

## **HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 8 PURWOREJO**

**Wijiati Kasari, Dian Ratna Sawitri**

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

[Wijiatikasari@gmail.com](mailto:Wijiatikasari@gmail.com), [Dian.r.sawitri@gmail.com](mailto:Dian.r.sawitri@gmail.com)

### **Abstrak**

Memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi, menuntut siswa untuk mampu menyesuaikan dirinya dengan hal baru, seperti lingkungan sekolah, peraturan, guru, dan teman baru. Selain itu, siswa juga perlu menggali kemampuannya dalam bidang akademik. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memiliki motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo yang berjumlah 223 siswa dan terbagi ke dalam tujuh kelas. Sampel penelitian berjumlah 154 siswa diperoleh dengan *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala model *Likert*, yaitu Skala Motivasi Belajar (30 aitem,  $\alpha=0,917$ ) dan Skala Penyesuaian Diri (25 aitem,  $\alpha=0,877$ ). Analisis regresi sederhana menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo ( $r_{xy} = 0,616$ ,  $p < 0,001$ ). Penyesuaian diri memberi sumbangan efektif sebesar 37,9% ( $R^2 = 0,379$ ) terhadap motivasi belajar.

**Kata kunci:** penyesuaian diri; motivasi belajar; siswa SMA

### **Abstract**

Entering a higher level of education, requires students to be able to adjust oneself to new things, such as school environments, regulations, teachers, and new friends. Moreover, students also need to explore their abilities in the academic field. Therefore, it is important for students to have the motivation to learn. This study aims to determine the correlation between self adjustment and the motivation to learn in grade X students in SMA Negeri 8 Purworejo. The population in this study were all students of grade X in SMA Negeri 8 Purworejo which amounted to 223 students and divided into seven classes. The sample of the study were 154 students obtained by cluster random sampling. Data collection used two Likert model scales, that is Scale of Motivation to Learn (30 aitem,  $\alpha = 0,917$ ) and Self Adjustment Scale (25 items,  $\alpha = 0,877$ ). Simple regression analysis showed that there was a significant positive correlation between self adjustment and motivation to learn in grade X students in SMA Negeri 8 Purworejo ( $r_{xy} = 0,616$ ,  $p < 0,001$ ). Self adjustment gave effective contribution of 37.9% ( $R^2 = 0.379$ ) to motivation to learn.

**Keywords:** self adjustment; motivation to learn; high school students

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa kritis dalam hal prestasi (Wigfield, dalam Santrock, 2007). Menurut Santrock (2007) keberhasilan atau kegagalan pada saat remaja dapat menjadi prediktor keberhasilan yang akan diperoleh pada saat dewasa. Oleh karena itu, remaja mulai menunjukkan persaingannya di dunia pendidikan dengan saling berlomba-lomba untuk mendapatkan prestasi sebaik mungkin. Keberhasilan atau prestasi di bidang akademik dapat diperoleh apabila siswa memiliki motivasi yang tinggi sebagai pendorong untuk mencapai keberhasilan tersebut, misalnya motivasi belajar.

Menurut Winkel (2009) motivasi belajar merupakan daya penggerak psikis yang ada pada diri siswa yang akan memunculkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arah pada kegiatan belajar. Adapun yang dimaksud sebagai belajar, yaitu aktivitas

mental/psikis berupa interaksi aktif yang terjalin antara individu dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam kemampuan kognitif seperti pengetahuan dan pemahaman, kemampuan sensorik-motorik seperti keterampilan melakukan serangkaian gerak badan dengan urutan tertentu, dan kemampuan dinamik-afektif meliputi nilai dan sikap. Aktivitas belajar bisa berupa aktivitas mental tanpa disertai pergerakan jasmani atau bisa juga aktivitas jasmani yang melibatkan mental seseorang.

Motivasi belajar memiliki peranan besar dalam keberhasilan siswa. Siswa dengan motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar, misalnya siswa rajin mencatat, rajin membaca, dan mengerjakan tugas dengan tepat waktu. Siswa dengan motivasi belajar yang rendah cenderung kurang berpartisipasi dalam belajar, siswa kurang tertarik untuk mengikuti materi pelajaran yang disampaikan oleh guru, siswa tidak mencatat selama pelajaran berlangsung, dan tidak menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya (Djamarah, 2015).

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2013) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, yaitu cita-cita, kemampuan siswa, kondisi siswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran, dan upaya guru dalam membelajarkan siswa-siswanya. Adanya kondisi atau situasi lingkungan kelas yang mendukung keberhasilan perasaan atau regulasi emosi siswa, menyebabkan siswa cenderung tertarik untuk belajar (Meyer & Turner, 2006). Terjalannya hubungan baik antara guru dan siswa juga dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, misal dengan adanya kesepakatan antara guru dan siswa dalam pembuatan kontrak belajar. Kontrak belajar yang dibuat saat awal pertemuan, dapat meningkatkan motivasi belajar siswa karena siswa memiliki keinginan untuk memenuhi kontrak yang telah dibuat (Abdullah & Yih, 2014).

