

## **HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 KUDUS DENGAN SISTEM PEMBELAJARAN *FULL DAY SCHOOL***

**Rista Titania Ulfia<sup>1</sup>, Diana Rusmawati<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia, 50275

[titania1040@gmail.com](mailto:titania1040@gmail.com)

### **Abstrak**

*Full day school* merupakan sistem pembelajaran sehari penuh selama 5 hari dalam seminggu. Diterapkannya sistem ini membuat para siswa kesulitan dalam menjalani pembelajaran di sekolah. Banyak siswa yang merasa tertekan sehingga membuat siswa enggan untuk menjalankan tanggungjawabnya dengan cara yang terbaik agar mencapai keberhasilan di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus dengan pembelajaran *full day school*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus yang berjumlah 388 siswa. Sampel penelitian terdiri dari 188 siswa yang diperoleh dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala model likert, diantaranya yaitu Skala Penyesuaian Diri (32 aitem,  $\alpha = 0,890$ ) dan Skala Motivasi Berprestasi (29 aitem,  $\alpha = 0,884$ ). Hasil pengolahan data menggunakan analisis regresi sederhana memperoleh nilai koefisiensi korelasi  $r_{xy} = 0,780$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus. Artinya, semakin tinggi penyesuaian diri siswa, maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi siswa. Penyesuaian diri memberikan sumbangan efektif sebesar 60,8% pada motivasi berprestasi.

**Kata kunci:** *full day school*; motivasi berprestasi; penyesuaian diri

### **Abstract**

Full day school is a full day learning system for 5 days in a week. The implementation of this system makes it difficult for students to undergo learning in school. Many students feel depressed, which makes students reluctant to carry out their responsibilities in the best way to achieve success in school. This study aims to determine the relationship between adjustment and achievement motivation in class X students at SMA Negeri 1 Kudus with full day school learning. The population in this study was grade X students at SMA Negeri 1 Kudus, amounting to 388 students. The research sample consisted of 188 students who were obtained using cluster random sampling techniques. Data collection methods used in this study are Likert scale models, including the Adjustment Scale (32 items,  $\alpha = 0.890$ ) and Achievement Motivation Scale (29 items,  $\alpha = 0.884$ ). The results of data processing using simple regression analysis obtained the value of the correlation coefficient  $r_{xy} = 0.780$  with  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). The results show that there is a significant positive relationship between adjustment and achievement motivation in class X students at SMA Negeri 1 Kudus. That is, the higher the student's adjustment, the higher the student's achievement motivation. Adjustment provides an effective contribution of 60.8% in achievement motivation..

**Keywords:** full day school, achievement motivation, self-adjustment.

### **PENDAHULUAN**

Upaya pemerintah untuk meningkatkan mutu pendidikan sudah dilakukan, yang ditunjukkan melalui perbaikan-perbaikan kurikulum dan jenis-jenis model pembelajaran untuk menyempurnakan kurikulum sebelumnya. Indonesia saat ini menerapkan kurikulum pendidikan K13 (Kurikulum 2013). Dengan kebijakan terbarunya yaitu sekolah 5 hari (*full*

*day school*). Penerapan *full day school* di berbagai sekolah menengah atas menuai pro dan kontra.

Muhadjir Effendy dalam forum pengajian di Universitas Muhammadiyah Malang, mengatakan bahwa alasan diberlakukannya *full day school* adalah agar siswa aktif berkegiatan dalam rangka membangun karakter dan agar siswa tidak terlibat dengan berbagai hal negatif sepulang sekolah di luar pengawasan orang tua yang masih bekerja (CNN Indonesia, 2016). Pengurus Besar Nahdlatul Ulama (PBNU) dan Persatuan Guru Swasta Indonesia (PGSI) di Jawa Tengah menolak adanya kebijakan *full day school*. Penolakan tersebut muncul dikarenakan penerapan *full day school* dinilai tidak efektif, yaitu sebesar 80% kegiatan akademik maupun non akademik yang diselenggarakan disekolah tidak efektif dan materi pelajaran tidak dapat diserap secara maksimal oleh siswa ketika diberikan lebih dari pukul 1 siang (Beritasatu.com, 2016). Studi yang dilakukan Arianto, dkk (2018) menyatkan bahwa penerapan *full day school* di SMAN 10 Singkawang tidak memberikan pengaruh dalam meningkatkan hasil belajar para siswa.

SMA Negeri 1 Kudus adalah sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran *full day school*. Berdasarkan hasil pengambilan data awal melalui kuesioner yang diisi oleh 70 siswa-siswi kelas X di SMA Negeri 1 Kudus, didapatkan hasil bahwa sebanyak 50% siswa-siswi merasa kurang antusias dengan sistem pembelajaran *full day school*. Hasil wawancara pada Guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 1 Kudus, yaitu Ibu Retno mengatakan bahwa banyak siswa yang mengeluh karna merasa lelah dan terbebani. Hal tersebut membuat mereka cenderung malas mengerjakan tugas, enggan untuk menerima hal-hal baru dan meminta agar tugas/PR ditiadakan. Sudah ada beberapa siswa-siswi yang memilih untuk keluar dari sekolah karena tidak sanggup menerima pelajaran dan tanggung jawab yang harus dilaksanakan. Siswa-siswi tersebut enggan untuk menerima tantangan pelajaran yang jauh lebih sulit dan berbeda dari sistem pembelajaran di sekolah sebelumnya.

