

HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMP DI PESANTREN MODERN AL-BAROKAH PEMATANG SIANTAR

Syafira Saqdhah Hasiani Harahap¹, Jati Ariati¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

syafiraharahap@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu hal yang harus dicapai saat dalam masa perkembangan pada saat mencapai fase remaja adalah mencari berbagai relasi baru yang lebih luas dengan teman, meningkatkan kemampuan untuk melakukan hal secara mandiri, dan mengupayakan penyesuaian terhadap peran. Transisi dari SD menuju SMP dapat menyebabkan tantangan dalam penyesuaian diri. Beberapa siswa pasti ada yang merasa kurang nyaman dengan sekolahnya, bertemu dengan teman baru, hingga ada yang meminta pindah kelas karena kurang merasa nyaman dengan teman sekelasnya. Penyesuaian diri merupakan salah satu aspek utama dalam diri seorang individu agar ia dapat berbaur dengan baik di lingkungan baru, lalu salah satu pendukung yang dapat mempermudah penyesuaian diri adalah *self-disclosure*. Maka dari itu, penelitian dilakukan untuk mengungkap bagaimana dan sejauh apa *self-disclosure* dapat memengaruhi penyesuaian diri pada siswa SMP di Pesantren Modern Al-Barokah Pematang Siantar. Sampel yang digunakan pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus *Issac Michael* dengan tingkat taraf kesalahan 5% maka didapati sebanyak 176 siswa dari total 290 siswa. Teknik pengambilan sampel adalah *cluster sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala *self-disclosure* Wheelles & Grotz (9 aitem = 0,690) dan skala penyesuaian diri (28 = 0.864). Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji *statistic* non parametrik *Spearman's Rho* yang menunjukkan hubungan positif antara kedua variabel (0,511, $p= 0,000$). hasil tersebut menunjukkan semakin tinggi *self-disclosure* maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada siswa SMP di Pesantren Modern Al-Barokah Pematang Siantar.

Kata Kunci: *Self-Disclosure, Penyesuaian Diri, Siswa Pesantren*

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-DISCLOSURE AND SELF-ADJUSTMENT IN MIDDLE SCHOOL STUDENTS AT THE MODERN ISLAMIC BOARDING SCHOOL AL-BAROKAH PEMATANG SIANTAR

Syafira Saqdhah Hasiani Harahap¹, Jati Ariati¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

syafiraharahap@gmail.com

ABSTRACT

One of the things that must be achieved during the development period when reaching the adolescent phase is to look for new, wider relationships with friends, increase the ability to do things independently, and try to adapt to roles. The transition from elementary school to middle school can cause challenges in adjustment. Some students definitely feel uncomfortable with their school, meeting new friends, and some even ask to change classes because they don't feel comfortable with their classmates. Self-adjustment is one of the main aspects of an individual so that he can blend in well in a new environment, then one of the supports that can make self-adjustment easier is self-disclosure. Therefore, research was conducted to reveal how and to what extent self-disclosure can influence the adjustment of junior high school students at the Al-Barokah Modern Islamic Boarding School, Pematang Siantar. The sample used in this research was calculated using the Issac Michael formula with an error rate of 5%, so it was found that there were 176 students out of a total of 290 students. The sampling technique is cluster sampling. The measuring instruments used in this research are the Wheelles & Grotz self-disclosure scale (9 items = 0.690) and the self-adjustment scale (28 = 0.864). Hypothesis testing was carried out using the Spearman's Rho non-parametric statistical test which showed a positive relationship between the two variables (0.511, $p = 0.000$). These results show that the higher the self-disclosure, the higher the self-adjustment of junior high school students at the Al-Barokah Modern Islamic Boarding School Pematang Siantar.

Keywords: Self-Disclosure, Self-Adjustment, Islamic Boarding School Students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keberadaan setiap orang sangat bergantung pada pendidikan yang menjadi komponen penting. Oleh sebab itu, individu perlu menjalani pendidikan di sekolah karena sekolah adalah tempat berlangsungnya proses perolehan ilmu pengetahuan, pengembangan minat dan bakat. Sekolah memberikan individu opsi untuk dapat mengetahui beragam informasi, mengasah kemampuan yang telah dimiliki sekaligus menemukan yang baru, serta memperdalam berbagai pengetahuan, baik dari aspek intelektual maupun aspek sosial seseorang. Santrock (2012) menegaskan bahwa pendidikan pasti berjalan seiring dengan tahapan perkembangan individu dan individu tersebut pada akhirnya harus menjumpai adanya pergantian dari satu tahap pendidikan ke tahap pendidikan berikutnya (Susilawati & Widihapsari, 2018). Salah satu transformasi tersebut adalah perubahan status dari siswa SD menjadi siswa SMP.

Bagi siswa secara keseluruhan, fase transisi status siswa SD menjadi siswa SMP dapat disebut sebagai pengalaman normatif. Akan tetapi, pada fase tersebut, individu juga dapat merasakan stres dan tekanan karena terjadi berbagai perubahan, baik dalam hal fisik, psikologis, maupun sosial (Santrock, 2012). Perubahan yang dialami terutama pada perubahan sosial sangat berpengaruh pada penyesuaian diri siswa SMP khususnya siswa SMP yang bersekolah di pesantren.

