



**PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA**

SKRIPSI

OLEH

DYFA YANANDYA ADI YONAZ

NPM 17110083

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

2022



**PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang
Untuk Memenuhi Syarat Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

OLEH

DYFA YANANDYA ADI YONAZ

NPM 17110083

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

2022

SKRIPSI

**PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA**

Disusun dan diajukan oleh

DYFA YANANDYA ADI YONAZ

NPM 17110083

**Telah disetujui oleh pembimbing untuk dilanjutkan di hadapan Dewan
Penguji**

Semarang 14 Maret 2022

Pembimbing I,



**Siti Fitriana, S.Pd.,M.Pd.Kons
NPP.088201204**

Pembimbing II,



**MA Primaningrum Dian, S.Psi.,M.Psi.Psi
NPP.128201368**

SKRIPSI
PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA

Disusun dan diajukan oleh
DYFA YANANDYA ADI YONAZ
NPM 17110083

Telah di pertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada tanggal 31 Maret 2022

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

Ketua,

Sekretaris,



Dr. Muniroh Manawir, S.Pi.,M.Pd
NPP. 097901230

Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons
NPP. 106701254

Penguji I,

Siti Fitriana, S.Pd.,M.Pd.Kons
NPP.088201204


(.....)

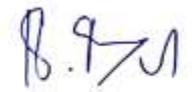
Penguji II,

MA Primaningrum Dian, S.Psi.,M.Psi.Psi
NPP.128201368


(.....)

Penguji III,

Padmi Dhvah Y, S.Psi.,M.Psi.,Psi
NPP/ NIP118001330


(.....)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Diam bukan berarti kalah dan mengalah tidak untuk menyerah”

Persembahan:

Kupersembahkan skripsi ini untuk:

1. Almarhum Papah Sriyono yang tersenyum bahagia disurga.
2. Mamah Indyah Susilowati tercinta yang selau mendoakan dan tak kenal lelah menyemangatiku
3. Almamaterku Universitas PGRI Semarang

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dyfa Yanandya Adi Yonaz

NPM : 1711083

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila pada kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Semarang, 14 Maret 2022

Yang membuat pernyataan



Dyfa Yanandya Adi Yonaz

NPM 17110083

ABSTRAK

DYFA YANANDYA ADI YONAZ. NPM 17110083. “Perbedaan Keterampilan Penyesuaian Diri Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan Di SMA Negeri 1 Ambarawa”. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Semarang. 2022.

Latar belakang yang mendorong penelitian ini adalah permasalahan penyesuaian diri yang terjadi pada peserta didik baru di SMA Negeri 1 Ambarawa yaitu kurang dapat bergaul dan bercengkrama dengan teman-teman di kelas maupun di lain kelas terutama ketika pertama kali masuk sekolah. Masih banyak peserta didik yang kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya di sekolah, terutama dengan guru, teman, dan proses pembelajaran, karena kondisi pembelajaran yang belum kondusif untuk bertatap muka secara langsung.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik pada lingkungan sekolah baru berdasarkan jenis kelamin. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif komparatif dengan metode survei.

Adapun cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan observasi, wawancara dan membagikan angket atau kuisioner. Instrumen penelitian ini berupa kuisioner penyesuaian diri yang terdiri 49 item. Pernyataan yang dikembangkan berdasarkan teknik penyusunan skala model *Likert*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Ambarawa, dengan karakteristik berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, dengan pembagian subjek 52 laki-laki dan 71 perempuan. Sedangkan kelas XII Mipa 1 adalah kelas yang digunakan *tryout* untuk menguji validitas dan reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,742 maka instrumen dinyatakan *reliable*.

Hasil perhitungan uji t dan didapat nilai t-hitung sebesar $(1,997) > t$ tabel $(1,97976)$, kaidah yang dipakai dalam penarikan kesimpulan adalah dengan membandingkan nilai t-hitung dan t- tabel. Nilai t-tabel yang didapat dengan df sebesar 121 pada $p = 0,05$ adalah 1,97976. Berdasarkan perhitungan *mean* pada laki-laki $(146,03) <$ perempuan $(151,32)$, dapat diartikan bahwa penyesuaian diri pada perempuan sedikit lebih tinggi dibanding laki-laki.

Kata Kunci: Perbedaan keterampilan, Penyesuaian diri, Laki-laki dan perempuan

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT, peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Skripsi yang berjudul “Perbedaan Keterampilan Penyesuaian Diri Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan Di SMA Negeri 1 Ambarawa”. ini disusun untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan rintangan serta kesulitan-kesulitan. Namun berkat bimbingan, bantuan, nasihat dan dorongan serta saran-saran dari berbagai pihak, khususnya Pembimbing, segala hambatan dan rintangan serta kesulitan tersebut dapat teratasi dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini dengan tulus hati penulis sampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Muhdi, S.H., M.Hum. Rektor Universitas PGRI Semarang yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Dr. Muniroh Munawir, S.Pi., M.Pd yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian.
3. Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah menyetujui skripsi penulis.
4. Siti Fitriana, S.Pd, M.Pd.Kons. selaku Pembimbing I yang telah mengarahkan penulis dengan penuh ketekunan dan kecermatan.
5. MA Primaningrum Dian, S.Psi. M.Psi.Psi. selaku Pembimbing II yang telah mengarahkan penulis dengan penuh ketekunan dan kecermatan.

6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan konseling yang telah memberi bekal ilmu kepada penulis selama belajar di Universitas PGRI Semarang.
7. Sulih Lestari, S.Pd selaku Guru BK SMA Negeri 1 Ambarawa yang telah membantu penulis melakukan penelitian disekolah.

Besar harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Semarang, 14 Maret 2022

Dyfa Yanandya Adi Yonaz

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
ABSTRAK	vi
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. Penyesuaian Diri	10
1. Pengertian penyesuaian diri	10
2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri.....	11
3. Karakteristik penyesuaian diri	14
4. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri	21
5. Penyesuaian diri disekolah.....	22

B. <i>Gender</i>	25
1. Pengertian <i>gender</i>	25
2. Karakteristik <i>gender</i>	26
C. Kerangka Berfikir.....	29
D. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Tempat dan Waktu Penelitian	33
B. Variabel Penelitian	34
C. Metode Penelitian.....	34
D. Subjek Penelitian	35
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	36
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	44
G. Teknik Analisis Data	48
BAB IV HASIL PENELITIAN	51
A. Deskripsi Data	48
1. Deskripsi data penyebaran skala penyesuaian diri.....	48
2. Deskripsi data per indikator	33
B. Uji Persyaratan	65
1. Uji Normalitas.....	65
2. Uji Homogenitas	66
C. Uji Hipotesis	67
D. Pembahasan	68
BAB V ANALISIS DATA	79
A. Simpulan.....	74
B. Saran.....	74

C. Keterbatasan Penelitian	75
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Karakteristik Laki-laki dan Perempuan.....	27
2. Jadwal Kegiatan Penelitian	31
3. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	32
4. <i>Blueprint</i> Sebaran Item Skala Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba.....	35
5. Kisi-Kisi Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba.....	38
6. Alternatif Jawaban Skala.....	41
7. Rekapitulasi Hasil Analisis Validitas Skala Penyesuaian Diri	43
8. Uji Reliabilitas <i>Statistics</i>	44
9. Kategori Skala Penyesuaian Diri	48
10. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri.....	49
11. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan.....	50
12. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 1	51
13. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 1	52
14. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 1	52
15. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 2	53
16. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 2	54
17. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 2	54
18. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 3	55
19. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 3	56
20. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 3	56

21. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 4	57
22. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 4	58
23. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 4	58
24. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 5	59
25. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 5	60
26. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 5	60
27. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 6	61
28. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 6	62
29. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 6	62
30. Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 7	63
31. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 7	64
32. Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 7	64
33. Hasil Uji Normalitas	65
34. Hasil Uji Homogenitas	66
35. <i>Group Statistics</i>	67
36. <i>Independent Samples Test</i>	67
37. Pengujian Hipotesis	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia bagaimanapun juga tidak dapat terlepas dari individu yang lain. Karena dalam kehidupannya memerlukan kehadiran orang lain untuk berinteraksi. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut, manusia harus mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Lingkungan berpengaruh terhadap pola perilaku dan sikap dari setiap individu. Perubahan perilaku dan sikap yang terjadi dibentuk dari kondisi lingkungan yang individu itu tempati. Apabila perubahan yang terjadi itu tidak dikondisikan dengan baik dapat melahirkan kesenjangan pada perkembangan perilaku anak seperti kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dan berinteraksi sosial dengan baik.

Agar individu berhasil dalam berinteraksi dengan lingkungannya, individu itu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya. Karena interaksi sosial merupakan sebuah proses dalam penyesuaian diri. Kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri pada siswa baru sangatlah diperlukan. Salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat adalah memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan (Fitriana & Ismah, 2014: 445). Karena dengan siswa dapat menyesuaikan diri dengan baik, siswa tersebut mampu berinteraksi secara aktif dengan lingkungannya, sehingga siswa tersebut tidak akan mendapatkan kesulitan kesulitan dalam menyesuaikan diri. Meskipun terdapat kesulitan

kesulitan dalam penyesuaian diri, siswa akan dapat mengatasinya. Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan dan mengganggu lingkungannya (Ardiyanto, 2012: 2).

Interaksi sosial antar sesama merupakan suatu keniscayaan, karena sesama manusia yang bermukim di asrama maupun tidak bermukim selalu dan sering bertemu, baik pada waktu belajar disekolah maupun ketika waktu belajarkelompok diluar sekolah (Rizqiyah, 2017: 2). Disamping itu idealnya proses Interaksi sosial pada peserta didik juga terlihat dalam bentuk atau sikap solidaritas. Solidaritas peserta didik ini tercermin dalam beberapa sikap seperti tolong menolong dan saling membantu antara sesama yang merupakan proses dari penyesuaian diri.

Sikap inilah yang menambah keharmonisan hubungan yang terjalin di antara peserta didik. Sebagaimana interaksi sosial antar sesama teman, keharmonisan hubungan antar sesama teman dengan lingkungan merupakan suatu keharusan. Peserta didik sebagai individu maupun kelompok yang hidup dan menuntut ilmu, tidak bisa memisahkan diri dari lingkungan masyarakat sekitar, karena dalam proses interaksi dengan lingkungan terdapat norma-norma yang harus diindahkan oleh para peserta didik dan tidak boleh ditinggalkan. Bahkan para peserta didik biasanya menyesuaikan diri dengan norma-norma yang ada di masyarakat, sehingga menghasilkan hubungan diantara peserta didik berjalan dengan baik dan harmonis.

Namun pada kenyataannya masih banyak peserta didik yang tidak mengindahkan norma-norma yang berlaku di lingkungan sekolah maupun masyarakat, tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Menurut Sari, (2014: 2) berbagai kesulitan siswa yang ditampilkan dalam bentuk perilaku, seperti rendah diri, agresivitas, melanggar tata tertib, menentang guru, berkelahi, tidak melaksanakan tugas sekolah, mengisolasi diri dan sulit bekerja sama dalam situasi kelompok.

Fitriana & Ismah (2014: 445) mengemukakan gejala-gejala yang dapat memberikan indikasi mengenai kesulitan menyesuaikan diri, antara lain perilaku menyimpang, mudah tersinggung, suka membolos, membangkang dan suka berbohong. Sering kali permasalahan yang biasa dan dianggap wajar terjadi disekolah-sekolah. Hasilnya individu yang gagal melakukan penyesuaian diri tersebut akan menjauhi dan menghindari orang lain, inidividu tersebut akan selalu cemas dan tidak tenang. Shintya (2019: 3) mengatakan bahwa individu yang tidak bisa melakukan penyesuaian diri akan mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan. Untuk melancarkan hidup bersama, harus sanggup menyesuaikan diri terhadap sekelilingnya, remaja awal sebagaimana warga masyarakat pada umumnya harus mengadakan penyesuaian diri.

Penyesuaian diri merupakan upaya individu untuk dapat hidup aman dan nyaman dalam mencapai keharmonisan antara dirinya sebagai individu dengan lingkungannya yang berlangsung secara terus-menerus. Menurut Nika (2015:11) mendefinisikan penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri,

ketegangan, frustrasi dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya.

Riska, dkk (2017: 2) mengatakan bahwa banyaknya realitas dan situasi sosial yang harus dihadapi oleh remaja yang menyebabkan banyak menuntut remaja untuk berperilaku efektif tidak mampu mengatasi permasalahan yang timbul di lingkungan, seperti yang dapat dilihat pada aspek-aspek penyesuaian sosial yaitu remaja saling mengenal dan menghormati orang lain yang terwujud dalam perilaku peserta didik yang tidak mengejek dan harus dapat menghormati orang lain, melibatkan diri dalam berelasi seperti tidak memilih-milih teman dalam pergaulan, minat, dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain yaitu peka terhadap masalah orang lain sehingga dapat saling tolong menolong, mementingkan kepentingan orang lain yakni dapat menerima kelebihan dan kekurangan orang lain dan menghormati nilai-nilai yang berlaku dilingkungan sehingga dapat diterima dilingkungannya.

Penyesuaian diri remaja laki-laki dan remaja perempuan untuk dapat diterima di lingkungannya pasti berbeda tentunya. Menurut Adinda, (2010:92) tingkah laku sosial pada remaja laki-laki memperlihatkan sikap agresif, dominan, kompetitif, suka mengambil resiko, sedangkan remaja perempuan memiliki sikap tolong menolong dan lebih mudah bersosial. Dengan perilaku yang dimiliki remaja laki-laki dominan membuat anggapan bahwa remaja laki-laki kurang mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan remaja perempuan yang lebih mudah diterima oleh masyarakat karena remaja perempuan mengerti apa yang

harus menjadi tuntutan masyarakat sehingga dianggap lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Tanggapan terkait hal yang sama juga dikemukakan Permata, (2018: 4) bahwa terdapat perbedaan dalam penyesuaian diri antara perempuan dan laki-laki. Remaja perempuan cenderung lebih mudah untuk melakukan penyesuaian sosial dibandingkan dengan laki-laki karena perempuan mempunyai perasaan lebih peka sehingga lebih mudah menghayati perasaan orang lain dan cenderung mempunyai hubungan sosial yang lebih akrab.

Kemudian dari hasil AKPD yang telah peneliti sebarakan kepada 180 peserta didik, 60 laki-laki dan 120 perempuan dan hanya 163 anak yang mengisi angket kebutuhan peserta didik tersebut pada kelas XI IPA di SMA N 1 Ambarawa bulan Mei tahun pelajaran 2021/2022, telah ditemukan terdapat kira-kira 88,95% atau 145 peserta didik yang belum banyak mengenal lingkungan sekolah baru kemudian 93,25% atau 152 peserta didik merasa kesulitan dalam memahami pelajaran tertentu, 60,73% atau 99 peserta didik belum tahu tentang struktur kurikulum yang ada di sekolah, dan 59,50% atau 97 peserta didik merasa malas belajar dan kalau belajar sering mengantuk. Hal ini merupakan salah satu akibat dari sulitnya penyesuaian diri peserta didik di sekolah.

Didukung hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru BK di SMA N 1 Ambarawa pada Senin, 26 April 2021 diperoleh data bahwa permasalahan yang terjadi pada peserta didik kelas X IPA adalah masih banyak peserta didik yang kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya di sekolah, terutama dengan guru, teman, dan proses pembelajaran, karena kondisi

pembelajaran yang belum kondusif untuk bertatap muka secara langsung, masa pengenalan lingkungan sekolah baru (MPLS) pun saat itu harus dilakukan secara *online*.

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan 10 peserta didik 5 laki-laki dan 5 perempuan mengenai bagaimana mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah baru ketika pembelajaran dilakukan secara jarak jauh dalam jangka panjang ini. Dari hasil wawancara tersebut dapat peneliti simpulkan bahwa penyesuaian diri antara peserta didik laki-laki dan perempuan berbeda, dimana penyesuaian diri peserta didik laki-laki dengan cara bermain *game* bersama teman sekelas laki-laki, berkumpul bersama, atau bertemu ketika ekstrakurikuler disekolah sedangkan penyesuaian diri peserta didik perempuan dengan mengerjakan tugas bersama di rumah teman, ada juga yang hanya menyibukan diri dengan bermain *handphone* sendiri karena canggung untuk bergabung belajar bersama dengan teman sekelasnya, dan ada juga yang tidak tahu siapa nama teman sekelasnya.

Dari penelitian Okto (2021: 36) tentang penyesuaian diri siswa berasrama di SMA Negeri 1 Sumatera Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah perbedaan penyesuaian diri antara siswa laki-laki dan perempuan. Sampel penelitian ini ada 168 yang dipilih dengan teknik *stratified random sampling*. Dengan kesimpulan akhir bahwa ada perbedaan penyesuaian diri siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Sumatera Barat, bahwa siswa perempuan lebih cepat menyesuaikan diri dalam lingkungan. Perbedaan penyesuaian diri siswa terlihat dari nilai rata-rata, dimana nilai rata-rata pada laki-laki 144,91 dengan

persentase 78,3%, sedangkan nilai rata-rata pada perempuan 148,58 dengan persentase 80,31%. Dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa siswa perempuan lebih memiliki kemampuan dan keterampilan melakukan hubungan antara sesama, lebih mampu berkonsentrasi dalam belajar, menyediakan waktu untuk mengikuti tambahan belajar daripada siswa laki-laki.

Penyesuaian diri sangatlah penting karena merupakan faktor perkembangan bagi semua orang tidak hanya peserta didik. Penyesuaian diri juga sangat mendukung jalannya proses belajar peserta didik karena jika tidak dapat menyesuaikan diri akan susah untuk mengikuti pelajaran seperti teman sekelas lain yang cepat menyesuaikan diri dengan guru, lingkungan, dan juga metode belajar yang telah dianjurkan sekolah. Namun dalam proses belajar dan kehidupan sehari-hari tetap akan terjadi perbedaan yang mendasar diantara peserta didik laki-laki dan perempuan dalam penyesuaian diri tersebut, dimana peserta didik perempuan lebih mudah diterima di lingkungan sekitar dibanding peserta didik laki-laki yang lebih sering melanggar aturan sekolah atau norma di masyarakat.