Schunk dkk. (2012) mengatakan bahwa perubahan bentuk kebijakan serta praktik sekolah yang dialami siswa dalam masa transisi ke tingkat sekolah menengah atas tersebut dapat memberikan dampak negatif bagi motivasi siswa. Slavin (2011) menyatakan bahwa perubahan motivasi berprestasi pada siswa dapat terjadi ketika siswa mengalami kondisi yang berbeda dalam lingkungannya. Siswa yang mengalami kesulitan di tahun pertama sekolah akan mengalami perubahan motivasi. Tinggi rendahnya motivasi berprestasi siswa dapat dipengaruhi karena faktor internal berupa adanya keinginan dari dalam diri untuk meraih kesuksesan serta ketakutan akan kegagalan (Santrock, 2013). Sejalan dengan hasil penelitian Fakhria dan Setiowati (2017) pada siswa kelas 10 pada beberapa sekolah menengah atas di Semarang menunjukkan bahwa siswa yang memiliki ketakutan akan kegagalan yang tinggi dapat mengakibatkan rendahnya motiasi berprestasi pada siswa.

Dari tahun ke tahun siswa akan menghadapi berbagai perubahan yang mengharuskan siswa untuk memiliki penyesuaian diri di sekolah. Keberhasilan siswa dalam menghadapi tantangan tersebut, dapat memberi dampak yang baik pada pencapaian prestasi di sekolah (Schunk dkk., 2012). Keberhasilan siswa dalam menghadapi tantangan tersebut, dapat memberi dampak yang baik pada pencapaian prestasi di sekolah (Schunk dkk., 2012). Lidstrom dkk. (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ketika siswa mengalami kesulitan dalam mencapai kesesuaian antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan siswa, maka akan memiliki risiko kegagalan di sekolah. Hal tersebut dapat mengakibatkan menurunnya motivasi siswa yang bisa berdampak pada ketidakhadiran siswa di sekolah. Sehingga mengakibatkan siswa tidak mampu mencapai tujuan dalam pendidikannya.

Schunk dkk. (2012) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam kemajuan, prestasi, serta motivasi akademis siswa. Motivasi berperan penting dalam melibatkan siswa ke dalam kegiatan akademis. Motivasi juga memiliki peran yang penting dalam menentukan seberapa banyak hal yang akan dipelajari siswa pada kegiatan yang dilakukannya (Slavin, 2011). Ketika remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri di sekolah baru, akibatnya yaitu prestasi belajar remaja dapat menurun. Hal tersebut dikarenakan rendahnya keinginan siswa untuk melakukan segala usaha yang terbaik dalam mencapai prestasi di sekolah (Hanggowiyono, 2015).

Berdasarkan paparan tersebut dapat dijelaskan bahwa siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus kurang memiliki semangat dalam menjalani sistem pembelajaran *full day school*. Hal tersebut dapat dilihat dari rendahnya upaya siswa untuk melakukan yang terbaik dalam pembelajaran di sekolah. Siswa-siswi terlalu banyak mengeluh dibanding berusaha. Sudah ada beberapa siswa-siswi yang memilih untuk keluar dari sekolah karena tidak sanggup menerima pelajaran dan tanggung jawab yang harus dilaksanakan. Siswa-siswi tersebut enggan untuk menerima tantangan pelajaran yang jauh lebih sulit dan berbeda dari sistem pembelajaran di sekolah sebelumnya. Dari uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus dengan sistem pembelajaran *full day school*.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pada penelitian ini populasi yang dijadikan sampel adalah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus yang dipilih melalui teknik *cluster random sampling* sebanyak 188 siswa. Dengan karakteristik subjek berusia 15-18 tahun yang bersekolah di sekolah menengah atas dengan sistem pembelajaran *full day school*.