SMA Negeri 8 Purworejo merupakan sekolah yang berada cukup jauh dari perkotaan, yaitu berada di Desa Grabag, Kecamatan Grabag, Kabupaten Purworejo, Jawa Tengah. Tahun ajaran 2013/2014, SMA Negeri 8 Purworejo mulai menjalankan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) selama lima hari setiap minggunya, yaitu dari hari Senin sampai Jum'at. KBM untuk hari Senin sampai Kamis dimulai pukul 06.45 WIB dan berakhir pukul 15.00 WIB, kemudian istirahat 15 menit dan dilanjutkan untuk kegiatan belajar mengajar tambahan atau oleh pihak sekolah disebut sebagai les atau pengayaan sampai pukul 17.00 WIB. Jadwal tersebut berbeda dengan hari Jum'at, karena pada hari Jum'at, KBM dimulai pukul 06.45 WIB, tetapi berakhir lebih cepat yaitu pukul 11.30 WIB. Bagi siswa kelas X, siswa wajib mengikuti kegiatan Pramuka yang dimulai pukul 14.00 WIB sampai 16.00 WIB.

Siswa di SMA Negeri 8 Purworejo telah diwajibkan untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar tambahan atau les sejak kelas X. Siswa yang sebagian besar berasal dari SMP dengan jadwal kegiatan yang tidak terlalu padat mengalami kesulitan atau hambatan dalam menyesuaikan diri dengan jadwal kegiatan di SMA Negeri 8 Purworejo yang cukup padat. Siswa merasa bahwa peraturan sekolah yang mewajibkan siswa-siswinya mengikuti kegiatan di sekolah dari pagi sampai sore menyebabkan kelelahan, dan akhirnya kurang maksimal dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Penyesuaian diri menurut Haber dan Runyon (2006) merupakan proses yang berlangsung dan berkelanjutan di dalam hidup individu sebagai upaya menghadapi situasi yang berubah dan tujuan hidup yang berubah akibat keadaan yang berubah. Ketika memasuki lingkungan baru dengan kegiatan yang berbeda dari biasanya, maka seseorang dituntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik ketika mampu merespon sesuatu dengan tepat, efisien, dan memuaskan, serta dapat mengatasi konflik, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengganggu hal-hal yang berada di luar permasalahan, sehingga akan memiliki hubungan interpersonal dan kebahagiaan timbal balik dengan orang lain di lingkungannya (Ali & Asrori, 2008). Seseorang yang kurang mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya cenderung menunjukkan reaksi yang tidak efisien dan tidak memuaskan (Desmita, 2014).

Berdasarkan paparan di atas, dijelaskan bahwa siswa di SMA Negeri 8 Purworejo telah diwajibkan untuk mengikuti kegiatan les atau pengayaan sejak kelas X. Hal tersebut menuntut siswa kelas X untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan peraturan baru. Siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas mengindikasikan bahwa siswa belum bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan sekolah. Akibatnya, siswa menjadi kurang fokus dalam mengikuti kegiatan belajar karena siswa memiliki motivasi belajar yang rendah. Motivasi belajar yang rendah dapat menyebabkan siswa memperoleh prestasi yang kurang memuaskan.

Kondisi yang demikian menyebabkan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo. Apabila terdapat hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri dan motivasi belajar pada siswa di SMA Negeri 8 Purworejo, maka hal tersebut dapat dijadikan contoh bagi sekolah lain agar dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

## METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo yang berjumlah 223 siswa dan terbagi ke dalam tujuh kelas. Sampel penelitian berjumlah 154 siswa diperoleh dengan *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala model *Likert*, yaitu Skala Motivasi Belajar (30 aitem,  $\alpha=0,917$ ) yang disusun berdasarkan aspek dari Winkel (2009) yaitu memunculkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arah pada kegiatan belajar, serta Skala Penyesuaian Diri (25 aitem,  $\alpha=0,877$ ) yang disusun berdasarkan aspek dari Haber dan Runyon (2006), yaitu persepsi yang akurat mengenai realitas, kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, dan hubungan interpersonal yang baik. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program komputer *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Windows Release 21.0*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.**  
Uji Normalitas

Variabel	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	Signifikansi ( $p > 0,05$ )	Bentuk
Penyesuaian Diri	1,330	0,058	Normal
Motivasi Belajar	0,926	0,357	Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai *Kolmogorov Smirnov* pada penyesuaian diri sebesar 1,330 dengan signifikansi 0,058 ( $p > 0,05$ ), sedangkan motivasi belajar memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,926 dengan signifikansi 0,357 ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan analisis data, maka variabel penyesuaian diri dan motivasi belajar dinyatakan berdistribusi normal.