Fenomena yang melatarbelakangi permasalahan penyesuaian diri di SMA Negeri 1 Ambarawa merupakan hal yang sering terjadi karena kurang dapat bergaul dan bercengkrama dengan teman-teman dikelas maupun di lain kelas terutama ketika pertama kali masuk sekolah. Hal ini menyebabkan siswa tidak mampu menyesuaikan diri karena kurang mengenal lingkungan sekitar sekolahnya. Berdasarkan pembahasan, maka penulis ingin mengetahui perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik pada lingkungan sekolah baru berdasarkan jenis kelamin di SMA N 1 Ambarawa. Maka peneliti akan melakukan

penelitian mengenai “Perbedaan Keterampilan Penyesuaian Diri Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan Di SMA Negeri 1 Ambarawa”.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah siswa belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan, terutama guru, teman dan proses belajarnya. Selain itu siswa kurang dapat bergaul dan bercengkrama dengan teman-teman di kelas maupun di lain kelas terutama ketika pertama kali masuk sekolah dan menyebabkan siswa tersebut merasa canggung dengan teman-temannya. Hal ini menyebabkan siswa tidak mampu menyesuaikan diri karena kurang mengenal lingkungan sekitar sekolahnya. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti ingin mengetahui perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik berdasarkan jenis kelamin.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dibahas maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti yaitu perbedaan keterampilan penyesuaian diri antara peserta didik laki laki dan perempuan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dibahas maka peneliti mengemukakan bahwa rumusan masalah pada penelitian yaitu “apakah terdapat perbedaan keterampilan dalam penyesuaian diri peserta didik laki laki dan perempuan di SMA N 1 Ambarawa?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui

perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki laki dan perempuan di SMA N 1 Ambarawa.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoretis maupun praktis:

1. Secara Teoretis

Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya yang berhubungan dengan penyesuaian diri siswa.

2. Secara Praktis

a. Bagi para guru pengampu mata pelajaran dan guru BK SMA N 1 Ambarawa

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh sekolah untuk melihat seberapa baik tingkat keterampilan dalam penyesuaian diri siswanya berdasarkan jenis kelamin.

b. Bagi siswa SMA N 1 Ambarawa

Para siswa yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri akan mendapatkan bantuan dari pihak sekolah dalam penyesuaian dirinya, seperti yang tertera dalam skripsi ini.

c. Bagi peneliti

Mengenai topik ini peneliti semakin memahami dalam kontek penyesuaian diri siswa, terutama perbedaan keterampilan penyesuaian diri siswa berdasarkan jenis kelamin.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian penyesuaian diri

Setiap individu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Yusuf (2011: 210) mengemukakan bahwa penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon-respon mental atau perbuatan individu dalam upaya memenuhi kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses, serta kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan tempatnya hidup. Sunarto (2018: 222) menjelaskan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, dimana penyesuaian diri memiliki kemampuan membentuk rencana serta pengorganisir respon yang sedemikian rupa sehingga mampu mengatasi segala konflik, kesulitan, serta frustrasi lebih efisien.

Penyesuaian diri juga bisa dipahami sebagai mengatur kembali rutinitas hidup atau jadwal harian. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik yaitu orang yang dengan cepat mampu mengelola dirinya menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi. Misalnya siswa bisa belajar lebih giat, menyediakan waktu lebih banyak untuk belajar daripada kegiatan lain karena menjelang ujian (Siswanto, 2006: 34).

Hosnan (2016: 180) juga mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan kemauan seseorang mengubah dan mengatasi tuntutan yang menggangukannya, kemampuan ini dapat berubah sesuai dengan nilai kepribadian serta tahap

perkembangannya. Penyesuaian diri merupakan sebuah kemampuan untuk perubahan dirinya dari tuntutan yang sedang individu alami sesuai dengan nilai dan kehidupan yang berlaku. Menurut Shintya (2019: 30) penyesuaian diri itu dikatakan relatif karena 3 hal, yaitu:

- a. Penyesuaian diri dirumuskan berdasarkan kemauan individu untuk mengubah atau untuk mengatasi tuntutan yang mengganggunya.
- b. Kualitas penyesuaian diri berubah-ubah terhadap hal yang berhubungan dengan kebudayaan dan masyarakat.
- c. Adanya variasi tertentu pada individu.

Jadi penyesuaian diri menurut peneliti adalah, proses bagaimana individu mencapai keseimbangan dan kesesuaian diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya, dimana penyesuaian diri memiliki kemampuan membentuk rencana dalam rutinitas hidupnya untuk menjadikan kemauan seseorang dalam mengatasi tuntutan yang mengganggunya, sehingga mampu mengatasi segala konflik, kesulitan, serta frustrasi lebih efisien. Penyesuaian diri yang sempurna terjadi jika individu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan lingkungannya.

2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri

Individu dilahirkan dalam keadaan telah mampu menyesuaikan diri, maka penyesuaian diri terhadap lingkungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan memerlukan proses yang cukup unik. Sunarto (2018: 221) mendeskripsikan bentuk-bentuk penyesuaian diri sebagai berikut:

- a. Penyesuaian diri berarti adaptasi, dimana dapat mempertahankan eksistensinya atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.
- b. Penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai konformitas, yang artinya menyesuaikan diri dengan standar atau prinsip.
- c. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi, secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang adekuat atau memenuhi syarat.
- d. Penyesuaian diri sebagai penguasaan dan kematangan emosional, kematangan emosional disini maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi.

Ali dan Asrori (2011:173) juga berpendapat bahwa penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang meliputi ; (1) Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*Adaptation*), adaptasi disini yang berkaitan dengan penyesuaian diri dalam hal fisik, fisiologis, dan biologis; (2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas. Dimana individu dalam usahanya menyesuaikan diri agar sesuai dengan norma yang ada di lingkungan dan menghindari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional; (3) Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan. Dimana individu menyesuaikan diri agar mampu untuk merencanakan dan

mengorganisasikan suatu respon untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan rasa frustrasi yang dialami.

Pritaningrum (2013: 140) mengemukakan bentuk-bentuk penyesuaian diri dalam dua kelompok, yaitu *adaptive* dan *adjustive*.

a. Adaptive

Bentuk penyesuaian diri yang *adaptive* sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini lebih bersifat badani, artinya perubahan-perubahan yang ada dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Pengertian luas mengenai proses penyesuaian itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya yang dituntut dari individu. Tidak hanya mengubah perilakunya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya, baik keadaan dari dalam ataupun dari luar, di lingkungan dimana individu hidup, akan tetapi individu juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan ragam kegiatan individu. Orang yang ingin menjadi anggota dari suatu kelompok, seseorang tersebut harus berada dalam posisi dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kelompok itu.

b. Adjustive

Bentuk penyesuaian yang lain, yang tersangkut kehidupan psikis seseorang, biasanya disebut sebagai bentuk penyesuaian yang *adjustive*. Tersangkutnya kehidupan psikis dalam penyesuaian yang *adjustive* ini, dengan sendirinya penyesuaian ini berhubungan dengan tingkah laku. Tingkah laku manusia sebagian besar dilatar belakangi oleh hal-hal psikis, kecuali tingkah

laku tertentu dalam bentuk gerakan-gerakan yang sudah menjadi kebiasaan atau gerakan-gerakan refleks. Penyesuaian ini merupakan penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma-norma. Singkatnya, penyesuaian terhadap norma-norma.

Dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk penyesuaian diri pada individu dapat dikelompokkan menjadi dua bentuk, (1) bentuk *adaptive* (adaptasi) yang berarti proses penyesuaian diri individu sebagai dalam hal fisik, fisiologis dan biologis, dimana individu dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial, (2) kemudian bentuk *adjustive*, dimana penyesuaian diri yang berhubungan dengan tingkah laku individu, seperti bentuk konformitas disini individu dalam usahanya menyesuaikan diri agar sesuai dengan norma yang ada di lingkungan dan menghindari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional.

3. Karakteristik penyesuaian diri

Tidak semua individu berhasil dalam menyesuaikan diri dan banyak rintangannya, baik dari dalam maupun dari luar. Beberapa individu ada yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula yang melakukan penyesuaian diri yang salah.

a. Penyesuaian diri yang positif

Individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal seperti, tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan mekanisme pertahanan yang salah, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dalam

pengarahan diri, mampu belajar dari pengalaman, bersikap realistis dan objektif. (Hadi 2013: 185).

Menurut Susanto (2018: 81) penyesuaian diri yang baik ditandai dengan beberapa karakteristik sebagai berikut:

a) Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan tidak adanya emosi yang berlebihan dan tidak terdapat gangguan dalam hal emosi. Seperti mampu mengekspresikan rasa bahagia, mengendalikan amarah terhadap orang lain dan berani mengakui kesalahan. Sebaliknya individu yang kurang tanggap atau terlalu berlebihan dalam menghadapi sesuatu atau situasi tertentu akan menunjukkan kontrol emosi yang tidak baik dan mengarah pada penyesuaian diri yang buruk.

b) Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis

Kejujuran dan keterusterangan terhadap adanya masalah atau konflik yang dihadapi siswa akan lebih terlihat dengan reaksi yang normal daripada dengan reaksi yang diikuti dengan mekanisme pertahanan diri, seperti halnya siswa mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya.

c) Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu kegagalan

Penyesuaian diri yang normal ditandai dengan baik adanya frustrasi yang dapat membuat individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara wajar terhadap situasi atau masalah yang dihadapi dan tidak adanya tingkah laku

yang menyimpang. Seperti terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma.

d) Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional

Kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasikan pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk pemecahan masalah dalam kondisi sulit sekali pun menunjukkan penyesuaian normal. Seperti dapat mengarahkan diri pada hal yang positif, membedakan yang benar dan yang salah, dan mampu menjaga sikap terhadap siapapun. Individu yang tidak mampu mempertimbangkan masalah secara rasional akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya.

e) Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya

Individu dengan penyesuaian diri yang baik adalah individu yang mampu belajar. Proses belajar dilihat dari hasil kemampuan individu tersebut mempelajari pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi, pengetahuan yang diperoleh dapat mengatasi masalah yang dihadapi, sehingga siswa memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi.

f) Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu

Individu dapat belajar dari pengalamannya maupun pengalaman orang lain. Apabila individu mampu belajar mengenai pengalaman masa lalu yang baik terkait dengan keberhasilan maupun kegagalan maka individu berhasil mengembangkan kualitas hidup yang baik.

g) Bersikap objektif, realistis, mampu menerima kenyataan hidup yang dihadapi secara wajar.

Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan yang dimiliki seseorang bagaimana keadaan sebenarnya dan yakin terhadap kemampuan dirinya.

Selain itu Sunarto (2018: 224) menjelaskan karakteristik individu yang dapat menyesuaikan diri secara positif. Individu yang tergolong mampu menyesuaikan diri secara positif ditandai dengan tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, mampu dalam belajar, menghargai pengalaman, dan bersikap realistis dan objektif. Dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukannya dalam berbagai bentuk, antara lain:

a) Penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung

Individu secara langsung menghadapi masalahnya dengan mengemukakan alasan-alasannya, misal seorang remaja yang hamil sebelum menikah akan menghadapinya secara langsung dan berusaha mengemukakan segala alasan kepada orang tuanya.

b) Penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)

Individu memakai berbagai cara untuk mampu menyesuaikan diri dengan situasinya saat itu sebagai suatu pengalaman misalnya, seorang peserta didik yang merasa kurang mampu dalam mengerjakan tugas membuat makalah akan mencari baha dalam upaya menyelesaikan tugas tersebut, dengan membaca buku, konsultasi, diskusi, dsb.

c) Penyesuaian dengan *trial and error* atau coba coba

Individu melakukan tindakan coba-coba dalam menghadapi masalah, jika menguntungkan akan dilanjutkan dan jika gagal akan dihentikan, dimana dalam hal ini pemikirannya tidak berperan dibandingkan dengan cara eksplorasi misalnya seorang pengusaha mengadakan spekulasi untuk meningkatkan usahanya.

d) Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti)

Jika individu merasa gagal dalam menangani masalah maka akan mencari pengganti untuk memperoleh atau bisa menyesuaikan diri dalam masalah misalnya gagal berpacaran fisik, individu akan berfantasi tentang seorang gadis idamannya.

e) Penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri

Individu mencoba menggali kemampuan yang ada dalam dirinya dan kemudian dikembangkan sehingga mampu membantu dalam menyesuaikan diri.

f) Penyesuaian dengan belajar

Individu memperoleh banyak pengetahuan melalui belajar dan keterampilan yang dapat membantunya menyesuaikan diri misalnya, seorang guru akan berusaha belajar tentang berbagai ilmu pengetahuan untuk meningkatkan kemampuan profesionalismenya.

g) Penyesuaian dengan inhibisi dan pengendalian diri

Penyesuaian diri akan lebih berhasil jika, disertai dengan kemampuan memilih tindakan yang tepat dan pengendalian diri secara tepat. Misalnya seorang peserta didik akan berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan pada ujian

h) Penyesuaian dengan perencanaan yang cermat

Tindakan yang dilakukan diambil berdasarkan perencanaan yang cermat, dan keputusan diambil setelah dipertimbangkan dari berbagai segi.

b. Penyesuaian diri yang negatif

Selain karakteristik penyesuaian diri secara positif, Sunarto (2018: 224) menjelaskan karakteristik individu yang dapat menyesuaikan diri secara negatif, dimana kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah atau negatif. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif, dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi penyesuaian diri yang salah yaitu:

a) Reaksi bertahan (*defence reaction*)

Secara individu berusaha untuk mempertahankan dirinya seolah olah tidak menghadapi kegagalan, individu selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan, bentuk khusus reaksi ini antara lain:

- 1) Rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya.
- 2) Represi, yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar. Seseorang berusaha melupakan pengalamannya yang kurang menyenangkan.
- 3) Proyeksi, yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima. Misalnya seorang peserta didik yang tidak lulus mengatakan bahwa gurunya membenci dirinya.

4) *Sour grapes*, yaitu dengan memutarbalikkan keadaan. Misalnya seorang peserta didik yang gagal mengetik mengatakan bahwa mesin tik nya rusak, padahal peserta didik sendiri yang tidak bisa mengetik.

b) Reaksi menyerang (*Aggressifereaction*)

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya, seseorang tersebut tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku seperti selalu membenarkan diri sendiri, mau berkuasa dalam setiap situasi, mau memiliki segalanya, bersikap senang mengganggu orang lain, menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan, menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka, menunjukkan sikap menyerang dan merusak, keras kepala dalam perbuatannya, bersikap balas dendan, memperkosa hak orang lain, dan tindakan yang serampangan.

c) Reaksi melarikan diri (*scapereaction*)

Dalam reaksi ini orang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalan, reaksinya tampak dalam tingkah laku sebagai berikut: berfantasi yaitu memasukkan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan angan (seolah-olah sudah tercapai), banyak tidur, minum minuman keras, bunuh diri, menjadi pecandu ganja, narkotika, dan regresi, yaitu kembali kepada awal (missal orang dewasa yang bersikap dan berwatak sebagai anak kecil) dan lain-lain.

Dapat disimpulkan bahwa individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif memiliki karakteristik diantaranya mampu

mengontrol emosi yang berlebihan, terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, terhindar dari perasaan frustrasi (kecewa karena suatu kegagalan), memiliki pertimbangan diri dan pengarahannya yang rasional, memiliki kemampuan untuk belajar, mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, bersikap objektif dan realistis.

4. Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat dilihat dari konsep psikogenetik dan sosiopsikogenetik. Psikogenetik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis.

Menurut Desmita (2016: 196) Pengalaman khusus ini lebih banyak berkaitan dengan latar belakang kehidupan keluarga terutama menyangkut aspek aspek: (a) hubungan orangtua-anak, (b) iklim intelektual keluarga, (c) iklim emosional keluarga. Sementara itu dilihat dari konsep sosiopsikogenetik, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat di dalamnya. Bagi peserta didik, faktor sosiopsikogenetik yang dominan mempengaruhi penyesuaian diri adalah sekolah, yang mencakup: (a) hubungan guru-siswa, dan (b) iklim intelektual sekolah.

Sementara itu menurut Sunarto (2018: 229) mengatakan bahwa penentu penyesuaian diri selalu diidentikkan dengan faktor pembentuk pribadi suatu pengaturan perkembangan secara bertahap dapat dikelompokkan sebagai berikut:

- a. Kondisi fisik atau kondisi tubuh yang baik merupakan syarat utama untuk pencapaiannya penyesuaian diri yang baik.

- b. Perkembangan serta kematangan khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional. Disamping itu hubungan antara penyesuaian diri dengan perkembangan dapat berbeda menurut jenis aspek perkembangan yang dicapai.
- c. Penentu psikologis termasuk didalamnya mencakup, pengalaman, belajar, pengkondisian, penentu diri, frustrasi dan konflik. Adanya kesinambungan untuk pengembangan diri menjadi lebih baik, serta untuk mengondisikan bagaimana penyesuaian diri berjalan dengan baik.
- d. Kondisi lingkungan khususnya keluarga dan sekolah. Adanya pengaruh-pengaruh untuk menjadikan penyesuaian diri anak untuk menjadi lebih baik dengan berteman dan memilih teman yang baik.
- e. Penentu kultur termasuk agama. Lingkungan kultur dimana individu berada serta berinteraksi akan menentukan pola penyesuaian dirinya. Kultur agama bisa menjadikan suasana psikologis individu menjadi lebih damai dan tentram.

Jadi dapat disimpulkan bawa Faktor penyesuaian diri dapat dilihat dari kondisi fisik seseorang inidvidu, kematangan serta perkembangan intelektual seorang individu, mampu menentukan kearah mana psikologisnya, mengetahui kondisi keluarganya serta mampu menentukan agama apa yang akan dianut.