Pengumpulan data menggunakan skala *Likert*, yaitu Skala Motivasi Berprestasi (29 aitem,  $\alpha = 0,884$ ) yang disusun berdasarkan aspek dari McClelland (dalam Desmita, 2016) yang meliputi bertanggung jawab atas perbuatannya, adanya kebutuhan atau perhatian pada umpan balik, pertimbangan risiko dalam pemilihan tugas (berorientasi sukses), kreatif dan inovatif, serta mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi. dan Skala Penyesuaian Diri (32 aitem,  $\alpha = 0,890$ ) yang disusun berdasarkan aspek dari Schneiders (1964) yang meliputi kontrol emosi, mekanisme pertahanan diri secara minimal, meminimalkan frustrasi, memiliki pertimbangan yang rasional serta kemampuan mengarahkan diri, belajar dan memanfaatkan pengalaman diri sendiri dan orang lain, serta memiliki sikap realistis dan objektif. Metode analisis data yang digunakan yaitu teknik analisis regresi sederhana yang dibantu dengan *Statistical Packange for Social Science (SPSS) for windows version 23.0*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil uji normalitas dapat diketahui bahwa variabel penyesuaian diri dan motivasi berprestasi memiliki skor *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,05 dengan nilai signifikansi sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ). Maka dari hasil tersebut menunjukkan bahwa data variabel penyesuaian diri dan motivasi berprestasi berdistribusi normal. Sedangkan hasil uji linearitas yang dilakukan pada kedua variabel memperoleh nilai koefisien  $F = 285.181$  dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Maka dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel penyesuaian diri dan variabel motivasi berprestasi.

Hasil uji hipotesis melalui analisis regresi sederhana memperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,780 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara variabel penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi. Sehingga dapat diketahui bahwa semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus dengan sistem pembelajaran *full day school*. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat **diterima**.

Berdasarkan hasil uji tersebut, diperoleh nilai persamaan regresi antar variabel yaitu  $Y = 13,240 + 0,755X$ , hal ini menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi (Y) akan berubah sebesar 0,755 untuk setiap perubahan yang terjadi pada variabel penyesuaian diri (X). Nilai koefisiensi determinasi pada penelitian ini ditunjukkan oleh *R Square* sebesar 0,608. Nilai tersebut mengandung arti bahwa penyesuaian diri memberikan sumbangan efektif sebesar 60,8% pada motivasi berprestasi. Sehingga dapat ditunjukkan bahwa 60,8% variabel motivasi berprestasi dipengaruhi oleh penyesuaian diri, sedangkan 39,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustin dkk. (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi pada siswa kelas X di SMA N 1 Karanganyar. Semakin tinggi keberhasilan siswa dalam menyesuaikan diri, siswa dapat meningkatkan motivasi berprestasi di sekolah. Hasil penelitian dari luar negeri juga membuktikan hal tersebut. Khan (2016) dalam penelitiannya terhadap siswa-siswi sekolah menengah atas di Aligarh India, menyatakan bahwa penyesuaian diri yang kurang dapat mempengaruhi rendahnya motivasi berprestasi siswa-siswi. Maka untuk dapat meningkatkan motivasi berprestasi, siswa-siswi harus memiliki penyesuaian diri yang tinggi. Kemudian Kananifar dkk. (2015) dalam studi yang dilakukan pada siswi SMA di kota Ramhormoz Iran juga mengatakan bahwa peningkatan penyesuaian diri pada siswi dapat mempengaruhi meningkatnya motivasi berprestasi siswi.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kudus dengan sistem pembelajaran *full day school*. Semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki siswa maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi siswa. Sebaliknya, semakin rendah penyesuaian diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah pula motivasi berprestasi siswa. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkap faktor lain yang mempengaruhi motivasi berprestasi siswa. Selain itu, untuk menyempurnakan hasil penelitian ini bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dengan menambah variabel lain seperti hasil belajar atau prestasi belajar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Agustin, U., Rochani, S., & Rohmad, Z. (2015). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan teman sebaya dengan motivasi berprestasi siswa kelas X IPS SMA N 1 Karanganyar. *Sosialitas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Sosiologi Ant*, 6(2), 1-16.

- Arianto, Sukmawati, & Radiana, U. (2018). The evaluation of full day school program in SMAN 10 Singkawang. *Journal of Education, Teaching and Learning*, 3(1), 178-186. <https://doi.org/10.26737/jetl.v3i1.744>
- Desmita. (2016). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosda Karya.
- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2, 29–42. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>
- Honggowiyono, P. (2015). *Pertumbuhan dan perkembangan peserta didik*. Gunung Samudera.
- Kananifar, N., & Husain, A. (2019). *Identifying desirable values among the counseling students od Iran and Malaysia*. Universitas Malaya.
- Khan, A. (2016). *Influence of academic stress on students' self-concept, adjustment and achievement motivation* [Tesis, Aligarh Muslim University]. Eprints Aligarh Muslim University. <http://ir.amu.ac.in/9973/1/T9966.pdf>
- Lidstrom, H., Hemmingsson, H., & Ekbladh, E. (2019). Individual adjustment needs for students in regular upper secondary school. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 0031-3831. <https://doi.org/10.1080/00313831.2019.1595714>
- Santrock, J. W. (2013). *Psikologi pendidikan*. Kencana Prenada Media Group.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Rinehart and Winston.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2012). *Motivasi dalam pendidikan: Teori, penelitian dan aplikasi* (3<sup>rd</sup> ed.). PT Indeks.
- Slavin, R. E. (2011). *Psikologi pendidikan teori dan praktek* (9<sup>th</sup> ed.). PT Indeks.