Di Indonesia, pendidikan formal bagi tiap individu dibagi menjadi tiga tingkatan. Tingkat pertama dimulai dari pendidikan dasar, kemudian berlanjut ke pendidikan menengah, dan yang terakhir pendidikan tinggi. Masing-masing dari tingkatan pendidikan tersebut merujuk terhadap kurikulum yang sudah diatur pemerintah. Akan tetapi, pada kenyataannya sistematis pendidikan yang diterapkan di sekolah formal sampai saat ini belum dapat membantu terwujudnya tujuan pendidikan nasional secara keseluruhan. Hal tersebut disebabkan karena titik berat yang lebih condong kepada pendidikan berbasis daripada pendidikan yang mengutamakan akademis, sedangkan pendidikan berbasis keagamaan yang secara signifikan membantu siswa dalam membentuk karakter dan budi pekerti masih dijadikan mata pelajaran pelengkap saja (Hidayat, 2009). Pada penelitiannya, Hidayat (2009) juga mengatakan akibatnya dari pendidikan keagamaan yang hanya menjadi mata pelajaran pelengkap adalah banyak masyarakat yang mengalami kerusakan moral dikarenakan minimnya pendidikan berbasis agama yang diterapkan baik di unit terkecil, yaitu keluarga maupun di sekolah. Dalam rangka menanggulangi kerusakan moral yang terjadi, kesadaran pada orang tua mulai tumbuh untuk memasukkan anaknya ke lembaga pendidikan berbasis keagamaan, salah satu diantaranya adalah pesantren.

Umumnya, pesantren dapat diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yakni pesantren tradisional atau Salafi, dan pesantren modern atau Khalafi (Dhofier, 1985). Menurut hakikatnya, titik berat dari pesantren tradisional ada pada ajaran kurikulum pesantren umumnya mencakup kitab-kitab Islam klasik sebagai inti, sedangkan pengetahuan umum tidak termasuk di dalamnya. Metode yang

diterapkan dalam pengajaran di pesantren tradisional melibatkan dua sistem, yaitu secara berkelompok atau yang biasa disebut dengan bandongan dan individual atau sorogan. Di sisi lain, kurikulum madrasah pada pesantren modern telah dikembangkan dengan cara mengintegrasikan pengetahuan umum ke dalamnya. Kemudian, mereka juga turut mendirikan sekolah umum di lingkungan pesantren yang menggunakan pendekatan pembelajaran klasikal.

Perbedaan pendekatan pengajaran antara pesantren tradisional dan pesantren modern dapat diamati dari beberapa aspek. Pada pesantren tradisional, tidak terdapat sistem kelas, dan kemampuan seorang santri dinilai berdasarkan pemahaman terhadap kitab-kitab yang dibacanya, bukan kelas yang diikutinya. Tidak ada aturan penilaian yang diimplementasikan dalam proses pembelajaran. Selain itu, dalam pesantren tradisional, kebijakan dalam menentukan pendidikan yang diterapkan merupakan wewenang sang kiai, di mana sistemnya sangat tergantung pada preferensi kiai, dan belum terdapat regulasi terkait manajemen, administrasi, birokrasi, struktur, budaya, dan kurikulum (Wahid, 2001). Di sisi lain, pesantren modern menunjukkan pola hubungan yang lebih fungsional antara santri dan kiai. Pengelolaan pada sistem pesantren modern diserahkan pada para pengurus sehingga santri cenderung lebih terbuka terhadap pengaruh dari dunia luar.

Kehidupan selama anak mengenyam pendidikan di pesantren akan sangat berbeda dengan kehidupan yang dijalani sebelumnya sehingga anak diwajibkan untuk memiliki penyesuaian diri yang baik agar dapat bertahan hingga studinya di pesantren selesai. Penerapan jadwal yang ketat bagi siswa atau santri dapat memberikan dampak yang signifikan pada kehidupan mereka. Setiap harinya,

mereka menghadapi tanggung jawab yang berat, dimulai dari saat bangun hingga kembali tidur, semua diatur dengan cermat untuk menghindari pemborosan waktu. Tantangan muncul ketika beberapa santri menghadapi kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan pola kehidupan di asrama. Tidak jarang, beberapa santri memilih untuk meninggalkan pesantren sebelum menyelesaikan studi, bahkan pada tahun pertama mereka di pesantren.

Seseorang yang berada pada masa remaja umumnya sedang berada pada jenjang pendidikan SMP hingga perguruan tinggi. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Tahap perkembangan remaja, sebagaimana didefinisikan oleh Santrock (2012), berlangsung antara tahun 12 hingga 21 dan dibagi lagi menjadi remaja awal (12–18 tahun) dan remaja akhir (18–21 tahun) Monks dkk. (2009). Sama seperti petualangan masa kanak-kanak, perjalanan remaja dipengaruhi oleh koreografi genetik, dinamika biologis, interaksi lingkungan, dan kolaborasi sosial (Santrock, 2012).