5. Penyesuaian diri disekolah

Sekolah memegang peranan penting dalam proses penyesuaian diri pada siswa, hal ini karena sekolah sebagai lembaga formal yang bertanggung jawab atas pendidikan anak selain keluarga. Mahmud (2012: 167) mengatakan bahwa sekolah adalah lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program pendidikan dan membantu siswa mengembangkan potensinya

Permasalahan penyesuaian diri siswa mulai memasuki jenjang sekolah yang baru. Yusuf (2011: 199) mengatakan bahwa disekolah siswa diharapkan bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dengan mata pelajaran, menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan teman-teman, guru, dan karyawan sekolah serta membantu sekolah memelihara dan memanfaatkan fasilitas yang ada disekolah. Menurut Caeli (2016: 20) hal-hal yang penting dalam penyesuaian diri di sekolah mencakup:

a. Penyesuaian diri terhadap guru

Penyesuaian diri siswa terhadap guru banyak tergantung pada sikap guru yang dalam menghadapi murid-muridnya seperti: bersahabat, keras, pilih kasih, ramah.

b. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya

Penyesuaian diri terhadap teman sebaya berarti siswa dapat bergaul dengan sekolah dan dapat bekerjasama. Penyesuaian diri terhadap teman sangat penting bagi perkembangan siswa terutama perkembangan sosialnya. Siswa dihadapkan pada masalah penerima atau penolakan kehadirannya dalam pergaulan. Siswa akan mengalami kekecewaan apabila ditolak oleh teman sebayanya.

c. Penyesuaian diri terhadap karyawan sekolah

Penyesuaian diri juga perlu dalam lingkungan sekolah selain guru dan teman sebayanya yaitu karyawan sekolah. Siswa dapat bersikap ramah dan sopan terhadap satpam, karyawan TU, petugas kebersihan, dan petugas perpustakaan.

d. Penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sekolah

Siswa dapat mengenal baik keadaan dan fasilitas yang ada disekolah seperti: ruang kelas, kamar mandi, perpustakaan, halaman dan lapangan sekolah serta lingkungan sekolah yang mendukung proses belajar mengajar merasakan ketenangan dan kenyamanan.

e. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran

Kurikulum hendaknya disesuaikan dengan usia, tingkat kecerdasan dan kebutuhan. Dengan demikian siswa dengan mudah menyesuaikan dirinya dnegan mata pelajaran. Dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar, siswa diharapkan mampu mengikuti mata pelajaran dengan baik seperti mencatat materi pelajaran yang telah diajarkan oleh guru, mempelajari kembali mata pelajaran yang sudah diajarkan oleh guru baik memperhatikan saat guru menjelaskan dan bertanya kepada guru apabila ada yang tidak dimengerti.

f. Penyesuaian diri terhadap tata tertib sekolah

Siswa mampu mematuhi tata tertib yang telah berlaku disekolah. Aturan yang dimaksud antara lain: mematuhi tata tertib kehadiran, seperti datang kesekolah tepat waktu; tata tertib seragam, seperti memakai atribut lengkap, siswa tidak diperbolehkan untuk mewarnai rambut, tidak diperbolehkan memakai perhiasan yang berlebih; tata tertib hal-hal yang dilarang oleh sekolah, seperti tidak diperbolehkan membawa kendaraan bermotor kesekolah, dilarang kerjasama dengan teman saat ulangan, dan dilarang membawa barang barang yang dilarang oleh sekolah; tata tertib ijin keluar sekolah, seperti meminta ijin keluar kepada guru piket dan memberikan surat keterangan tidak masuk sekolah; tata tertib mengenai tidak masuk sekolah dan tata tertib kegiatan

belajar mengajar, seperti mengikuti kegiatan belajar mengajar sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan.

Dapat disimpulkan bahwa siswa yang mampu menyesuaikan diri di sekolah adalah siswa yang bisa menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dengan mata pelajaran, bisa menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan teman-teman, guru, dan karyawan sekolah serta membantu sekolah memelihara dan memanfaatkan fasilitas yang ada disekolahnya

B. Gender

1. Pengertian *gender*

Gender dipahami sebagai konsep mengenai peran laki-laki dan perempuan. Istilah *gender* pertama kali diperkenalkan oleh Robert Soller pada tahun 1968. Kasmawati (2013: 57) mengemukakan bahwa *gender* adalah perbedaan yang tampak antara laki-laki dan perempuan apabila dikaji berdasarkan nilai dan perilakunya. Kata *gender* berasal dari bahasa Inggris, “*gender*”, yang berarti jenis kelamin yaitu ketentuan peran jenis *masculine* “laki-laki” dan *fanisme* “perempuan”.

Secara emosional, bahwa perempuan itu emosional sedangkan laki-laki tidak. Sedangkan menurut Mansur (2013: 8) *gender* adalah suatu sifat yang melekat pada kaum laki-laki maupun perempuan yang dikonstruksikan secara sosial dan kultur. Sifat *gender* yang melekat pada perempuan misalnya, cantik, emosional, atau keibuan. Sementara laki-laki dianggap kuat, rasional, jantan dan perkasa. Setiap orang mempunyai banyak perbedaan dalam kesiapan dan kemampuannya, baik dari segi fisik, psikis, maupun intelektual.

Menurut Ustman (2020: 229) manusia mempunyai perbedaan dalam hal ilmu pengetahuan dan kebijaksanaan, termasuk perbedaan dalam kemampuan intelektual kecerdasan serta kemandirian. Alifian (2016: 1) mengemukakan bahwa secara terminologis, *gender* dapat didefinisikan sebagai harapan budaya terhadap laki-laki dan perempuan. *Gender* dipandang sebagai suatu konsep kultural yang dipakai untuk membedakan peran, perilaku, mentalitas, dan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan yang berkembang dalam masyarakat. *Gender* bukanlah kodrat ataupun ketentuan Tuhan, oleh karena itu *gender* berkaitan dengan proses keyakinan bagaimana seharusnya laki-laki dan perempuan berperan dan bertindak sesuai dengan tata nilai yang berlaku di masyarakat, serta ketentuan sosial dan budaya ditempat individu berada.

Dari beberapa pengertian *gender* tersebut dapat disimpulkan bahwa *gender* adalah perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal peran, fungsi, perilaku yang sesuai dengan tata nilai yang berlaku dalam masyarakat. Menyadari semuanya ini, maka *gender* bukan sesuatu yang bersumber dari nilai-nilai kodrat, ketimpangan hubungan peran antara kaum laki-laki dan perempuan, bukan semata-mata menyangkut faktor biologis, bukan atas dasar perbedaan fisik antara laki-laki (kuat) dan perempuan (lemah), tetapi oleh faktor di luar itu. *Gender* yang berimplikasi pada perbedaan tugas dan peran sosial kaum laki-laki dan perempuan dalam aktivitas sosial, lebih didasarkan pada faktor bentukan budaya

2. Karakteristik *gender*

Gender adalah pembedaan antara perempuan dan laki laki dalam peran, fungsi, hak dan perilaku tanggung jawab yang dibentuk oleh ketentuan sosial dan

budaya masyarakat setempat. Alifiulahtin (2017: 6) mengemukakan bahwa *gender* diperkenalkan untuk membedakan peran dan fungsi manusia yang didasarkan pada pendefinisian karakteristik yang bersifat sosial budaya dengan berdasarkan ciri-ciri biologis.

Individu memiliki perbedaan dalam hal ilmu pengetahuan dan kebijaksanaan, termasuk perbedaan dalam kecerdasan dan kemandirian, berikut penjelasannya menurut Lilik (2020: 28):

Tabel 2. 1

Karakteristik Laki-laki dan Perempuan

Karakteristik	Laki-laki	Perempuan
Kemampuan spasial dan verbal	Pada umumnya laki-laki sejak kecil hingga dewasa memperhatikan kemampuan spasial yang lebih baik, seperti mahir dalam mengerjakan tugas-tugas dan tes-tes yang mengukur kemampuan spasial, mengetahui lebih banyak mengenai geografi dan politik, memiliki kemampuan matematik yang lebih baik	Sedangkan perempuan sejak kecil hingga dewasa menunjukkan kemampuan verbal yang lebih maju. Anak perempuan biasanya cenderung memiliki pembendaharaan kata yang lebih baik, umumnya memperoleh nilai yang lebih tinggi di sekolah, mengerjakan tugas-tugas membaca dan menulis secara baik

Karakteristik	Laki-laki	Perempuan
Agresif dan komunikasi	Anak laki-laki secara verbal dan fisik lebih agresif, laki-laki identik dengan nakal	Perempuan lebih baik dalam melakukan komunikasi nonverbal. Lebih sensitive terhadap tanda-tanda nonverbal, dan lebih ekspresif secara nonverbal
Kepribadian dan perilaku	Laki-laki cenderung berani mengambil tanggung jawab dalam kelompok kecil. Dalam pandangan sehari-hari laki-laki dideskripsikan sebagai makhluk yang rasional, mandiri, agresif, dominan, obyektif, berorientasi pada prestasi, dan aktif	Perempuan cenderung lebih menaruh perhatian dan terlibat dalam pengasuhan anak. Dalam pandangan sehari-hari perempuan kerap dideskripsikan sebagai makhluk yang emosional, berwatak pengasuh, mudah menyerah, komunikatif, mudah bergaul, lemah, subyektif, pasif dan lainnya.
Sikap hidup	Seorang laki-laki aktif memberi, cenderung untuk memberikan perlindungan, minatnya tertuju pada hal-hal bersifat intelektual,	Perempuan yaitu bersifat menerima dan pasif, minat tertuju pada yang bersifat emosional dan konkret. Berusaha mengikut dan

Karakteristik	Laki-laki	Perempuan
	abstrak, berusaha, memutuskan sendiri dan ikut berbicara	menyenangkan orang tua dan bersikap subyektif

Dapat disimpulkan bahwa perbedaan penyesuaian diri atau karakteristik pada laki-laki dan perempuan sangatlah berbeda; (1) aspek kemampuan spasial dan verbal, pada laki-laki kemampuan spasialnya yang lebih baik sedangkan perempuan kemampuan verbalnya yang lebih maju; (2) terdapat agresif dan komunikasi dimana laki laki lebih agresif secara verbal dan fisiknya, sedangkan perempuan lebih sensitive terhadap tanda tatanda nonverbalnya; (3) kepribadian dan perilaku dimana laki-laki dideskripsikan sebagai pemberani, aktif, kuat, dominan, sedangkan perempuan lemah, pasif, mudah menyerah, berwatak pengasuh, emosional; (4) kemudian sikap hidupnya, seorang laki-laki bersifat memberi sedangkan perempuan bersifat menerima.

C. Kerangka Berfikir

Proses interaksi sosial seseorang terlihat dalam bentuk sikap dan solidaritas. Tingkat solidaritas seseorang tercermin dalam beberapa sikap seperti tolong menolong, dan saling membantu antar sesama merupakan suatu proses dari penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan interaksi yang berlangsung secara terus menerus dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan dengan lingkungan kita. Penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku seseorang dalam menghadapi tuntutan-tuntutan baik dari dalam diri

sendiri atau dari lingkungan. Dengan kata lain, penyesuaian diri adalah usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialami dalam dirinya.

Di SMA Negeri 1 Ambarawa masih banyak Peserta didik yang belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan, terutama guru, teman dan proses belajar. Selain itu peserta didik kurang dapat bergaul dan bercengkrama dengan teman-teman dikelas maupun di lain kelas terutama ketika pertama kali masuk sekolah dan menyebabkan peserta didik tersebut merasa canggung dengan teman-temannya. Hal ini menyebabkan peserta didik tidak mampu menyesuaikan diri karena kurang mengenal lingkungan sekitar sekolahnya.

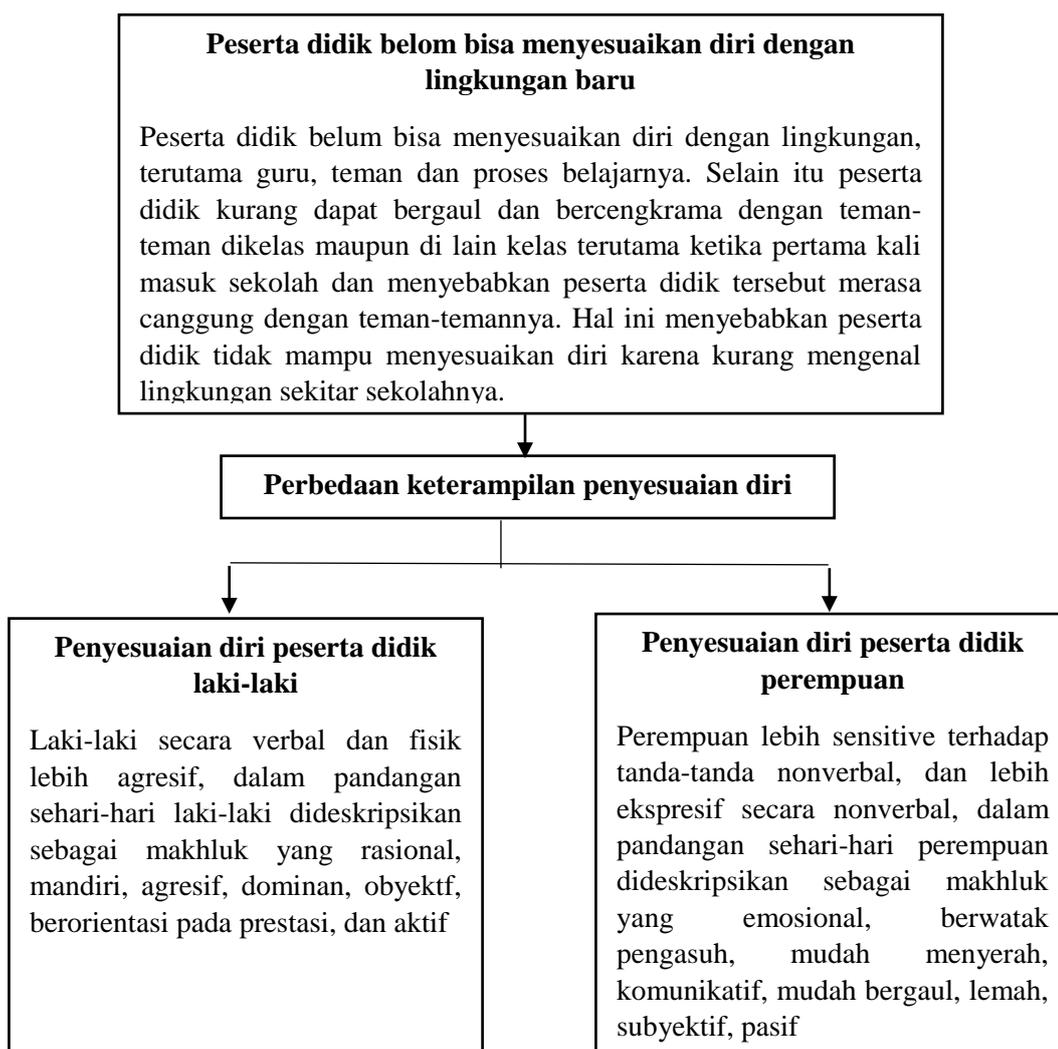
Penyesuaian diri pada remaja laki-laki dan perempuan tentunya berbeda, dapat dilihat dari tingkah laku laki-laki dan perempuan juga sudah berbeda, dimana laki-laki memperlihatkan sikap agresif, dominan, sedangkan perempuan memperlihatkan sikap lemah lembut. Dengan perilaku remaja laki-laki yang dominan membuat anggapan bahwa laki-laki kurang mampu menyesuaikan diri dibanding remaja perempuan.

Dari hasil wawancara di SMA Negeri 1 Ambarawa dapat peneliti simpulkan bahwa penyesuaian diri antara peserta didik laki-laki dan perempuan berbeda, dimana penyesuaian diri peserta didik laki-laki dengan cara bermain *game* bersama teman sekelas laki-laki, berkumpul bersama, atau bertemu ketika ekstrakurikuler disekolah sedangkan penyesuaian diri peserta didik perempuan dengan mengerjakan tugas bersama di rumah teman, ada juga yang hanya menyibukan diri dengan bermain *handphone* sendiri karena canggung untuk

bergabung belajar bersama dengan teman sekelasnya, dan ada juga yang tidak tahu siapa nama teman sekelasnya.

Oleh karena itu, peneliti akan mencoba meneliti adakah perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan. Peneliti juga merangkai kerangka berfikir untuk dijadikan rangkaian gambaran sebuah penelitiannya, apakah terdapat keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa. Lebih jelasnya kerangka berfikir penelitian tersebut dapat dilihat dari bagan berikut ini:

Bagan 2.1 Kerangka Berfikir



D. Hipotesis

1. Ha: Ada perbedaan keterampilan penyesuaian diri antara peserta didik laki-laki dan perempuan.
2. Ho: Tidak ada perbedaan keterampilan penyesuaian diri antara peserta didik laki-laki dan perempuan.

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian dengan judul perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan ini dilakukan di SMA Negeri 1 Ambarawa.

2. Waktu penelitian

Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Desember sampai bulan Februari tahun pelajaran 2021/2022. Adapun jadwal kegiatan penelitian pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 1

Jadwal Kegiatan Penelitian

No.	Uraian Kegiatan	Pelaksanaan Penelitian					
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
1.	Penyusunan Proposal	V					
2.	Penyusunan Instrumen		V				
3.	Pengurusan Perizinan			V			
4.	Uji Coba Instrumen			V			
5.	Pelaksanaan Penelitian				V		
6.	Pengolahan Data					V	
7.	Penyusunan Laporan						V

Tabel 3. 2**Jadwal Pelaksanaan Penelitian**

No.	Uraian Kegiatan	Tanggal
1.	Pengajuan izin penelitian (BAAKSI)	12 November 2021
2.	Pengajuan izin penelitian (Dinas Pendidikan)	17 November 2021
3.	Izin ke sekolah	18 November 2021
4.	<i>Tryout</i>	23 November 2021
5.	Pelaksanaan penyebaran skala Penyesuaian diri	14 Desember 2021

B. Variabel Penelitian

Dinamakan variabel karena ada variasinya. Menurut Sugiyono (2016: 38) variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini hanya ada satu variabel yang akan diuji yaitu variabel Y (variabel terikat): Penyesuaian diri.

C. Metode Penelitian

Dalam melakukan suatu penelitian ilmiah dibutuhkan sebuah metode penelitian, dimana metode tersebut akan dijadikan penentu keberhasilan dari suatu penelitian. Dalam penelitian ilmiah perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa ini menggunakan penelitian kuantitatif komperatif dengan metode survei.

Menurut Sugiyono (2016: 7) dinamakan penelitian kuantitatif karena data penelitian yang digunakan berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Komperatif adalah rumusan masalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda atau pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2016: 36).

Metode survey digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan), tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan kuesioner, test, wawancara terstruktur dan sebagainya (Sugiyono, 2016: 6). Dalam penelitian ini akan mengungkapkan perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan.

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan individu yang menjadi objek penelitian.

