengan *self-regulation*. *Self-regulation* dapat mempengaruhi kemampuan diri sebab dengan adanya *self-regulation* peserta didik dapat menentukan tindakan dan pengaturan dirinya untuk menghasilkan perilaku yang positif agar tercapai tujuan yang di inginkan sehingga ia akan berusaha melakukan penyesuaian diri.

Dari paparan penjelasan diatas maka dapat diasumsikan bahwa ada hubungan antara kematangan emosi dan *self regulatioan* dengan kemampuan penyesuaian diri di lingkungan sekolah berbasis podok pesantren pada kelas X SMA Plus Al-Fatimah Bojonegoro.