**Tabel 2.**  
Uji Linearitas

Hubungan Variabel	Nilai F	Signifikansi ( $p < 0,05$ )	Keterangan
Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Motivasi Belajar	92,957	0,000	Linier

Uji linearitas terhadap variabel penyesuaian diri dan motivasi belajar menunjukkan nilai F sebesar 92,957 dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel penelitian adalah linier.

**Tabel 3.**  
*Koefisien Persamaan Garis Regresi*

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
Constant	27,518	7,020		3,920	0,000
Penyesuaian Diri	0,807	0,084	0,616	9,641	0,000

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana yang dilakukan, diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,616 dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo. Koefisien korelasi yang memiliki nilai positif menunjukkan arah hubungan yang positif antara kedua variabel, artinya semakin baik penyesuaian diri maka semakin tinggi motivasi belajar. Hal ini berlaku juga sebaliknya, semakin rendah penyesuaian diri maka semakin rendah motivasi belajar. Hasil analisis regresi sederhana tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

Nilai koefisien determinasi (*R Square*) pada penelitian ini sebesar 0,379, artinya penyesuaian diri memberi sumbangan efektif sebesar 37,9% terhadap motivasi belajar, sedangkan sisanya 62,1% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini.

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh persamaan regresi antara variabel penyesuaian diri dengan motivasi belajar, yaitu  $Y = 27,518 + (0,807)X$ , artinya bahwa nilai variabel motivasi belajar akan berubah sebesar 0,807 setiap variabel penyesuaian diri mengalami perubahan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arifin, Dardiri, dan Handayani (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan penyesuaian diri dengan prestasi akademik mahasiswa, artinya kemampuan penyesuaian diri seseorang memiliki hubungan dan dapat mempengaruhi prestasi akademik yang diperoleh. Semakin baik kemampuan penyesuaian diri, maka prestasi akademik yang diperoleh juga semakin baik, begitu pula sebaliknya, semakin rendah kemampuan penyesuaian diri, maka prestasi akademik yang diperoleh juga semakin rendah.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zakiyah, Hidayati, dan Setyawan (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa sekolah berasrama. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ketika siswa menghadapi situasi baru, maka siswa berusaha untuk menghadapi situasi baru tersebut tanpa mengesampingkan tugasnya sebagai siswa.

Hasil penelitian dari Christyanti, Mustami'ah, dan Sulistiani (2010) menunjukkan bahwa ketika seseorang mampu melakukan penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik maka kecenderungan untuk stres menjadi rendah. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Solita, Syahniar, Nurfarhanah (2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kemandirian emosi dengan motivasi belajar siswa SMA Adabiah Padang.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan, disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy} = 0,616$ ,  $p < 0,001$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri siswa, maka semakin

tinggi motivasi belajar siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo, sebaliknya, semakin rendah penyesuaian diri siswa, maka semakin rendah pula motivasi belajar siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo. Sumbangan efektif yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar 0,379 yang artinya penyesuaian diri siswa memberikan sumbangan sebesar 37,9% terhadap motivasi belajar siswa kelas X di SMA Negeri 8 Purworejo.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdullah, A & Yih, T. Y. (2014). Implementing learning contracts in a computer science course as a tool to develop and sustain student motivation to learn. *Procedia – Social and Behavioral Science*, 123, 256-265. doi:10.1016/j.sbspro.2014.01.1422.
- Ali, M & Asrori, M. (2008). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arifin, M., Dardiri, A., & Handayani, A. N. (2016). Hubungan kemampuan penyesuaian diri dan pola berpikir dengan kemandirian belajar serta dampaknya pada prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 1, 1943-1951.
- Christyanti, D., Mustami'ah, D., & Sulistiani, W. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *Jurnal INSAN*, 12, 153-159.
- Desmita. (2014). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Posdakarya.
- Dimiyati & Mudjiono. (2013). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2015). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Haber, A & Runyon, R. P. (2006). *Psychology of adjustment*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Meyer, D. K & Turner, J. C. (2006). Re-conceptualizing emotion and motivation to learn in classroom contexts. *Educational Psychology Review*, 18, 377-390. doi:10.1007/s1064-006-9032-1.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*, Jilid 1 Edisi Ke 11. Jakarta: Erlangga.
- Solita, L., Syahniar & Nurfarhanah. (2012). Hubungan antara kemandirian emosi dengan motivasi belajar. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1, 1-9.
- Winkel, W.S. (2009). *Psikologi pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Zakiah, N., Hidayati, F. N. R., & Setyawan, I. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik siswa sekolah berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi Undip*, 8, 156-167.