1. Populasi

Populasi merupakan objek atau subjek yang dipelajari meliputi seluruh karakteristik, sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu sendiri (Sugiyono, 2016:80). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Ambarawa, dengan karakteristik berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, bersetatus masih aktif sekolah, angkatan 2021-2022 dan berusia kira-kira 16-18 tahun. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 123 siswa dengan pembagian subjek 52 laki-laki dan 71 perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Saifudin (2011: 79) mengatakan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang merupakan bagian dari populasi, yang tentu harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki populasinya. Berdasarkan populasi tersebut penelitian menentukan sampel dengan ciri-ciri sebagai berikut: berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, kelas XI SMA yang berusia kira-kira 16 -18 tahun, sebanyak 123 siswa dengan pembagian subjek 52 laki-laki dan 71 perempuan yang masih aktif sekolah. Kemudian penarikan sampel tersebut dengan menggunakan teknik sampel jenuh yang merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2016: 85).

E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dan standar memperoleh data yang diperlukan guna untuk menentukan metode yang tepat, metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian ini bertujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Adapun cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan observasi, wawancara dan membagikan angket atau kuisioner dengan menggunakan *skala Likert*. Skala penyesuaian diri yang penulis susun sendiri berdasarkan kriteria penyesuaian diri dari karakteristiknya yaitu: Mampu mengontrol emosi yang berlebihan, terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, terhindar dari perasaan frustrasi (kecewa karena suatu kegagalan), memiliki pertimbangan diri dan pengarahan yang rasional, memiliki kemampuan untuk belajar, mampu memanfaatkan pengalaman

masa lalu, bersikap objektif dan realistis. Distribusi penyebaran item untuk variabel penyesuaian diri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3

***Blue Print* Sebaran Item Skala Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba**

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Item
1	Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan.	Mampu mengekspresikan rasa bahagia, mengendalikan amarah terhadap orang lain dan berani mengakui kesalahan	1, 15, 29, 43	2, 16, 30, 44	8
2	Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis	Siswa mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya.	3, 17, 31, 45	4, 18, 32, 46	8

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
3	Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu kegagalan	Terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma	5, 19, 33, 47	6, 20, 34, 48	8
4	Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional	Dapat mengarahkan diri pada hal yang positif, membedakan yang benar dan yang salah, dan mampu menjaga sikap terhadap siapapun	7, 21, 35, 49	8, 22, 36, 50	8

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
5	Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya	Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi	9, 23, 37, 51	10, 24, 38, 52	8
6	Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	Belajar dari keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang baik.	11, 25, 39, 53	12, 26, 40, 54	8
7	Bersikap objektif dan realistis	Mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan	13, 27, 41, 55	14, 28, 42, 56	8

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
		yang dimiliki seseorang sebagaimana keadaan sebenarnya dan yakin terhadap kemampuan dirinya			
JUMLAH			28	28	56

Tabel 3. 4

Kisi-kisi Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba (*Tryout*)

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan.	Mampu mengekspresik an rasa bahagia, mengendalikan amarah	1 (29), 15 (43)	2, 16 (30) , 30 (44)	5

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
		terhadap orang lain dan berani mengakui kesalahan			
2	Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis	Siswa mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya.	3, 17, 29 (31), 31 (45)	4, 18 (32), 32 (46)	7
3	Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu kegagalan	Terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma.	5, 19, 33, 43 (47)	6 (20), 20 (34), 34 (48)	8
4	Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional	Dapat mengarahkan diri pada hal yang positif, membedakan yang benar dan yang salah, dan mampu	7, 21, 35, 45 (49)	8, 22, 36, 44 (50)	8

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
		menjaga sikap terhadap siapapun			
5	Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya	Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi	9, 23, 37, 47 (51)	10, 24, 38, 46 (52)	8
6	Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	Belajar dari keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang baik.	11, 25, 39, 49 (53)	12, 26, 40 (54)	7

No	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
7	Bersikap objektif dan realistis	Mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan yang dimiliki seseorang sebagaimana keadaan sebenarnya dan yakin terhadap kemampuan dirinya	13 (27), 27 (41), 41 (55)	14, 28, 42, 48 (56)	7
JUMLAH			28	28	49

Menurut Sugiyono (2016: 93) untuk mendapatkan data interval yang ada dalam alat ukur. Peneliti menggunakan skor skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok. Pada skala *Likert* terdapat lima alternatif jawaban, yaitu: SS (sangat sesuai), S (sesuai), RR (ragu-ragu), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Untuk menghindari

efek tendensi central atau jawaban pada satu alternatif jawaban, maka penulis memodifikasi skala *Likert* dengan menghilangkan alternatif jawaban ragu-ragu (RR), karena penulis menginginkan responden untuk tetap berpihak menentukan kecenderungan yang tegas dan tidak bersikap ragu-ragu, sehingga skala dalam penelitian ini hanya menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu: SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai).

Adapun penilaian skor yang diberikan pada setiap respon subjek terhadap item pertanyaan bergerak dari 1-4 untuk pertanyaan *favourable* dengan rincian: SS diberi nilai 4, S diberi nilai 3, TS diberi nilai 2, STS diberi nilai 1. Sedangkan pertanyaan *unfavourable* dengan rincian: SS diberi nilai 1, S diberi nilai 2, TS diberi nilai 3, STS diberi nilai 4. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula penyesuaian diri siswa.

Tabel 3. 5
Alternatif Jawaban Skala

Pernyataan	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Uji Validitas

Sugiyono (2014: 121) menjelaskan bahwa instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

Teknik uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan program SPSS 18.0 *for windows*. Berikut langkah-langkah dalam menghitung uji validitas instrument;

- a. Masukkan data ke *excel*
- b. Buka program *SPSS*
- c. Copy file dari *excel* ke *SPSS* > Klik *Analyze* > *Correlate* > *Bivariate*
- d. Masukkan seluruh variabel x ke *variabels*
- e. *Cek list pearson, Two Tailend, Flag* > Klik *OK*

Dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikan 5% Berdasarkan hasil *tryout* instrumen yang telah dilaksanakan, maka dapat dinyatakan bahwa butir item yang tidak valid nomer 1, 6, 13, 15, 16, 18, 40. Sedangkan butir item yang valid adalah 2, 3, 4, 5,7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 17,19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56. Dengan demikian 49 butir item yang valid dapat digunakan untuk instrumen penelitian. Sedangkan 7 butir item yang tidak valid dinyatakan gugur dan tidak dapat digunakan sebagai instrumen penelitian karena tidak memenuhi syarat kevaliditasan.

Berdasarkan hasil *tryout* instrumen yang telah dilaksanakan maka didapatkan rekapitulasi sebagai berikut:

Tabel 3. 6

Rekapitulasi Hasil Analisi Validitas Skala Penyesuaian Diri

No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan	No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan
1.	0,315	0,329	Tidak Valid	29.	0,611	0,329	Valid
2.	0,359	0,329	Valid	30.	0,556	0,329	Valid

No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan	No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan
3.	0,663	0,329	Valid	31.	0,565	0,329	Valid
4.	0,646	0,329	Valid	32.	0,474	0,329	Valid
5.	0,640	0,329	Valid	33.	0,569	0,329	Valid
6.	0,181	0,329	Tidak Valid	34.	-0,554	0,329	Valid
7.	0,684	0,329	Valid	35.	0,518	0,329	Valid
8.	0,580	0,329	Valid	36.	0,429	0,329	Valid
9.	0,602	0,329	Valid	37.	0,501	0,329	Valid
10.	0,643	0,329	Valid	38.	0,522	0,329	Valid
11.	0,626	0,329	Valid	39.	0,697	0,329	Valid
12.	0,615	0,329	Valid	40.	0,177	0,329	Tidak Valid
13.	0,222	0,329	Tidak Valid	41.	0,547	0,329	Valid
14.	0,385	0,329	Valid	42.	0,626	0,329	Valid
15.	0,037	0,329	Tidak Valid	43.	0,430	0,329	Valid
16.	0,316	0,329	Tidak Valid	44.	0,527	0,329	Valid
17.	0,519	0,329	Valid	45.	0,699	0,329	Valid
18.	-0,139	0,329	Tidak Valid	46.	-0,360	0,329	Valid
19.	0,772	0,329	Valid	47.	0,361	0,329	Valid
20.	0,403	0,329	Valid	48.	0,565	0,329	Valid
21.	0,342	0,329	Valid	49.	0,636	0,329	Valid
22.	0,585	0,329	Valid	50.	0,779	0,329	Valid
23.	0,514	0,329	Valid	51.	0,438	0,329	Valid
24.	0,630	0,329	Valid	52.	0,711	0,329	Valid
25.	0,522	0,329	Valid	53.	0,669	0,329	Valid
26.	0,388	0,329	Valid	54.	0,564	0,329	Valid
27.	0,632	0,329	Valid	55.	0,614	0,329	Valid
28.	0,684	0,329	Valid	56.	0,503	0,329	Valid

2. Uji Reliabilitas

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2016: 174). Untuk mempermudah, peneliti menggunakan program SPSS 18.0 *for windows*. Berikut langkah-langkah dalam menghitung Uji reliabilitas:

- a. Masukkan data dalam *excel*
- b. Kemudian buka SPSS pada klik pada data *view*
- c. *Copy file* dari *excel* ke SPSS>Scale> *Reliability Analysis*
- d. Lalu pilih *OK*

Tabel 3. 7

Uji Reliabilitas *Statistics*

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.742	57

Hasil analisis digunakan untuk memprediksi reliabilitas instrumen dan selanjutnya untuk menginterpretasikan tinggi rendahnya reliabilitas instrumen didasarkan pada ketentuan sebagai berikut (Sugiyono, 2013: 168):

- a. 0,000 – 0,199 = Sangat Rendah
- b. 0,200 – 0,399 = Rendah
- c. 0,400 – 0,599 = Sedang
- d. 0,600 – 0,799 = Kuat
- e. 0,800 – 1,000 = Sangat Kuat

Berdasarkan perhitungan reliabilitas keseluruhan diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,742 sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen berupa angket ini reliabel (kuat), jadi butir instrumen ini sudah layak digunakan untuk mengambil data penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data bertujuan untuk menguji hipotesis penelitian, dimana nantinya mendapat suatu kesimpulan dari keadaan sebenarnya dari objek yang diteliti. Berdasarkan data yang sudah diperoleh dari hasil angket, maka pada penelitian ini akan digunakan metode analisis yaitu:

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah sampel dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji yang digunakan adalah uji *Liliefors*. Untuk pengujian hipotesis nol. Misalkan dipunyai sampel acak dengan hasil pengamatan berdasarkan sampel ini akan di uji H_0 : dengan tandingan H_a sebagai berikut:

H_0 : sampel berasal dari populasi normal

H_a : sampel berasal dari populasi tidak normal

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normalitas sebaran data penelitian, yaitu jika taraf signifikan lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) berarti data berdistribusi normal. Sebaliknya, jika taraf signifikan kurang dari 0,05 ($P < 0,05$), maka data berdistribusikan tidak normal. Untuk pengujian hipotesis tersebut peneliti menggunakan program *SPSS 18.0 for windows* dengan langkah sebagai berikut;

- 1) Buka *SPSS*
- 2) Klik *Variabel View*
- 3) Masukkan kode kelompok dan skor total
- 4) Klik *analyz > descriptive statistic > explore*
- 5) Skor total dipindah ke *dependent list*, dan kelompok ke *factor list*
- 6) Klik *plots*, klik *normality plots with test > continue > Ok*

b. Uji Homogenitas varians

Pengujian homogenitas varians (*homoscedasticity*) dilakukan untuk memastikan bahwa kelompok-kelompok yang dibandingkan merupakan kelompok-kelompok yang homogen. Perbandingan harus melibatkan kelompok-kelompok yang homogeny sehingga dapat diklaim bahwa perbedaan kelompok setelah perlakuan hanya disebabkan oleh pemberian perlakuan (Purwanto, 2013: 294).

Untuk mempermudah, peneliti menggunakan program *SPSS 18.0 for windows*. Berikut langkah-langkah dalam menghitung uji hipotesis dengan *SPSS 18.0 for windows*.

- 1) Aktifkan program *SPSS 18.0 for windows*.
- 2) Buat data pada *variable view*.
- 3) Masukkan data pada *data view*.
- 4) Klik *Analyze > Compare Means > One- Way Anova > Klik nilai dan pindahkan/masukkan pada Dependent List* serta klik kelas dan pindahkan/masukkan pada *Factor > Klik Options* dan pilih *Homogeneity of variance test > Continue > Klik OK*.

2. Uji Hipotesis

Pengujian Hipotesis menggunakan statistik parametrik ini dapat dilakukan apabila hasil uji menunjukkan terpenuhinya prasyarat (asumsi) yang diperlukan. Pengujian Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji-tes (Purwanto, 2013: 296). Dimana uji t bertujuan untuk menguji perbedaan rata-rata suatu sampel dengan suatu nilai Hipotesis. Parameter uji Hipotesis penelitian ini menggunakan *Independent Samples Test*, dengan aturan jika $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$ maka H_0 diterima, dan H_a di tolak, jika $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ maka H_0 ditolak, dan H_a diterima (Alhamdu, 2015: 35). Berikut langkah- langkah pengujian dengan menggunakan program *SPSS 18.0 for windows*:

- 1) Masukkan data ke dalam program *SPSS*
- 2) Klik *analyze* kemudian pilih *Compare means*
- 3) Pilih *independent t test*
- 4) Masukkan variabel data ke dalam kotak
- 5) Klik *OK*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Setelah pelaksanaan penelitian, peneliti memperoleh hasil penelitian dan melakukan pembahasan terhadap perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa.

Deskripsi data ini bertujuan untuk mempermudah dalam pemahaman dan memberikan gambaran secara umum mengenai adakah perbedaan keterampilan antara siswa laki-laki dan perempuan. Dalam rangka pengumpulan data untuk membuktikan hipotesis yang telah dikemukakan dan hasil disusun sebagai berikut.

1. Deskripsi data penyebaran skala penyesuaian diri.

Berikut akan dideskripsikan data setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1

Kategori Skala Penyesuaian Diri

Variabel	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	106	184	148,54	14,61

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri bergerak dari 106 sampai 184 dengan *mean* sebesar 148,54 dan standar deviasi sebesar 14,61.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada skala penyesuaian diri maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Banyaknya jenjang kategorisasi diagnosis yang akan dibuat biasanya tidak lebih dari lima jenjang, tapi juga tidak kurang dari tiga (Azwar, 2010: 147). Dalam hal kategorisasi penyesuaian diri siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 163,15$ untuk kategori tinggi, dan skor $148,54 < X < 163,15$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 148,54$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 2

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan	Persentase
$X > 163,15$	Tinggi	7 (13%)	15 (21%)	22 (18%)
$148,54 < X < 163,15$	Sedang	16 (31%)	33 (47%)	49 (40%)
$X < 148,54$	Rendah	29 (56%)	23 (32%)	52 (42%)
Total		52 (100%)	71 (100%)	123 (100%)

Untuk skor $X > 185,406$ yang menjadi nilai untuk kategorisasi tinggi diperoleh dari perjumlahan *mean* dengan standar deviasi ($148,54 + 14,61 = 163,15$) dan dibulatkan menjadi $X = 163,15$, sedangkan untuk skor yang menjadi nilai untuk kategorisasi sedang, diperoleh dari kategori *mean* atau rata-rata sampai jumlah skor tertinggi ($148,54 - 163,15$) dan untuk kategori rendah diperoleh dari nilai di bawah kategorisasi sedang yaitu $X = 148,54$.

Dari hasil kategorisasi pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 29 orang siswa laki-laki atau sebesar 56% dan sebanyak 23 orang siswi atau sebesar 32% sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 7 orang untuk laki-laki atau 13% dan 15 orang untuk perempuan atau 21% dan kategori sedang 16 orang laki-laki atau 31% dan 33 orang perempuan atau 47%.

Tabel 4. 3

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	146,03	14,39011618	106	184
Perempuan	71	151,32	14,37797087	117	180

Berdasarkan tabel kategorisasi skala penyesuaian diri, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

2. Deskripsi data per indikator

Berikut akan dideskripsikan data pada setiap indikator setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebaagi berikut:

a. Indikator 1 “Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan”

Indikator pertama terdiri dari 5 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 1, 15, 2, 16, 30. Berikut deskripsi data pada indikator 1 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.4
Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 1

Indikator 1	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	9	20	15,325	2,054

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program SPSS (*Statistical Programme for Social Science*) versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 1 bergerak dari 9 sampai 20 dengan mean sebesar 15,325 dan standar deviasi sebesar 2,054.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 1 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 1 penyesuaian diri siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 17,379$ untuk

kategori tinggi, dan skor $15,325 < X < 17,379$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 15,325$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 5

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 1

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 17,379$	Tinggi	14	25
$15,325 < X < 17,379$	Sedang	30	38
$X < 15,325$	Rendah	8	8
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 1 pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 8 orang siswa laki-laki dan 8 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 14 orang untuk laki-laki dan 25 orang untuk perempuan dan kategori sedang 30 orang laki-laki dan 38 orang perempuan.

Tabel 4. 6

Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 1

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	15,25	2,2436	9	20
Perempuan	71	15,38	1,9016	11	20

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 1, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

b. Indikator 2 “Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis”

Indikator kedua terdiri dari 7 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 3, 17, 29, 31, 4, 18, 32 Berikut deskripsi data pada indikator 2 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.7

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 2

Indikator 2	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	15	25	20,577	2,044

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 2 bergerak dari 15 sampai 25 dengan *mean* sebesar 20,577 dan standar deviasi sebesar 2,044.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 2 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 2 penyesuaian diri siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 22,621$ untuk

kategori tinggi, dan skor $20,577 < X < 22,621$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 20,577$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 8
Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 2

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 22,621$	Tinggi	7	17
$20,577 < X < 22,621$	Sedang	27	33
$X < 20,577$	Rendah	18	21
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 2 pada tabel, diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 18 orang siswa laki-laki dan 21 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 7 orang untuk laki-laki dan 17 orang untuk perempuan dan kategori sedang 27 orang laki-laki dan 33 orang perempuan.

Tabel 4. 9
Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 2

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	20,327	2,0165	15	25
Perempuan	71	20,761	2,045	17	25

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 2, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

c. Indikator 3 ” Terhindar dari perasaan frustrasi”

Indikator ketiga terdiri dari 7 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 5, 19, 33, 43, 6, 20, 34. Berikut deskripsi data pada indikator 3 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.10

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 3

Indikator 3	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	14	26	20,943	2,111

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 3 bergerak dari 14 sampai 26 dengan *mean* sebesar 20,943 dan standar deviasi sebesar 2,111.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 3 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 3 penyesuaian diri siswa laki-laki dan

perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 23,055$ untuk kategori tinggi, dan skor $20,943 < X < 23,055$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 20,943$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 11

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 3

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 23,055$	Tinggi	9	10
$20,943 < X < 23,055$	Sedang	29	33
$X < 20,943$	Rendah	14	28
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 3 pada tabel, diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 14 orang siswa laki-laki dan 28 orang perempuan, untuk kategorisasi tinggi sebanyak 9 orang untuk laki-laki dan 10 orang untuk perempuan dan kategori sedang 29 orang laki-laki dan 33 orang perempuan.