Salah satu hal yang harus dicapai saat dalam masa perkembangan pada saat mencapai fase remaja adalah mencari berbagai relasi baru yang lebih luas dengan teman, meningkatkan kemampuan untuk melakukan hal secara mandiri, dan mengupayakan penyesuaian terhadap peran. Remaja perlu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri guna menghadapi tugas-tugas perkembangan ini (Hurlock, 2003). Goethals dan Worchel (dalam Yuniarti, 2009) menggambarkan bahwa kapasitas adaptasi masyarakat berbeda-beda. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat siswa di berbagai pesantren yang memiliki penyesuaian diri yang tinggi. Sebanyak 70,8% siswa di Pondok Pesantren Al

Mardiyah Mojosari Nganjuk memiliki penyesuaian diri pada tingkat sedang, 12,61% siswa di Pondok Pesantren Islam Modern Assalam Sukoharjo memiliki penyesuaian diri di tingkat rendah, 52,1% siswa di Pondok Pesantren Ma Husnul Khotimah memiliki penyesuaian diri pada tingkat rendah (Zahro, 2024; Ekanita & Putri, 2019; Wulan & Negara, 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah di pesantren. Individu yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan menyesuaikan dirinya dapat berdampak pada masalah, baik secara psikologis maupun perilaku. Beberapa contoh diantaranya seperti penurunan martabat pada diri, kepercayaan diri yang kurang, munculnya perasaan kesepian, isolasi, stres emosional, gangguan psikosomatis, dan masalah komunikasi (Al-Sharideh dan Goe, dalam (Hutapea, 2014).

Menurut Semiun (2006), proses penyesuaian terhadap diri mencakup bagaimana respon dan mental dari tiap individu untuk menyeimbangkan tuntutan internal yang timbul dari dirinya sendiri dengan tekanan yang diberikan oleh eksternal atau lingkungan sekitar. Penyesuaian diri merupakan suatu bentuk dari resolusi konflik yang menuntut individu untuk terlibat aktif. Ketika seseorang dapat beradaptasi dan memiliki penyesuaian diri yang baik, secara otomatis ia akan membentuk sebuah kemampuan berkomunikasi sehingga mudah bergaul dengan teman-teman maupun lingkungan sekitarnya, dan sebaliknya.

Bantuan tidak langsung untuk penyesuaian diri berasal dari komunikasi dengan orang lain dan pengungkapan informasi pribadi kepada mereka. Pada penelitiannya, Manalu & Tri (2016) mengatakan bahwa *self-disclosure* memiliki hubungan

dengan komunikasi seseorang karena berempati dan memiliki pola pikir terbuka dapat membantu membangun komunikasi. *Self-disclosure* terbukti dalam membantu individu menciptakan tidak hanya kedekatan, tetapi juga keakraban dengan orang lain (West & Turner, 2008). Maka dari itu, *self-disclosure* juga didefinisikan sebagai cara individu untuk mendeskripsikan informasi pribadi dalam rangka membangun kedekatan dan keakraban dengan orang lain.

Buhrmester, seperti yang dikutip oleh Gainau (2009), menegaskan bahwa untuk mencapai harmoni dalam relasi pribadi dan lingkungan sosial, seseorang perlu mengasah keterampilan yang mendukung kesuksesan interaksi tersebut. Salah satu dari keterampilan tersebut ialah *self-disclosure*. Atwater, sebagaimana dirujuk oleh Supratiknya (1995), merinci *self-disclosure* sebagai proses sukarela dan saling menguntungkan di antara individu, di mana mereka dapat saling berbagi informasi mengenai pemikiran dan perasaan mereka.

Penyesuaian diri merupakan salah satu aspek utama dalam diri seorang individu agar ia dapat berbaur dengan baik di lingkungan baru, lalu salah satu pendukung yang dapat mempermudah penyesuaian diri adalah *self-disclosure*. Maka dari itu, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian ini dalam rangka mengungkap bagaimana dan sejauh apa *self-disclosure* berhubungan dengan penyesuaian diri pada siswa SMP di pesantren modern. Dengan demikian, hasil penelitian ini akan memberikan panduan yang bermanfaat bagi seluruh masyarakat, terutama bagi lembaga pendidikan dan para pendidik, untuk menggali potensi dan meningkatkan kesejahteraan siswa di Pesantren Modern.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *self-disclosure* dengan penyesuaian diri pada siswa SMP di Pesantren Modern Al-Barokah Pematang Siantar.”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan penyesuaian diri pada siswa SMP di Pesantren Modern Al-Barokah Pematang Siantar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Dari segi teoritis, peneliti berharap penelitian dapat memberikan kontribusi pemikiran serta memperluas pemahaman dalam ranah psikologi, khususnya dalam Psikologi Pendidikan dan Psikologi Sosial, terpaut dengan aspek *self-disclosure* dan penyesuaian diri.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi panduan dan sumber referensi tambahan bagi mereka yang berkeinginan untuk menjalankan penelitian seputar *self-disclosure* dan penyesuaian diri, terutama dalam konteks pendidikan yang beragam.