Tabel 4. 12

Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 3

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	20,6154	3,0301	14	25
Perempuan	71	21,1831	2,13825	15	26

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 3, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

d. Indikator 4 “Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional”

Indikator keempat terdiri dari 8 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 7, 21, 35, 45, 8, 22, 36, 44. Berikut deskripsi data pada indikator 4 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.13

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 4

Indikator 4	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	16	29	23,235	2,647

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 4 bergerak dari 16 sampai 29 dengan *mean* sebesar 23,235 dan standar deviasi sebesar 2,467.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 4 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 4 penyesuaian diri siswa laki-laki dan

perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 25,883$ untuk kategori tinggi, dan skor $23,235 < X < 25,883$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 23,235$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 14
Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 4

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 25,883$	Tinggi	8	10
$23,235 < X < 25,883$	Sedang	30	38
$X < 23,235$	Rendah	14	23
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 4 pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 14 orang siswa laki-laki dan 23 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 8 orang untuk laki-laki dan 10 orang untuk perempuan dan kategori sedang 30 orang laki-laki dan 38 orang perempuan.

Tabel 4. 15
Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 4

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	22,826	2,672	16	29
Perempuan	71	23,535	2,588	17	29

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 4, terlihat bahwa mean pada varian perempuan sedikit lebih besar dari mean laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

e. Indikator 5 “Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya”

Indikator kelima terdiri dari 8 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 9, 23, 37, 47, 10, 24, 38, 46. Berikut deskripsi data pada indikator 5 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.16

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 5

Indikator 5	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	14	32	24,29	3,657

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows. Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 5 bergerak dari 14 sampai 32 dengan *mean* sebesar 24,29 dan standar deviasi sebesar 3,657.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 5 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 5 penyesuaian diri siswa laki-laki dan

perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 27,950$ untuk kategori tinggi, dan skor $24,293 < X < 27,950$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 24,293$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 17

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 5

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 27,950$	Tinggi	10	14
$24,293 < X < 27,950$	Sedang	21	24
$X < 24,293$	Rendah	21	33
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 5 pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 21 orang siswa laki-laki dan 33 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 10 orang untuk laki-laki dan 14 orang untuk perempuan dan kategori sedang 21 orang laki-laki dan 24 orang perempuan.

Tabel 4. 18

Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 5

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	23,30	3,49	14	32
Perempuan	71	25,01	3,60	15	32

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 5, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

f. Indikator 6 “Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu”

Indikator keenam terdiri dari 7 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 11, 25, 39, 49, 12, 26, 40. Berikut deskripsi data pada indikator 6 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.19

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 6

Indikator 6	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	13	28	21,943	2,762

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 6 bergerak dari 13 sampai 28 dengan *mean* sebesar 21,943 dan standar deviasi sebesar 2,762.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 6 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 6 penyesuaian diri siswa laki-laki dan

perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 24,705$ untuk kategori tinggi, dan skor $21,943 < X < 24,705$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 21,943$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 20

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 6

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 24,705$	Tinggi	8	12
$21,943 < X < 24,705$	Sedang	25	31
$X < 21,943$	Rendah	19	28
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 6 pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 19 orang siswa laki-laki dan 28 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 8 orang untuk laki-laki dan 12 orang untuk perempuan dan kategori sedang 25 orang laki-laki dan 31 orang perempuan.

Tabel 4. 21

Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 6

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	21,48	2,59	17	28
Perempuan	71	22,28	2,83	13	28

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 6, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

g. Indikator 7 “Bersikap objektif dan realistis”

Indikator ketujuh terdiri dari 7 item pada skala psikologis penyesuaian diri yaitu nomor 13, 27, 41, 14, 28, 42, 48. Berikut deskripsi data pada indikator 7 setelah penyebaran skala penyesuaian diri. Sebelum dilakukannya analisis data dengan menggunakan *t-test*, untuk lebih jelasnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.22

Kategori Skala Penyesuaian Diri Indikator 7

Indikator 7	Skor X yang diperoleh			
	<i>X Min</i>	<i>X Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Penyesuaian Diri	15	28	22,772	2,625

Skor X yang diperoleh didapat dari tabel deskriptif statistik dengan bantuan program *SPSS (Statistical Programme for Social Science)* versi 20 for windows . Total skor skala penyesuaian diri pada indikator 7 bergerak dari 15 sampai 28 dengan *mean* sebesar 22,772 dan standar deviasi sebesar 2,625.

Selanjutnya, setelah mengetahui skor keseluruhan pada indikator 7 maka dilakukan penggolongan dalam tiga kategori yaitu, kategorisasi rendah, sedang dan tinggi. Dalam hal kategorisasi indikator 7 penyesuaian diri siswa laki-laki dan

perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dengan ketentuan skor $X > 25,397$ untuk kategori tinggi, dan skor $22,772 < X < 25,397$ sebagai nilai untuk kategori sedang. Sementara untuk skor kategori rendah dapat diketahui dari nilai yang berada di bawah $X < 22,72$. Berikut ini tabel kategorisasi:

Tabel 4. 23

Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri Indikator 7

Skor	Kategori	Laki-laki	Perempuan
$X > 25,397$	Tinggi	12	14
$22,772 < X < 25,397$	Sedang	16	31
$X < 22,72$	Rendah	24	26
Total		52	71

Dari hasil kategorisasi indikator 7 pada tabel diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 24 orang siswa laki-laki dan 26 orang perempuan, sementara sisanya berada dalam kategorisasi tinggi dan sedang. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 12 orang untuk laki-laki dan 14 orang untuk perempuan dan kategori sedang 16 orang laki-laki dan 31 orang perempuan.

Tabel 4. 24

Kategori Skala Penyesuaian Diri Siswa Laki-laki dan Perempuan Indikator 7

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Laki-laki	52	22,23	2,46	15	27
Perempuan	71	23,16	2,66	17	28

Berdasarkan tabel kategorisasi penyesuaian diri indikator 7, terlihat bahwa *mean* pada varian perempuan sedikit lebih besar dari *mean* laki-laki, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri perempuan sedikit lebih tinggi dari laki-laki.

B. Uji Persyaratan

Uji normalitas dan uji homogenitas merupakan syarat sebelum melakukan analisis komparatif dengan maksud agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya ditarik.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normalitas sebaran data penelitian, yaitu jika taraf signifikan lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) berarti data berdistribusi normal. Sebaliknya, jika taraf signifikan kurang dari 0,05 ($P < 0,05$), maka data berdistribusikan tidak normal. Hasil uji normalitas penyesuaian diri siswa laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Ambarawa dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. 25

Hasi Uji Normalitas

Kelompok		<i>Kolmogorov-Smirnov^a</i>			<i>Shapiro-Wilk</i>		
		<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Penyesuaian Diri	Laki-laki	.089	52	.200*	.980	52	.529
	Perempuan	.085	71	.200*	.976	71	.197

Berdasarkan tabel deskripsi hasil uji normalitas, maka dapat di jelaskan bahwa:

- a. Hasil uji normalitas terhadap variabel penyesuaian diri pada laki-laki memiliki nilai signifikan 0,200. Berdasarkan data tersebut, maka dapat dikatakan bahwa nilai signifikan penyesuaian diri pada laki-laki lebih besar dari 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa data variabel penyesuaian diri pada laki-laki berdistribusi normal.
- b. Hasil uji normalitas terhadap variabel penyesuaian diri pada perempuan memiliki nilai signifikan 0,200 Berdasarkan data tersebut, maka dapat dikatakan bahwa nilai signifikan penyesuaian diri pada perempuan lebih besar dari 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa data variabel penyesuaian diri pada perempuan berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas varians bertujuan untuk menyelidiki apakah varians kelompok-kelompok yang dibandingkan homogen (kelompok yang sama). Adapun hasil uji homogenitas diringkas pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 26

Hasil Uji Homogenitas

<i>Levene Statistic</i>	df 1	df 2	<i>Sig</i>
.153	1	121	.696

Dari hasil uji homogenitas diketahui variabel penyesuaian diri dengan Sig (p) (0,696) > (0,05). Hasil tersebut menunjukkan nilai $P > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa penyebaran data tersebut homogen.

C. Uji Hipotesis

Untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan penyesuaian diri pada siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa maka dilakukan analisis *One Sampel T-Test*, dengan aturan jika t hitung $<$ t tabel maka H_0 diterima, dan H_a ditolak, jika t hitung $>$ t tabel maka H_0 ditolak, dan H_a diterima. Uji Hipotesis dilakukan dengan bantuan SPSS versi 18,0 *for windows*. Berikut tabel hasil uji Hipotesis menggunakan uji-t.

Tabel 4. 27

Group Statistics

kelompok	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std Deviation</i>	<i>Std Error</i>
laki-laki	52	146.04	14.531	2.015
perempuan	71	151.32	14.480	1.718

Tabel 4. 28

Independent Samples Test

<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>			<i>t-test for Equality of Means</i>						
	<i>F</i>	<i>Sig</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>	
								<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
<i>Equal variances assumed</i>	.153	.696	-1.997	121	.048	-5.285	2.647	-10.526	-.045
<i>Equal variances not assumed</i>			-1.996	109.835	.048	-5.285	2.648	-10.534	-.037

Dari hasil uji t diketahui variabel penyesuaian diri terdapat nilai signifikan $0,048 < 0,05$, sedangkan nilai t hitung ($1,997$) $>$ t tabel ($1,97976$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada sedikit perbedaan penyesuaian diri yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.29

Pengujian Hipotesis

Taraf Signifikan	t- hitung	t- tabel	Perbandingan	Kesimpulan	
				Formal	
				Ho	Ha
0,05	1,997	1,979	t-hitung $>$ t-tabel	Ditolak	Diterima

Dari penjelasan pada tabel pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat sedikit perbedaan penyesuaian diri antara siswa laki-laki dengan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa.

D. Pembahasan

Penelitian dengan judul perbedaan keterampilan penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan ini di lakukan di SMA Negeri 1 Ambarawa yang beralamat di Jl.Yos Sudarso No.46, Kupangtengah, Kecamatan Ambarawa, Kab. Semarang, Jawa Tengah.

Untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan penyesuaian diri pada siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa maka dilakukan analisis *independent sampels t-test*, dengan aturan jika t hitung $<$ t tabel maka Ho diterima, dan Ha ditolak, jika t hitung $>$ t tabel maka Ho ditolak, dan Ha diterima. Uji hipotesis dilakukan dengan bantuan SPSS versi 18,0 *for windows*. Berikut

hasil uji hipotesis menggunakan uji-t dan didapat nilai t-hitung sebesar $(1.997) > t$ tabel (1.97976) , kaidah yang dipakai dalam penarikan kesimpulan adalah dengan membandingkan nilai t-hitung dan t- tabel. Nilai t-tabel yang didapat dengan df sebesar 121 pada $p = 0,05$ adalah $1,97976$. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri antara siswa laki-laki dengan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa yang dikategorisasi berdasarkan *Std.Deviation*. Jumlah perbandingan antara laki-laki $(14,3901)$ dengan perempuan $(14,3779)$ dan *mean* pada laki-laki $(146,03) < (151,32)$, dapat diartikan bahwa penyesuaian diri pada perempuan sedikit lebih tinggi dibanding laki-laki.

Dari hasil kategorisasi presentase pada penyesuaian diri laki-laki dan perempuan diketahui bahwa dalam kategori rendah yaitu sebanyak 29 siswa laki-laki atau sebesar 56% dan sebanyak 23 siswi atau sebesar 32% artinya siswa tidak mampu menyesuaikan diri. Untuk kategorisasi tinggi sebanyak 7 siswa laki-laki atau 13% dan 15 siswi perempuan atau 21% artinya siswa mampu menyesuaikan diri kemudian dalam kategori sedang 16 siswa laki-laki atau 31% dan 33 siswi perempuan atau 47%, artinya siswa mencoba menyesuaikan diri. Sesuai dengan pendapat Suryani (2013: 136) menyatakan bahwa perasaan ragu, tidak mampu, dan tidak aman mengakibatkan perilaku yang kurang baik. Remaja seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi, sehingga remaja mencapai kepuasan terhadap diri dan lingkungan.

Pada umumnya perbedaan karakteristik pada laki-laki dan perempuan sangatlah berbeda, yang pertama pada aspek kemampuan spasial dan verbal, pada laki-laki kemampuan spasialnya yang lebih baik sedangkan perempuan

kemampuan verbalnya yang lebih maju. Kedua yaitu agresif dan komunikasi dimana laki laki lebih agresif secara verbal dan fisiknya, sedangkan perempuan lebih sensitive terhadap tanda tatanda nonverbalnya. Ketiga pada kepribadian dan perilaku dimana laki-laki dideskripsikan sebagai pemberani, aktif, kuat, dominan, sedangkan perempuan lemah, pasif, mudah menyerah, berwatak pengasuh. Dan yang terakhir keempat pada sikap hidupnya, seorang laki-laki bersifat memberi sedangkan perempuan bersifat menerima (Lilik, 2020: 28).

Adapun landasan yang peneliti gunakan untuk penelitian ini yaitu karakteristik penyesuaian diri yang digunakan peneliti dalam pembuatan alat ukur penelitian ini. Menurut Susanto (2018: 81) penyesuaian diri yang baik ditandai dengan beberapa karakteristik sebagai berikut; 1) Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan, dimana dalam kategori rendah individu kurang tanggap atau terlalu berlebihan dalam menghadapi sesuatu atau situasi tertentu, kemudian pada kategori sedang individu mencoba untuk mengelola amarah dan emosi terhadap orang lain, dan pada kategori tinggi individu tidak terdapat gangguan dalam hal emosi seperti mampu mengekspresikan rasa bahagia dan berani mengakui kesalahan.

Karakteristik ke 2) Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, dimana pada kategori rendah adalah individu yang selalu menyembunyikan masalah yang sedang dihadapi, sedangkan pada kategori sedang individu mencoba terusterang terhadap adanya masalah yang dihadapi, dan pada kategori tinggi individu jujur terhadap masalah yang dihadapi dan mampu menghadapi permasalahan tersebut. 3) Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu

kegagalan, dimana pada kategori rendah individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara wajar terhadap tingkah laku yang menyimpang, sedangkan pada kategori sedang individu mencoba untuk menerima permasalahan yang dihadapinya, dan pada kategori tinggi individu terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma.

Karakteristik ke 4) Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional, dimana pada kategori rendah individu tidak mampu membedakan mana perilaku yang benar dan yang salah, sedangkan pada kategori sedang individu mencoba mempertimbangkan segala masalah secara rasional, dan pada kategori tinggi, individu mampu mengarahkan diri pada hal yang positif dan mampu menjaga sikap terhadap siapapun. 5) Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya, dimana pada kategori rendah individu tidak memiliki motivasi untuk meningkatkan potensi diri, sedangkan pada kategori sedang, individu mencoba mengatasi masalah yang dihadapi, dan pada kategori tinggi individu mampu mempelajari pengetahuan yang mendukung untuk meningkatkan prestasi.

Karakteristik ke 6) Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, dimana pada kategori rendah individu tidak mampu mengembangkan kualitas hidup yang baik, sedangkan pada kategori sedang individu mencoba belajar dari pengalaman sendiri dan pengalaman orang lain, dan pada kategori tinggi individu mampu memilih pengalaman diri sendiri atau pengalaman orang lain untuk dijadikan pembelajaran. 7) Bersikap objektif dan realistis, dimana pada kategori rendah individu tidak yakin terhadap kemampuan diri, sedangkan pada kategori sedang

individu mencoba memperbaiki kekurangan yang dimiliki, dan pada kategori tinggi individu mampu menerima keadaan diri yang sebenarnya.

Jika di lihat dari *blue print* item penyesuaian diri yang paling sedikit gugur yaitu pada indikator ke 5 “Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (25,01) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (23,30). Pada indikator ini individu dengan penyesuaian diri yang baik ialah individu yang mampu belajar, dengan proses belajar dapat dilihat dari hasil kemampuan individu tersebut mempelajari pengetahuan yang mendukung yang telah dihadapi, pengetahuan yang diperoleh dapat mengatasi masalah yang dihadapi, sehingga individu memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi.

Dari hasil analisis indikator kelima dapat dijelaskan ketika pelajaran berlangsung perempuan cenderung langsung merangkum dan memperhatikan dengan diam ketika guru menjelaskan, akan tetapi laki-laki lebih aktif bertanya dibanding merangkum materi yang dijelaskan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Kharis (2017: 2), berdasarkan hasil pengamatan di kelas terlihat pada aktifitas siswa (bercerita, tanya jawab) dimana dalam proses diskusi yang dilakukan, siswa laki-laki terlihat lebih bersemangat dibanding siswa perempuan. Sedangkan pada aktifitas mendengarkan (mendengarkan penjelasan guru, merangkum, saat diarahkan guru) dimana dalam hal ini terlihat bahwa siswa perempuan lebih serius dan bersungguh-sungguh dalam mendengarkan penjelasan guru, merangkum ketika dijelaskan saat pembelajaran berlangsung dibanding dengan siswa laki-laki yang terlihat tidak terlalu serius dalam hal tersebut.

Indikator keempat “Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (23,535) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (22,826). Pada indikator ini individu yang tidak bisa mempertimbangkan masalah secara rasional akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, seperti halnya mampu mengarahkan diri pada hal-hal yang positif. Dari hasil analisis indikator keempat dapat dijelaskan bahwa perempuan cenderung suka mengikuti kegiatan organisasi dibanding laki-laki, dalam hal ini bukan berarti laki-laki juga tidak suka mengikuti kegiatan organisasi, akan tetapi kebanyakan siswa perempuan yang lebih banyak tertarik dibanding siswa laki-laki.

Indikator ketujuh “Bersikap objektif dan realistis”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (23,16) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (22,23). Pada indikator ini individu memiliki penyesuaian diri yang baik ialah mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan yang dimiliki seseorang bagaimana keadaan sebenarnya, dan yakin terhadap kemampuannya. Dari indikator ketujuh dapat dijelaskan bahwa perempuan dan laki-laki tidak enggan apabila melakukan kesalahan meminta maaf terlebih dahulu karena laki-laki dan perempuan menginginkan kedamaian dalam dirinya. Selain itu hasil dari indikator ketujuh perbedaan perempuan dan laki-laki yaitu ketika laki-laki ingin pikirannya dan perasannya dimengerti mereka mengungkapkannya secara langsung, sebaliknya perempuan lebih suka memberikan isyarat agar bisa dimengerti.

Indikator keenam “Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (22,28) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (21,48). Pada indikator ini individu dengan penyesuaian diri yang baik adalah dapat belajar dari pengalamannya maupun pengalaman orang lain. Dari indikator keenam dapat dijelaskan bahwa laki-laki lebih banyak memiliki teman dibanding perempuan, dan perempuan lebih suka pilih-pilih sebelum berteman. Rata-rata perempuan lebih suka belajar dibanding bermain, sedangkan laki-laki lebih suka bermain dibanding dengan belajar. Sedangkan ketika ada permasalahan yang datang dalam diri individu, dari hasil perhitungan pada indikator keenam laki-lakilah yang lebih cepat bangkit dibanding perempuan ketika ada masalah datang.

Pada indikator ketiga “Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa dan kegagalan”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (21,183) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (20,615). Pada indikator ini dapat disimpulkan bahwa perasaan frustrasi dan kecewa tidaklah bisa dipungkiri terhadap setiap individu, akan tetapi bagaimana cara individu tersebut menghadapi dirinya yang sedang mengalami frustrasi dan kecewa ketika adanya kegagalan. Perempuan dalam menghadapi kegagalan yang mengakibatkan perasaannya kecewa lebih cenderung menyendiri, merenung dengan kesibukannya sendiri, sedangkan laki-laki ketika menghadapi sebuah kegagalan yang mengakibatkan perasaannya kecewa cenderung merilekskannya dengan menghibur diri dengan teman-temannya seperti tongkrong bareng sehingga lupa dengan perasaan kecewanya.

Selanjutnya pada indikator kedua “Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis”, berdasarkan kategori hasil skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* perempuan (20,761) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (20,327). Pada indikator kedua dijelaskan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri berarti individu tersebut mampu menghadapi permasalahan yang dihadapi, dengan muncul reaksi yang normal tanpa adanya reaksi mekanisme pertahanan diri. Dan dapat dideskripsikan pada hasil analisis skala penyesuaian diri bahwa perempuan cenderung ketika ada permasalahan dalam dirinya lebih suka berbagi cerita dan terusterang kepada teman terdekatnya, sedangkan laki-laki ketika menghadapi sebuah masalah lebih tidak peduli terhadap lingkungan sekitar.

Kemudian yang terakhir yaitu Indikator pertama “Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan”, berdasarkan kategori hasil analisis skala penyesuaian diri terlihat bahwa *mean* pada perempuan (151,32) sedikit lebih tinggi daripada laki-laki (146,03), dapat dideskripsikan bahwa perempuan mampu mengendalikan amarah atau emosional terhadap orang lain, sedangkan laki-laki ketika ada masalah dengan orang lain cenderung meluapkan emosi atau amarahnya.

BAB V

SIMPULAN, SARAN DAN KETERBATASAN PENELITIAN

A. Simpulan

Berdasarkan penjelasan hasil analisis setiap indikator dan penelitian yang telah dilakukan dari jumlah perbandingan antara laki-laki (14,3901) dengan perempuan (14,3779) dan *mean* pada laki-laki (146,03) < (151,32), dan hasil uji hipotesis menggunakan uji-t dan didapat nilai t-hitung sebesar (1.997) > t tabel (1.97976), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa dan penyesuaian diri pada siswa laki-laki sedikit lebih rendah dibanding siswi perempuan.

B. Saran

Adapun saran yang diajukan peneliti dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi pengajar

Bagi pengajar, supaya tetap memberikan perhatian yang lebih mendalam terhadap peserta didik, terutama perkembangan dalam penyesuaian diri peserta didik disekolah.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yaitu supaya dapat dijadikan sebagai bahan referensi terhadap penelitian yang sejenis.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian yang peneliti lakukan di SMA Negeri 1 Ambarawa ini tidak dapat dipungkiri adanya kendala selama penelitian, keterbatasan pada penelitian ini adalah peneliti tidakbisa mendeskripsikan mengenai keterampilan penyesuaian diri secara luas dan kompleks, dikarenakan penelitian kuantitatif komperatif ini hanya digunakan untuk membandingkan apakah terdapat perbedaan antara penyesuaian diri peserta didik laki-laki dan perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, Siska. P. 2010. Penyesuaian Diri Pada Remaja Obesitas Ditinjau dari Kematangan Emosi Dan Jenis Kelamin. *Majalah Ilmiah Informatika*. Vol. 1 (2), 92-104. Diunduh pada 02 Agustus 2021 dilaman <https://www.unaki.ac.id>
- Alhamdu. 2015. *Modul Pembelajaran Komputer Statistik dengan Program SPSS*. Palembang: UIN Raden Fatah Palembang.
- Ali Muhammad & Asrori. 2011. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alifiulahtin. U. 2017. *Gender dan Wanita Karir*. Malang: Universitas Brawijaya.
- Ardiyanto. 2012. Penyesuaian Diri Remaja Ditinjau Dari Presepsi Terhadap Pola asuh Otoriter Orang. *Jurnal Ilmiah*. Vol. 4 (2). 1-6. Diunduh pada 2, Agustus 2021 (<http://journal.unnes.ac.id/unj/index.php/INTUISI>)
- Caeli, R. 2016. Penyesuaian Diri Diswa SMP Terhadap Kehidupan Di sekolah Yogyakarta. *Skripsi*. (<https://repisitory.usd.ac.id>)
- Desmita. 2016. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP dan SMA*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitriana, S., & Ismah. 2014. Meningkatkan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Melalui Layanan Informasi Dengan Teknik Modelling Simbolik. *Jurnal Ilmiah*. Diunduh pada 11 Oktober 2021 dilaman (<http://journal2.um.ac.id>)
- Hadi. W. 2013. Perbedaan Tingkat Kemandirian dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantauan Suku batak ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Character*. Vol. 1 (2). 1-6.
- Hosnan, 2016. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Kasmawati. 2013. Gender Dalam Perspektif Islam. *Jurnal Sipakalabi*. Vol. 01 (01), 55-68.
- Khariis. M. 2017. Pengaruh Gender Terhadap Keaktifan Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sosiologi di SMA. Vol. 01 (01), 1-11.
- Lilik. M. 2017. Perbedaan Kemandirian antara Remaja Laki-laki dan Perempuan di MTs Pondok Pesantren Aulia Cendikia Palembang. *Skripsi*.

- Mahmud, H. 2012. *Sosiologi Pendidikan*. Bandung: Pustaka setia.
- Mansur. F. 2013. *Analisis Gender dan Transformasi Sosial*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Nika. L. 2015. Peranan Konselor Terhadap Masalah Penyesuaian Diri Siswa SMA Negeri 3 Tuban. *Jurnal BK Unesa*. Vol. 05 (01), 9-18. Diunduh Pada 02 Agustus 2021 dilaman <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id>
- Okto, P. R. 2021. Penyesuaian Diri Siswa Berasrama. *Indonesian Counseling and Psychology*. Vol. 01 (02), 26-38. Diunduh pada 30 Desember 2021 dilaman <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ergasia/index>
- Permata, A. P. 2018. Perbedaan Penyesuaian Diri Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin Diperguruan Tinggi. *Skripsi* (<http://repository.unika.ac.id>)
- Pritaningrum. 2013. Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan sosial*. Vol. 02(03). 134-143.
- Purwanto. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Riska, N., dkk. 2017. Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 5(3), 1-3. Diunduh pada 02 Agustus 2020 dilaman <http://jurnal.fkip.unila.ac.id>
- Rizqiyah, Mumtazah. 2017. Peranan Guru Bimbingan konseling dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling 2 Dakwah Islam*. Vol.14 (2), 1-14. Diunduh pada 02 Agustus 2021 dilaman <https://ejournal.uin-suka.ac.id>
- Saputra, A.P. 2013. Perbedaan Penyesuaian Diri Antara Siswa Putra dan Siswi Putri Kelas X dan XI Sma Muhammadiyah Salatiga. *Skripsi*. Universitas Kristen Satya Wacana salatiga. (<https://repository.uksw.edu>)
- Sari, K. D. 2014. Kontribusi Kualitas Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SDTP Negeri 2 Sawan tahun Pelajaran 2013/2014. *Ejournal Jurnal Bimbingan Konseling*. Diunduh pada 02 Agustus 2021 dilaman <https://ejournal.undiksha.ac.id>
- Shintya. T. 2019. Kontribusi Komunikasi Interpersonal Terhadap Penyesuaian Diri Siswa di SMK Negeri 10 Padang. *Skripsi*. Padang: fakultas Ilmu Pendidikan UNP (<http://respository.unp.ac.id/>)

- Siswanto. 2006. *Kesehatan Mental; Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: ANDI.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani. L. 2013. Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol.02 (01). 136-140
- Sunarto, Agung Hartono. 2018. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Susanto. 2018. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Syaifudin. 2011. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Ustman, Najati. 2010. *Psikologi Qur'ani*. Bandung: Marja
- Yusuf. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No.	Uraian Kegiatan	Tanggal
1.	Pengajuan izin penelitian (BAAKSI)	12 November 2021
2.	Pengajuan izin penelitian (Dinas Pendidikan)	17 November 2021
3.	Izin ke sekolah	18 November 2021
4.	<i>Tryout</i>	23 November 2021
5.	Pelaksanaan penyebaran skala Penyesuaian diri	14 Desember 2021

Pedoman Wawancara dengan Guru BK

A. Narasumber : Sulih Lestari

B. Tempat : Ruang BK SMA Negeri 1 Ambarawa

C. Pedoman Pertanyaan

1. Daftar pertanyaan untuk menjalin Rapport :
 - a. Perkenalan diri dan menanyakan kabar
 - b. Menanyakan kesediaan waktu luang untuk berbincang
2. Daftar pertanyaan inti
 - a. Bagaimana proses pembelajaran siswa baru pada masa pandemi?
 - b. Dalam pembelajaran jarak jauh apakah siswa tetap aktif mengikutinya?
 - c. Apakah siswa baru mampu menyesuaikan diri terhadap pembelajaran jarak jauh?
 - d. Bagaimana penyesuaian diri yang dilakukan siswa dengan guru?
 - e. Bagaimana penyesuaian diri siswa dengan lingkungannya?
 - f. Apakah penyesuaian diri siswa mempengaruhi hasil belajar?
 - g. Bagaimana cara ibu dalam membantu siswa menyesuaikan diri?

Hasil Wawancara

Mahasiswa : Selamat Pagi Bu Sulih

Guru Bk : Selamat Pagi juga Mas, priapun ada apa ini?

Mahasiswa : Maaf sudah mengganggu waktunya bu Sulih, apakah ibu sedang sibuk hari ini?

Guru BK : Wah ya tidak to mas, ibu tidak sibuk, kan kemaren sudah janji jam segini, gimana mas apa yang ingin mas Dyfa tanyakan mengenai siswa disini?

Mahasiswa : Sebelumnya saya ucapkan terimakasih banyak atas waktunya bu, tujuan saya kesini untuk melakukan wawancara dengan ibu mengenai siswa disini bu.

Guru Bk : Iya mas Monggo langsung saja .

Mahasiswa : Bu saya mau bertanya, bagaimana proses pembelajaran siswa baru pada masa pandemi ini?

Guru Bk : Masih banyak yang harus menyesuaikan, tapi PJJ ya tetep ada, Jadi dengan adanya keputusan dari pemerintah yang memindahkan proses pembelajaran yang mulanya berangkat kesekolah menjadi sekolah dirumah ini, ya kita mengikuti peraturan tersebut. Jadi proses pembelajarannya dilakukan secara jarak jauh (PJJ) dengan metode Daring yang memanfaatkan teknologi handphone atau laptop, begitu mas.

Mahasiswa : Brarti PJJ nya jam nya sama bu?

Guru BK : Iya mas, tapi di jadwalkan sesuai pelaksanaan PJJ nya.

Mahasiswa : Begitu ya bu, nah kemaren itu saya bertemu dengan siswa, itukan ngobrol bu, nah katanya mulai hari ini dah mulai berangkat itu yang kelas 10 itu jadi berangkat apa tidak nggih bu?

Guru BK : Itu PTM (pembelajaran tatap muka), yang ujicoba tahap ke dua di SMA Negeri 1 Ambarawa, dan itu hanya perwakilan kelas 10, diambil dari 360

siswa hanya 100 anak per hari ini, kalau yang pertama itu sekolah lain yaitu SMA 1 Ungaran, karena pada tahap 1 nya di SMA ungaran itu kelas 10 dan 11, kalo kita yang tahap kedua yang baru awal jadi diambil kelas 10 saja.

Mahasiswa :Bu kalau peserta didik dimasa pandemi ini aktif apa tidak bu untuk mengikuti PJJ online?

Guru BK :Untuk PJJ online di SMA Negeri 1 Ambarawa kemaren, kita sudah mengikuti pertemuan evaluasi, rapat dinas dll, kayaknya keaktifan anak mengikuti PJJ diatas 90 %.

Mahasiswa :Brarti ya bagus nggih bu.

Guru BK :Iya mas, sudah bagus, ya walaupun ada cerita disekolah lain untuk mengikuti PJJ banyak yang bolos, Kalo disini satu dua orang dan hanya kasuistis saja, jadi 10% anak yang kurang aktif mengikuti PJJ itu alasannya tidak perlu, karena tidak murni kesalahan siswa melainkan teknisnya, satu sinyal, itu kan tidak bisa diatasi, dua handphone, entah itu rusak entah itu belum tersedia, kalo kuota kan sekarang tidak dipermasalahkan karena sudah dapet dari kemendikbud, tapi diawal kuota itu dipermasalahkan. Karena menuntut nominal yang tidak sedikit katanya kalau buat meet cepet habis dan boros, seperti itu.

Mahasiswa :Lalu apakah siswa baru mampu menyesuaikan diri dengan proses pembelajaran tersebut ya bu?

Guru BK :Ya mungkin untuk diawal, siswa sedang beradaptasi dalam menyesuaikan diri dengan pembelajaran yang dilakukan secara daring, akan tetapi mampu tidak mampu siswa baru harus mampu mas, karena dalam hal ini, siswa membutuhkan kemampuan

penyesuaian diri ketika kegiatan pembelajaran jarak jauh yang dilakukan secara daring, sebab sistem pembelajaran yang diberlakukan pada masa pandemi ini berbeda dengan sebelumnya yang berupa tatap muka di kelas antara guru dengan siswa secara langsung, ini merupakan tantangan besar yang harus dihadapi siswa di sekolah.

Mahasiswa :Baik bu, kemudian bagaimana hubungan siswa dengan guru guru mata pelajarannya bu? apakah siswa juga mampu menyesuaikan diri dengan guru mata pelajarannya ?

Guru BK :Untuk penyesuaian diri siswa terhadap guru guru mata pelajarannya sendiri itu tergantung dari siswanya mas, ada siswa yang aktif ada siswa yang pasif, ketika kegiatan pembelajaran dilakukan secara tatap muka disekolah, guru akan tau mana yang aktif mana yang tidak, lalu untuk pembelajaran yang dilakukan dengan metode daring ini, gurukan juga tidak tau keseluruhan siswanya bagaimana , apalagi ini siswa baru, ketika daring guru pun tidak tau siswa itu benar benar memahami pelajaran tersebut atau tidak, begitupun siswanya ketika siswa itu pasif, faham atau tidak, siswa tersebut cuman diam dan hanya mendengarkan penjelasan dari guru dan teman teman lainnya yang aktif, begitu mas, jadi berbeda ketika kegiatan PJJ dan pembelajaran secara langsung dilakukan, dalam penyesuaian dirinya lebih mudah

ketika pembelajaran yang dilakukan secara tatap muka langsung dibanding kegiatan PJJ.

Mahasiswa :Begini ya bu, lalu untuk hubungan siswa dengan lingkungan, dan ekstrakurikuler sendiri untuk penyesuaian dirinya bagaimana bu?

Guru BK :Iya mas, tentu saja memang berbeda kalau tatap muka dan daring ya , tidak bisa tidak, orang sekarang berkerumun saja tidak boleh kan ya, misalkan contoh yang lazim itu kan ekstrakurikuler, disini kita adakan hanya yang khusus yang pokok pokok saja dan yang berprestasi, seperti ketika ada lomba , dan lombanya itu yang diadakan di dinas, seperti KSN, lomba renang, itu kan tetep diadakan tetapi menyesuaikan kebutuhan tidak seperti kalau tatap muka, pasti berbeda, termasuk prestasi juga menyesuaikan seperti tatap muka dan online kanya bebeda.

Mahasiswa :Apakah penyesuaian siswa baru mempengaruhi hasil belajar siswanya bu?

Guru BK :Nah ini, kan biasanya dijelasin di kelas, siswa langsung bertanya , kalau ini sekalipun pake meet ya tetep berbeda to mas, disamping fell nya beda, kesempatannya pun juga berbeda, kemudian itu tadi, kalau banyak yang bertanya kan malah gurunya bingung untuk menjawabnya karena pembelajaran lewat daring, jadi ya ketika bertanya tidak keroyokan, atau sedikit, kalau semua bertanya malah tidak didengerin, tapi berbeda ketika dikelas, ada satu yang bertanya kan lebih diperhatikan , lebih bisa terkondisikan secara

langsung, kalau sekarang lewat meet ada yang sambil tiduran juga kita tidak tahu, ada juga yang hadir langsung ditinggal tidur juga ada, hadir dulu absen, lalu abis itu kita tidak tahu siswa itu mendengarkan atau tidak, jadi disini jawabannya penyesuaian diri yang dilakukan secara daring juga bisa mempengaruhi hasil belajar siswanya mas.

Mahasiswa :Siswa cenderung mudah bosan juga ya bu kalau begini?

Guru Bk :Iya mas, dan itu tidak bisa dipungkiri enggausah dari siswa, gurupun juga terkadang bosan.

Mahasiswa :Untuk masa orientasinya sendiri bagaimana bu siswa ketika pandemi ini?

Guru BK :Kita bisa melakukan tatap muka hanya sekali di awal orientasi, lalu setelah itu kita lakukan melalui pjj mas, jadi mos secara online, begitu.

Mahasiswa :Jadi pengenalan guru tidak ada ya bu secara langsung atau tatap muka?

Guru BK :Iya mas, kalau untuk langsung tidak ada, tapi hanya melalui foto secara online saja tidak tatap muka langsung.

Mahasiswa :Oh iya bu brarti secara online semua ya bu, lalu bagaimana cara ibu membantu siswa baru dalam menyesuaikan diri nya?

Guru BK :Terutama kita di BK ya, tidak terlepas dari kelas 12 saja, kelas 10 dan 11 pun kita ahirnya melakukan komunikasinya ya lewat medsos mas, selama 24 jam itu siswa bebas untuk berkomunikasi

secara pribadi dengan guru BK nya, kalau mau ada yang datang ke sekolah, ya kita fasilitasi untuk kencan dulu dengan guru BK nya, maksimal 5 orang.

Mahasiswa :Menurut ibu, apakah ketika siswa baru tidak dapat menyesuaikan diri bisa mengakibatkan malas sekolah bahkan sampai keluar sekolah?

Guru BK :Menurut saya bisa mas, karena pernah ada kasus disini dia sampai keluar sekolah, dikarenakan lingkungan yang tidak mendukung, utamanya lingkungan keluarga , dari orang tua sendiri kalo tidak ada pengalaman ya cuman menyuruh menyuruh dan menyuruh, nah kalau pergi ke sekolah kan diantar, kalau PJJ?, bahkan ada orang tua yang kurang tau atau tidak tau caranya PJJ, atau bisa jadi orang tua tidak faham bagaimana melakukan PJJ, mereka taunya bocah sekolah ya lewat hp, tapi kembali lagi kalau seumpama dari faktor keluarga tidak mendukung namun anaknya ada keinginan kan tetap bisa dan pasti bisa melakukan dengan baik ya, semisal pas PJJ dia datang ke sekolah aja bisa kok, toh seumpama dia tidak memiliki fasilitas hp , sekolah juga bisa meminjamkan laptop dengan dia datang ke sekolah kan, internet juga tersedia di sekolah, kalo memang terpaksa tidak ada fasilitas di rumah dan anaknya punya semangat, cuman anak pada saat itu sudah tidak punya semangat, disamperin gurunya aja anak tersebut malah mengumpat, dan itu hanya 1 diantara 360 anak saja yang terpaksa

mengundurkan diri, karena sejak dari awal sampai sekarang belum pernah ikut PJJ, kalo anak tidak punya tanggung jawab ya mau gimana lagi mas?

Mahasiswa :Lalu bagaimana cara guru bk untuk mencegahnya agar teman temannya tidak pada ikut bu?

Guru BK :Kalau kayak gitu kan memang sudah dari anaknya, kemaren kebijakan dari sekolah yang kira kira ada kendala atau masalah ya kami melakukan home visite mas, sekalipun ketika kami home visit dan anak itu mau masuk ya tetap kita terima kok, masih di perbolehkan dan diberi kesempatan, jadi pada saat mengundurkan diri ya memang anaknya yang tidak memiliki keinginan untuk sekolah, tidak ada semangatnya mas.

Mahasiswa :Wah seperti itu ya bu. Sepertinya sudah cukup bu untuk informasi yang saya tanyakan ke bu Sulih untuk pagi ini.

Guru Bk :Iya mas, kalau mau ada yang ditanyakan lagi monggo, ini awal mulai penelitian ya mas ya, semoga diberi kelancaran sampai selesai.

Mahasiswa : iya bu amin terimakasih bu.

Kesimpulan:

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK di SMA Negeri 1 Ambarawa, dapat disimpulkan bahwa dengan dilakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh pada siswa baru, penyesuaian diri yang dilakukan siswa baru sangatlah

kurang, karena pembelajaran yang dilakukan dilakukan tidak tatap muka secara langsung melainkan daring, selain itu siswa kurang dapat bergaul dan bercengkrama dengan teman-teman dikelas maupun di lain kelas terutama ketika pertama kali masuk sekolah. Masih banyak peserta didik yang kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya disekolah, terutama dengan guru, teman, dan proses pembelajaran, karena kondisi pembelajaran yang belum kondusif untuk bertatap muka secara langsung.

Rancangan Item Sebelum Uji Coba

No.	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			Favorabel (+)	Unfavorabel (-)	
1	Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan	Mampu mengekspresikan rasa bahagia, mengendalikan amarah terhadap orang lain dan berani mengakui kesalahan.	1 Ketika berkumpul dengan teman-teman disekolah saya merasa senang 15 Tidak tersinggung jika ada teman yang mengkritik saya 29 Merasa senang jika ada teman yang mau mengingatkan saya ketika salah 43 Saya sabar dalam menghadapi teman yang suka mengganggu	2 Memiliki teman sedikit disekolah saya lebih senang 16 Saya terganggu ketika teman selalu mengkritik saya 30 Saya terganggu dengan teman yang banyak bicara 44 Jika ada masalah saya meluapkan emosi dengan teman atau orang di sekitar	8
2	Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis	Siswa mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya.	3 Ketika melakukan kesalahan kepada teman saya segera meminta maaf. 17 Jika ada masalah dengan	4 Jika melakukan kesalahan saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu. 18 Saya memilih menghindari konflik	8

			<p>teman saya menyelesaikannya tanpa marah</p> <p>31 Saya mampu menyelesaikan semua masalah yang datang</p> <p>45 Saya dapat bersosialisasi di lingkungan sekolah dengan baik</p>	<p>daripada menghadapinya</p> <p>32 Ketika memiliki masalah dengan teman saya memilih untuk tidak bertemu</p> <p>46 Saya sedih jika ada masalah dengan teman sekolah</p>	
3	Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu kegagalan	Terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma.	<p>5 Setiap ada masalah saya berusaha menyelesaikannya dengan kepala dingin</p> <p>19 Ketika memiliki permasalahan dengan teman saya mampu menyelesaikannya</p> <p>33 Merasa lega jika ada masalah dengan teman saya segera menyelesaikannya</p> <p>47 Saya enggan melakukan</p>	<p>6 Saya menjadi pusing ketika gagal dalam menjalin pertemanan</p> <p>20 ketika tidak mampu menyelesaikan masalah dengan teman saya memilih untuk menghindar</p> <p>34 Jika permasalahan dengan teman tak kunjung selesai saya merasa cemas</p> <p>48 Mudah terpancing emosi ketika saya berselisih dengan teman</p>	8

			kekerasan ketika ada masalah dengan teman		
4	Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional	Dapat mengarahkan diri pada hal yang positif, membedakan yang benar dan yang	7 Saya senang mengikuti organisasi disekolah 21 Jika ada tugas dari guru saya mengerjakan dengan belajar kelompok 35 Ketika ada teman melakukan kesalahan saya berani mengingatkannya 49 Ketika bertemu guru saya memberikan salam dan menyapa	8 Saya senang menghabiskan waktu sendiri tanpa adanya teman 22 Ketika ada tugas dari guru saya memilih mendapatkan jawaban dari internet daripada belajar kelompok 36 Ketika teman melakukan kesalahan saya tidak menghiraukan 50 Ketika bertemu guru saya memilih untuk menghindar	8
5	Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas	Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi	9 Ketika guru menjelaskan dikelas saya memperhatikannya 23 Saya selalu mengerjakan	10 Ketika ada pelajaran yang tidak difahami saya memilih tidur. 24 Saya jarang mengerjakan tugas yang diberikan guru	8

	dirinya		<p>tugas yang telah guru berikan</p> <p>37 Ketika ada penjelasan yang kurang faham saya langsung bertanya kepada guru</p> <p>51 Saya aktif bertanya ketika dikelas</p>	<p>38 Saya malu bertanya ketika ada penjelasan guru yang tidak faham</p> <p>52 Lebih baik saya diam daripada salah bertanya</p>	
6	Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	Belajar dari keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang baik.	<p>11 Saya memiliki banyak teman karena ramah</p> <p>25 Mengoreksi diri ketika saya dijauhi teman</p> <p>39 Ketika banyak masalah saya berusaha untuk bangkit</p> <p>53 Ketika prestasi menurun tidak menyebabkan saya malas belajar</p>	<p>12 Ingin mempunyai banyak teman tetapi saya malu bergabung</p> <p>26 Takut untuk berteman karena trauma masa lalu</p> <p>40 Saya sakit ketika teringat masa lalu</p> <p>54 Saya mudah menyerah ketika gagal</p>	8
7	Bersikap objektif dan realistis	Mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan	<p>13 Saya faham dengan kekurangan yang saya miliki</p> <p>27 Saya meminta maaf apabila</p>	<p>14 Saya tidak memiliki kekurangan suatu apapun</p> <p>28 Jika melakukan kesalahan saya</p>	8

	yang dimiliki seseorang sebagaimana keadaan sebenarnya dan yakini terhadap kemampuan dirinya	berbuat salah dengan teman 41 Saya orang yang suka menyapa teman 55 Saya sadar adaptasi membutuhkan proses	takut mengakuinya 42 Ketika bertemu teman saya enggan menyapa duluan 56 Saya memilih menutupi kekurangan supaya mendapat banyak teman	
JUMLAH		28	28	56

INSTRUMEN TRYOUT

Nama :
Jenis kelamin :
Usia :
Kelas :

PETUNJUK Mengerjakan

1. Silahkan anda mengisi identitas pada tempat yang telah disediakan
2. Bacalah dan pahami baik baik setiap pernyataan
3. Anda diminta untuk memilih pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan diri anda dengan memberi tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang telah tersedia. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:
SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS: Sangat Tidak Sesuai
4. Jika anda ingin mengganti jawaban, coret jawaban anda sebelumnya dan silang jawaban yang paling sesuai dengan diri anda.
Contoh: **SS** ~~S~~ **TS** ~~STS~~
5. Semua jawaban adalah benar, apabila sesuai dengan diri anda
6. Setelah selesai periksa dan teliti kembali semua jawaban yang telah diisi, pastikan tidak ada jawaban yang terlewatkan.

😊**SELAMAT Mengerjakan**😊

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Ketika berkumpul dengan teman-teman disekolah saya merasa senang				
2.	Saya lebih senang memiliki teman sedikit disekolah				
3.	Ketika melakukan kesalahan kepada teman saya segera meminta maaf				
4.	Jika melakukan kesalahan saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu				
5.	Setiap ada masalah saya berusaha menyelesaikannya dengan kepala dingin				
6.	Saya menjadi pusing ketika gagal dalam menjalin pertemanan				
7.	Saya senang mengikuti organisasi disekolah				
8.	Saya senang menghabiskan waktu sendiri tanpa adanya teman				
9.	Ketika guru menjelaskan dikelas saya memperhatikannya				
10.	Ketika ada pelajaran yang tidak difahami saya memilih tidur				
11.	Saya memiliki banyak teman karena ramah				
12.	Ingin mempunyai banyak teman tetapi saya malu bergabung				
13.	Saya faham dengan kekurangan yang saya miliki				
14.	Saya tidak memiliki kekurangan suatu apapun				
15.	Tidak tersinggung jika ada teman yang mengkritik saya				
16.	Saya terganggu ketika teman selalu mengkritik saya				
17.	Jika ada masalah dengan teman saya menyelesaikannya tanpa marah				
18.	Saya memilih menghindari konflik daripada menghadapinya				

19.	Ketika memiliki permasalahan dengan teman saya mampu menyelesaikannya				
20.	ketika tidak mampu menyelesaikan masalah dengan teman saya memilih untuk menghindar				
21.	Jika ada tugas dari guru saya mengerjakan dengan belajar kelompok				
22.	Ketika ada tugas dari guru saya memilih mendapatkan jawaban dari internet daripada belajar kelompok				
23.	Saya selalu mengerjakan tugas yang telah guru berikan				
24.	Saya jarang mengerjakan tugas yang diberikan guru				
25.	Mengoreksi diri ketika saya dijauhi teman				
26.	Takut untuk berteman karena trauma masa lalu				
27.	Saya meminta maaf apabila berbuat salah dengan teman				
28.	Jika melakukan kesalahan saya takut mengakuinya				
29.	Merasa senang jika ada teman yang mau mengingatkan saya ketika salah				
30.	Saya terganggu dengan teman yang banyak bicara				
31.	Saya mampu menyelesaikan semua masalah yang datang				
32.	Ketika memiliki masalah dengan teman saya memilih untuk tidak bertemu				
33.	Merasa lega jika ada masalah dengan teman saya segera menyelesaikannya				
34.	Jika permasalahan dengan teman tak kunjung selesai saya merasa cemas				
35.	Ketika ada teman melakukan kesalahan saya berani mengingatkannya				
36.	Ketika teman melakukan kesalahan saya tidak menghiraukan				
37.	Ketika ada penjelasan yang kurang faham saya langsung bertanya kepada guru				

38.	Saya malu bertanya ketika ada penjelasan guru yang tidak faham				
39.	Ketika banyak masalah saya berusaha untuk bangkit				
40.	Saya sakit ketika teringat masa lalu				
41.	Saya orang yang suka menyapa teman				
42.	Ketika bertemu teman saya enggan menyapa duluan				
43.	Saya sabar dalam menghadapi teman yang suka mengganggu				
44.	Jika ada masalah saya meluapkan emosi dengan teman atau orang di sekitar				
45.	Saya dapat bersosialisasi di lingkungan sekolah dengan baik				
46.	Saya sedih jika ada masalah dengan teman sekolah				
47.	Saya enggan melakukan kekerasan ketika ada masalah dengan teman				
48.	Mudah terpancing emosi ketika saya berselisih dengan teman				
49.	Ketika bertemu guru saya memberikan salam dan menyapa				
50.	Ketika bertemu guru saya memilih untuk menghindar				
51.	Saya aktif bertanya ketika dikelas				
52.	Lebih baik saya diam daripada salah untuk bertanya				
53.	Ketika prestasi menurun tidak menyebabkan saya malas belajar				
54.	Saya mudah menyerah ketika gagal				
55.	Saya sadar adaptasi membutuhkan proses				
56.	Saya memilih menutupi kekurangan supaya mendapat banyak teman				

Rekapitulasi Hasil Analisis Validitas Skala Penyesuaian Diri

No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan	No	r xy	r tabel (5%)	Keterangan
1.	0,315	0,329	Tidak Valid	29.	0,611	0,329	Valid
2.	0,359	0,329	Valid	30.	0,556	0,329	Valid
3.	0,663	0,329	Valid	31.	0,565	0,329	Valid
4.	0,646	0,329	Valid	32.	0,474	0,329	Valid
5.	0,640	0,329	Valid	33.	0,569	0,329	Valid
6.	0,181	0,329	Tidak Valid	34.	-0,554	0,329	Valid
7.	0,684	0,329	Valid	35.	0,518	0,329	Valid
8.	0,580	0,329	Valid	36.	0,429	0,329	Valid
9.	0,602	0,329	Valid	37.	0,501	0,329	Valid
10.	0,643	0,329	Valid	38.	0,522	0,329	Valid
11.	0,626	0,329	Valid	39.	0,697	0,329	Valid
12.	0,615	0,329	Valid	40.	0,177	0,329	Tidak Valid
13.	0,222	0,329	Tidak Valid	41.	0,547	0,329	Valid
14.	0,385	0,329	Valid	42.	0,626	0,329	Valid
15.	0,037	0,329	Tidak Valid	43.	0,430	0,329	Valid
16.	0,316	0,329	Tidak Valid	44.	0,527	0,329	Valid
17.	0,519	0,329	Valid	45.	0,699	0,329	Valid
18.	-0,139	0,329	Tidak Valid	46.	-0,360	0,329	Valid
19.	0,772	0,329	Valid	47.	0,361	0,329	Valid
20.	0,403	0,329	Valid	48.	0,565	0,329	Valid
21.	0,342	0,329	Valid	49.	0,636	0,329	Valid
22.	0,585	0,329	Valid	50.	0,779	0,329	Valid
23.	0,514	0,329	Valid	51.	0,438	0,329	Valid
24.	0,630	0,329	Valid	52.	0,711	0,329	Valid
25.	0,522	0,329	Valid	53.	0,669	0,329	Valid
26.	0,388	0,329	Valid	54.	0,564	0,329	Valid
27.	0,632	0,329	Valid	55.	0,614	0,329	Valid
28.	0,684	0,329	Valid	56.	0,503	0,329	Valid

Tabel Nilai r Product Moment

N	Taraf Signif		N	Taraf Signif		N	Taraf Signif	
	5%	10%		5%	10%		5%	10%
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

Blue Print Sesudah Tryout

No.	Indikator	Deskripsi	Item		Total Item
			Favorabel	Unfavorabel	
1	Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan.	Mampu mengekspresikan rasa bahagia, mengendalikan amarah terhadap orang lain dan berani mengakui kesalahan	1 (29), 15 (43)	2, 16 (30) , 30 (44)	5
2	Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis	Siswa mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya.	3, 17, 29 (31), 31 (45)	4, 18 (32), 32 (46)	7
3	Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena suatu kegagalan	Terhindar dari perasaan cemas, pantang menyerah dan berperilaku sesuai norma.	5, 19, 33, 43 (47)	6 (20), 20 (34), 34 (48)	8
4	Memiliki pertimbangan dan	Dapat mengarahkan diri pada hal yang	7, 21, 35, 45 (49)	8, 22, 36, 44 (50)	8

	pengarahan diri yang rasional	positif, membedakan yang benar dan yang salah, dan mampu menjaga sikap terhadap siapapun			
5	Mampu belajar untuk mengembangkan kualitas dirinya	Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi	9, 23, 37, 47 (51)	10, 24, 38, 46 (52)	8
6	Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	Belajar dari keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang baik.	11, 25, 39, 49 (53)	12, 26, 40 (54)	7
7	Bersikap objektif dan realistis	Mampu menerima keadaan dirinya dan keterbatasan yang dimiliki seseorang sebagaimana keadaan	13 (27), 27 (41), 41 (55)	14, 28, 42, 48 (56)	7

		sebenarnya dan yakin terhadap kemampuan dirinya			
JUMLAH			28	28	49

INSTRUMEN PENELITIAN

Nama :
Jenis kelamin :
Usia :
Kelas :

PETUNJUK MENERJAKAN

7. Silahkan anda mengisi identitas pada tempat yang telah disediakan
8. Bacalah dan pahami baik baik setiap pernyataan
9. Anda diminta untuk memilih pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan diri anda dengan memberi tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang telah tersedia. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:
SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS: Sangat Tidak Sesuai
10. Jika anda ingin mengganti jawaban, coret jawaban anda sebelumnya dan silang jawaban yang paling sesuai dengan diri anda.
Contoh: SS ~~X~~ TS ~~X~~ STS
11. Semua jawaban adalah benar, apabila sesuai dengan diri anda
12. Setelah selesai periksa dan telitu kembali semua jawaban yang telah diisi, pastikan tidak ada jawaban yang terlewatkan.

☺SELAMAT MENERJAKAN☺

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
57.	Merasa senang jika ada teman yang mau mengingatkan saya ketika salah				
58.	Saya lebih senang memiliki teman sedikit disekolah				
59.	Ketika melakukan kesalahan kepada teman saya segera meminta maaf				
60.	Jika melakukan kesalahan saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu				
61.	Setiap ada masalah saya berusaha menyelesaikannya dengan kepala dingin				
62.	ketika tidak mampu menyelesaikan masalah dengan teman saya memilih untuk menghindar				
63.	Saya senang mengikuti organisasi disekolah				
64.	Saya senang menghabiskan waktu sendiri tanpa adanya teman				
65.	Ketika guru menjelaskan dikelas saya memperhatikannya				
66.	Ketika ada pelajaran yang tidak difahami saya memilih tidur				
67.	Saya memiliki banyak teman karena ramah				
68.	Ingin mempunyai banyak teman tetapi saya malu bergabung				
69.	Saya meminta maaf apabila berbuat salah dengan teman				
70.	Saya tidak memiliki kekurangan suatu apapun				
71.	Saya sabar dalam menghadapi teman yang suka mengganggu				
72.	Saya terganggu dengan teman yang banyak bicara				

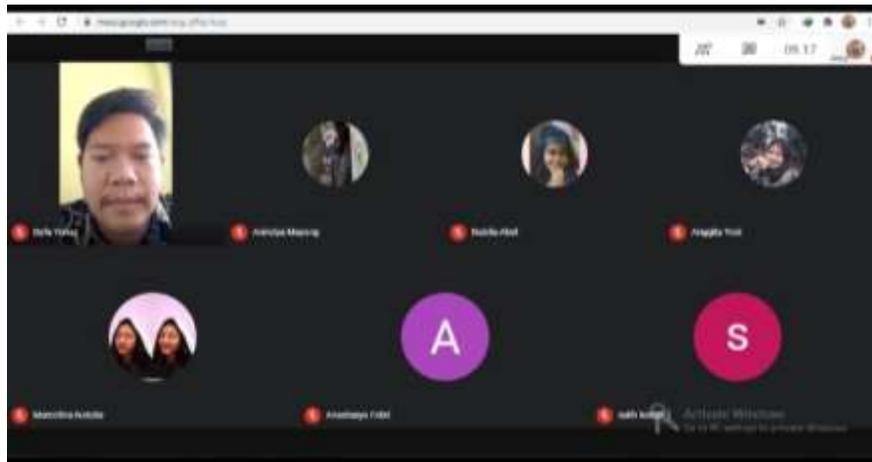
73.	Jika ada masalah dengan teman saya menyelesaikannya tanpa marah				
74.	Ketika memiliki masalah dengan teman saya memilih untuk tidak bertemu				
75.	Ketika memiliki permasalahan dengan teman saya mampu menyelesaikannya				
76.	Jika permasalahan dengan teman tak kunjung selesai saya merasa cemas				
77.	Jika ada tugas dari guru saya mengerjakan dengan belajar kelompok				
78.	Ketika ada tugas dari guru saya memilih mendapatkan jawaban dari internet daripada belajar kelompok				
79.	Saya selalu mengerjakan tugas yang telah guru berikan				
80.	Saya jarang mengerjakan tugas yang diberikan guru				
81.	Mengoreksi diri ketika saya dijauhi teman				
82.	Takut untuk berteman karena trauma masa lalu				
83.	Saya orang yang suka menyapa teman				
84.	Jika melakukan kesalahan saya takut mengakuinya				
85.	Saya mampu menyelesaikan semua masalah yang datang				
86.	Jika ada masalah saya meluapkan emosi dengan teman atau orang di sekitar				
87.	Saya dapat bersosialisasi di lingkungan sekolah dengan baik				
88.	Saya sedih jika ada masalah dengan teman sekolah				
89.	Merasa lega jika ada masalah dengan teman saya segera menyelesaikannya				
90.	Mudah terpancing emosi ketika saya berselisih dengan teman				

91.	Ketika ada teman melakukan kesalahan saya berani mengingatkannya				
92.	Ketika teman melakukan kesalahan saya tidak menghiraukan				
93.	Ketika ada penjelasan yang kurang faham saya langsung bertanya kepada guru				
94.	Saya malu bertanya ketika ada penjelasan guru yang tidak faham				
95.	Ketika banyak masalah saya berusaha untuk bangkit				
96.	Saya mudah menyerah ketika gagal				
97.	Saya sadar adaptasi membutuhkan proses				
98.	Ketika bertemu teman saya enggan menyapa duluan				
99.	Saya enggan melakukan kekerasan ketika ada masalah dengan teman				
100.	Ketika bertemu guru saya memilih untuk menghindar				
101.	Ketika bertemu guru saya memberikan salam dan menyapa				
102.	Lebih baik saya diam daripada salah untuk bertanya				
103.	Saya aktif bertanya ketika dikelas				
104.	Saya memilih menutupi kekurangan supaya mendapat banyak teman				
105.	Ketika prestasi menurun tidak menyebabkan saya malas belajar				

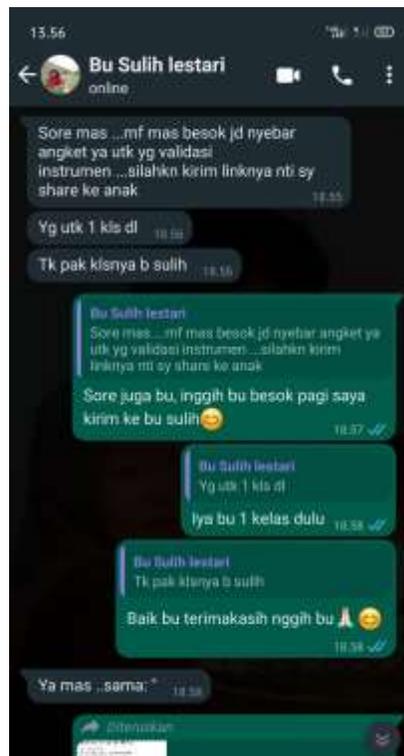
Tabel Hasil *Pre-test* Kelas XI MIPA SMA N 1 Ambarawa

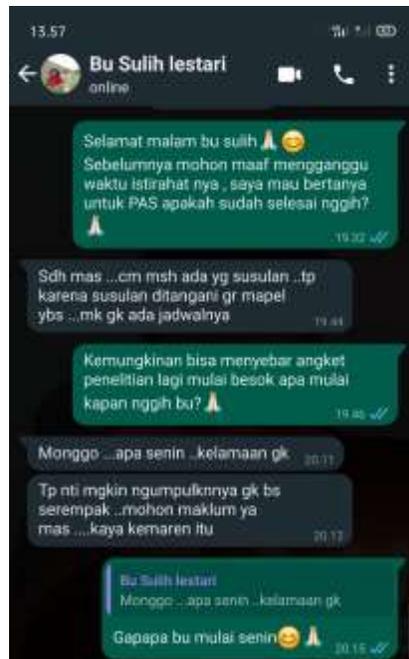
No	Jenis Kelamin	Nama	Kelas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	TOTAL
1.	laki-laki	AHMAD FAISHAL ADI DHARMAWAN	XI MIPA 1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	124		
2.	laki-laki	ARRIZKY ANDY KURNIAWAN	XI MIPA 1	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	4	3	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	2	130		
3.	laki-laki	EVAN WIRATAMA NUDYANTO	XI MIPA 1	3	3	4	3	3	2	3	1	3	3	1	1	3	4	3	1	1	3	2	1	3	1	4	4	4	3	2	2	1	4	3	1	3	4	3	3	2	2	4	2	4	3	4	2	1	2	4	130		
4.	laki-laki	MUHAMMAD FIBYAN AL HAQO	XI MIPA 1	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3	140		
5.	laki-laki	MUHAMMAD QIBRAN ARRAFAT	XI MIPA 1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	141			
6.	laki-laki	MUHAMMAD KHURUL HUDA	XI MIPA 1	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	1	4	2	1	150		
7.	laki-laki	NAUFAL DAFFA PUTRA FADHILA	XI MIPA 1	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	1	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3	4	2	4	3	4	2	3	2	4	149		
8.	laki-laki	RAHMAT ANWAR NAJIB	XI MIPA 1	3	3	3	2	2	3	4	3	4	1	4	4	4	3	3	1	4	2	4	2	2	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	150	
9.	laki-laki	RAIHAN KAIFAL KANASUKO	XI MIPA 1	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	3	157		
10.	laki-laki	RIO NOVANSYACH SUTOMO	XI MIPA 1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	3	162			
11.	laki-laki	CHISTOPER DHANIEL ALMTO	XI MIPA 2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	132		
12.	laki-laki	DANIEL JEFRY ALFERO	XI MIPA 2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	136	
13.	laki-laki	DIONISIUS RENATO HANS KRISTIANO	XI MIPA 2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	143		
14.	laki-laki	FREDERICK OKTAVIANUS SENAPATI R	XI MIPA 2	3	2	4	3	4	3	2	2	4	2	3	1	4	4	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	4	3	4	3	4	3	2	3	2	146		
15.	laki-laki	KAISAR DAVE FERNANDO	XI MIPA 2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	1	3	3	151			
16.	laki-laki	KEVIAN TANGCUH RABBANI	XI MIPA 2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	4	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	151			
17.	laki-laki	MARKUS DIMAS PANDU PRATAMA	XI MIPA 2	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	1	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	2	154			
18.	laki-laki	MUHAMMAD AULIYA ARIFIN ILHAM	XI MIPA 2	4	2	2	2	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4	157		
19.	laki-laki	MUHAMMAD MUHLIS ADITYA SAPUTRA	XI MIPA 2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	4	2	4	3	3	2	3	4	154				
20.	laki-laki	RAFAEL DIAZ WIDYASMAR	XI MIPA 2	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	1	1	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	165		
21.	laki-laki	ABDUL QOHAR	XI MIPA 3	2	4	2	2	2	1	4	2	1	3	2	4	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	1	2	1	2	3	2	1	2	2	4	4	2	1	2	1	2	1	3	3	4	4	2	2	2	2	106		
22.	laki-laki	AFRIZA ARYA MUKTI	XI MIPA 3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	4	1	1	1	1	1	4	2	4	2	4	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	2	4	124		
23.	laki-laki	ALVIANO ZACKY RENANDITYA	XI MIPA 3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	130			
24.	laki-laki	DAWENO ILHAM FABRERA	XI MIPA 3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	4	1	4	2	3	2	3	140		
25.	laki-laki	FAHMI ARRACHMAN	XI MIPA 3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	130		
26.	laki-laki	MIRZA DOLPHINO	XI MIPA 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145		
27.	laki-laki	MUHAMMAD FACHRURROZI	XI MIPA 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	143		
28.	laki-laki	MUHAMMAD RAHEHAN	XI MIPA 3	4	1	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	3	2	4	1	1	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	4	4	4	3	149	
29.	laki-laki	MUHAMMAD ZIDANE RYANAN PUTRA	XI MIPA 3	4	1	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	154			
30.	laki-laki	RIZAL ZAKI MUBAROK	XI MIPA 3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	1	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	1	4	4	3	2	4	162		
31.	laki-laki	ALWAN DANNY LATIF	XI MIPA 4	3	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	4	1	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	130		
32.	laki-laki	BIANCHA AGLI PRATAMA	XI MIPA 4	3	1	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	130		
33.	laki-laki	FADHIL YUKA SAHISTYA	XI MIPA 4	3	1	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	136		
34.	laki-laki	JUAN ABEL	XI MIPA 4	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	132			
35.	laki-laki	MOHAMMAD CAVINDRA YT	XI MIPA 4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140		
36.	laki-laki	MUSA KISAWA DANANJAYA	XI MIPA 4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3</																											

Dokumentasi Tryout Kelas XI MIPA 4



Pre-test Kelas XI MIPA





Dokumentasi Perpisahan



Surat Ijin

 UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
Jalan Siduladi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang - Indonesia
Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrisma@gmail.com Homepage: www.upgrisma.ac.id

Nomor : 0011/BK-FIP/UPGRIS/IV/2021
Perihal : **Observasi Analisis Kebutuhan Untuk Penyusunan Proposal Skripsi** 20 April 2021

Yth. Kepala SMA Negeri 1 Ambarawa
di Ambarawa

Dengan hormat,

Dalam rangka penyusunan proposal penelitian mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP Universitas PGRI Semarang perlu dilakukan *need assesment* analisis kebutuhan di sekolah untuk mengungkap permasalahan yang ada dalam proses pembelajaran. Mohon perkenan Bapak/Ibu Kepala Sekolah memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan observasi sesuai kebutuhan mereka guna membantu proses penyusunan proposal penelitian, atas nama:

Nama : Dyfa Yanandya Adi Yonar
NPM : 17110083
Keperluan : Observasi awal penyusunan proposal skripsi
Pelaksanaan : bulan April 2021 Penelitian

Atas perkenan dan kerjasamanya, diucapkan terimakasih.

Mengetahui,
An. Dekan
Wakil Dekan I


Meffifa Asri Untari, S.Pd., M.Pd.
NPP 098401240

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd.Kons.
NPP 106701254



UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)

Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang - Indonesia
 Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrisng@gmail.com Homepage: www.upgrisng.ac.id

Nomor : 1559/IP-AM/FIP/UPGRIS/XI/2021

12 November 2021

Lampiran : 1 (satu) berkas

Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Yth. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Wilayah 1 Jawa Tengah.
 di Kab.Semarang

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : Dyfa Yanandya Adi Yonaz
 N P M : 17110083
 Fakultas : Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Pelaksanaan : 16 November 2021 s.d. 5 Januari 2022

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik , kami ucapkan terima kasih.



Wakil Dekan I,

Mei Pita Asri Untari, S.Pd. M.Pd.
 NPP 098401240



UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)

Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang - Indonesia
 Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrisng@gmail.com Homepage: www.upgrisng.ac.id

Nomor : 1559/IP-AM/FIP/UPGRIS/XI/2021
 Lembaran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

12 November 2021

Yth. Kepala SMA Negeri 1
 di Ambarawa

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : Dyfa Yanandya Adi Yonaz
 N P M : 17110083
 Fakultas : Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik , kami ucapkan terima kasih.



Wakil Dekan I,

Mei Fita Asri Untari, S.Pd. M.Pd.
 NPP 098401240



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 AMBARAWA**

Jl. Yos Sudarso No.46 Kupang Ambarawa ■ (0298)591462 ■ 50612
<http://www.sman1ambarawa.sch.id>

SURAT KETERANGAN

Nomor : 074/023/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Negeri 1 Ambarawa Kabupaten Semarang menerangkan bahwa :

nama : **DYFA YANANDYA ADI YONAZ**
 NIM : 171100083
 program studi : Bimbingan dan Konseling
 fakultas : S-1, Ilmu Pendidikan

Benar-benar telah melaksanakan **penelitian** dengan judul "**PERBEDAAN KETERAMPILAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 AMBARAWA**" di SMA Negeri 1 Ambarawa Kabupaten Semarang pada 16 November 2021 s.d. 5 Januari 2022.

Demikian surat keterangan ini untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ambarawa, 6 Januari 2022

Kepala Sekolah



Des. TEGUH WIBOWO, M.M.

Pembina

NIP 19690325 199512 1 001



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH I

Jalan Gantar Subrata, Komplek Tarubudaya, Ungaran Kode Pos 50517
Surel Elektronik : cabdidkw01@gmail.com, telp : (024)376210966

Ungaran, 17 November 2021

Nomor : 421.5 / 4076
Perihal : Permohonan Pemberian Ijin Penelitian

Kepada Yth :
Kepala SMA Negeri 1 Ambarawa
di

Tempat

Menindaklanjuti surat permohonan dari Universitas PGRI Semarang, Nomor: 1559/IP-AM/FIP/UPGRIS/XI/2021, tanggal 12 November 2021, perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat diatas, kami sampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah I Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah, memberikan ijin kepada :

Nama : Dyfa Yanandaya Adi Yonaz
NPM : 17110083
Program Studi : S-1, Ilmu Pendidikan
Judul : Perbedaan Ketrampilan Penyesuaian Diri Peserta Didik Laki-laki dan Perempuan di SMA Negeri 1 Ambarawa

2. Kegiatan dilaksanakan pada :

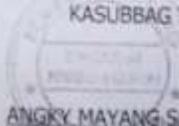
Tanggal : 16 November 2021 s.d. 5 Januari 2022
Pukul : 08.00 WIB – selesai
Lokasi : SMA Negeri 1 Ambarawa

3. Hal – hal yang perlu diperhatikan :

- a. Harus sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- b. Kepala Sekolah bertanggung jawab penuh terhadap pelaksanaan Ijin Penelitian yang dimulai pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai;
- c. Saat pelaksanaan Ijin Penelitian tidak mengganggu proses jam belajar mengajar;
- d. Pemberian ijin ini hanya untuk kegiatan tersebut diatas, apabila dalam pelaksanaan terjadi penyimpangan dari ketentuan yang telah ditetapkan maka pemberian ijin ini dicabut;
- e. Apabila Kegiatan tersebut telah selesai agar segera memberikan laporan hasil kegiatan ke Cabang Dinas Pendidikan Wilayah I.

Demikian untuk menjadikan maklum dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

a.n. KEPALA CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH I
KASUBBAG TATA USAHA,


ANGKY MAYANG SASWATI, S.Psi., M. Si
Penata Tk.I
NIP. 19791005 200801 2 001

TEMBUSAN : Kepada Yth.

1. Ptt. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah (sebagai laporan);
2. Korwas SMA Kab. Semarang;
3. Pertinggal.

Lembar Disposisi
Pemerintah Provinsi Jawa Tengah
SMA Negeri 1 Ambarawa

Agus Sulisti

Tanggal surat masuk	13 April 2021
Nomor Surat	0011/BK-FIP/UPGRIS/AY/2021
Tanggal Surat	20 April 2021
Dari	FIP UPGRIS
Isi Informasi	Permohonan Observasi a.n.: Dyfa Yanandya Adi Yonaz
Perihal	Observasi
Nomor pencatatan Kendali diteruskan	421.5/OBO/2021

Agus Sulisti

No	Dari	Diteruskan kepada	Isi disposisi	Tgl¶f	Tanggal Penyelesaian
1	KS	<i>Agus Sulisti</i>	<i>untuk diproses</i>	<i>S.</i>	