

**OPTIMASI PENYESUAIAN SEKOLAH SISWA SEKOLAH MENENGAH
KEJURUAN MELALUI DUKUNGAN SOSIAL DAN MANAJEMEN WAKTU**
*OPTIMAZING OF SCHOOL ADJUSTMENT AMONG VOCATIONAL HIGH SCHOOL
STUDENTS THROUGH SOCIAL SUPPORT AND TIME MANAGEMENT*

Nur Ayu Seftiyani⁽¹⁾, Fuad Nashori⁽²⁾

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia^(1,2)

Email: fuadnashori@uii.ac.id⁽²⁾

Abstrak: Penyesuaian sekolah memainkan peran penting dalam kesuksesan proses pembelajaran. Ini adalah kemampuan untuk beradaptasi dan mengelola diri sendiri, baik dalam kehidupan akademik maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah manajemen waktu dan dukungan sosial dapat memprediksi penyesuaian sekolah siswa. Penelitian ini menggunakan tiga skala: skala dukungan sosial, skala manajemen waktu, dan skala penyesuaian sekolah siswa. Responden dalam penelitian ini adalah 110 siswa kelas 10 di Sekolah Menengah Kejuruan AHK 2 Benda, Brebes, Jawa Tengah yang diambil melalui purposive sampling. Desain penelitian menggunakan pendekatan lintas sektoral (cross-sectional) dengan satu variabel kriteria, yaitu penyesuaian sekolah, dan dua variabel prediktor, yaitu dukungan sosial dan manajemen waktu. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p < 0,001$, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima bahwa dukungan sosial dan manajemen waktu dapat memprediksi penyesuaian sekolah siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Persentase kontribusi efektif dari variabel dukungan sosial dan manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah adalah sebesar 67,3%. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif di mana semakin tinggi dukungan sosial dan manajemen waktu yang dimiliki siswa, semakin baik penyesuaian sekolah mereka.

Kata kunci: Penyesuaian sekolah, dukungan sosial, manajemen waktu, sekolah menengah kejuruan

Abstract: School adjustment plays an essential role in the success of a learning process. It is an ability to adapt and self-manage, whether in academic or social life. This study aims to determine whether time management and social support can predict student's school adjustment. This study used three scales: the social support scale, the time management scale, and the student's adjustment scale. The respondents were 110 10th-grade students in Vocational School AHK 2 Benda, Brebes, Central Java. The research used a cross-sectional design with one criterion variable (school adjustment) and two predictor variables (social support and time management). We deployed multiple regressions to analyze the data. The results showed that the p-value was < 0.001 . Thus, the hypothesis in this study was accepted that social support and time management could predict the school adjustment of Vocational School students. The percentage of the effective contribution of social support and time management variables to school adjustment was 67.3%. The results showed a positive correlation between social support, time management, and school adjustment. The higher the students have time management and get support from others, the better their school adjustment.

Keywords: School adjustment, social support, time management, vocational school.

PENDAHULUAN

Hadirnya lembaga pendidikan yang menyediakan asrama dan menambahkan muatan pelajaran agama tampaknya menjadi pilihan prioritas bagi sebagian orangtua. Pelajaran agama diperoleh siswa melalui pondok pesantren, sementara pendidikan umum dapat diperoleh siswa melalui sekolah formal yang merupakan satu kesatuan dengan pesantren itu.

Terpisahannya santri sekaligus siswa (selanjutnya keduanya disebut siswa) berasrama dengan orangtua mereka menjadi permasalahan baru yang harus mereka hadapi. Memasuki kelompok baru dalam situasi asrama bukanlah hal mudah yang harus dihadapi oleh siswa yang berusia remaja yang menempuh pendidikannya di pondok pesantren sekaligus di sekolah formal. Mereka memiliki teman-teman baru dari berbagai daerah dengan watak yang berbeda-beda ditambah dengan hadirnya pengasuh yang baru membuat siswa diharuskan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya secara cepat agar dapat bertahan dengan baik. Penyesuaian ini bukan hanya dilakukan siswa di wilayah pondok pesantren, tetapi juga di lingkungan sekolahnya. Santri sekaligus siswa ini dituntut untuk memiliki penyesuaian sekolah yang baik di sekolah yang mengajarkan ilmu umum dan pesantren yang mengajarkan ilmu agama.

Penyesuaian diri siswa terhadap kehidupan sekolah biasa disebut penyesuaian sekolah (*school adjustment, adjustment to college*). Khusus untuk pendidikan *secondary school* atau *high school* tampaknya istilah yang lebih tepat adalah *school adjustment*. Penyesuaian sekolah sendiri memainkan peran penting dalam pembelajaran setiap generasi (Calaguas, 2011). Faktanya, tidak semua siswa memiliki penyesuaian sekolah yang baik ketika berada di sekolah. Dalam penelitian Maranressy dan Rozali (2021) ditemukan bahwa rendahnya penyesuaian akademik -yang merupakan bagian penting penyesuaian sekolah- siswa disebabkan oleh kurangnya pembelajaran cepat, keterlambatan dalam tugas yang diberikan, kurangnya usaha ketika suatu topik tidak dipahami, nilai di bawah kriteria minimum, kurangnya diskusi, dan sering membolos pelajaran.

Baker dan Siryk (1984) mendefinisikan penyesuaian sekolah sebagai sikap seseorang

dalam menghadapi tuntutan akademik dan pengalaman yang diperolehnya dalam proses pendidikan yang dijalannya. Mengacu pada teori Baker dan Siryk, terdapat empat aspek penyesuaian sekolah, yaitu (1) penyesuaian akademik (*academic adjustment*), (2) penyesuaian sosial (*social adjustment*), (3) penyesuaian personal-emosional (*personal-emotional adjustment*), dan (4) penyesuaian umum/institusional (*general/institutional adjustment*).

Para siswa menghadapi berbagai tantangan penyesuaian sekolah. Pemahaman akan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sekolah sangat penting agar penyesuaian sekolah yang dimiliki siswa berkembang optimal. Dukungan sosial, terutama dari orang tua, adalah keniscayaan agar siswa dapat memiliki penyesuaian sekolah yang baik. Menurut Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988), dukungan sosial merupakan suatu bantuan dari orang lain yang dipersepsikan sebagai dukungan. Adanya dukungan sosial, terutama dari orang tua, memberikan kenyamanan fisik dan psikologis untuk anak-anak dan remaja, dalam hal ini para siswa. Dengan dukungan sosial, siswa merasa dicintai dan diperhatikan, dalam hal ini dihargai oleh orang lain, orang tuanya serta situasi di lingkungan pondok pesantren dan sekolah yang menuntut siswa untuk mengatur diri sendiri dan mungkin dalam situasi stres atau menegangkan bagi siswa. Adapun aspek dukungan sosial, menurut Zimet dkk (1988), meliputi dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang istimewa atau orang lain. Dukungan keluarga berupa keluarga mencoba memberikan bantuan, memberikan dukungan emosional, menjadi tempat bercerita serta membantu saat membuat keputusan. Sementara itu, dukungan teman berupa teman membantu dengan sungguh-sungguh, dapat diandalkan, serta dapat menjadi tempat bercerita dan menyelesaikan masalah. Dukungan sosial dari orang yang istimewa atau orang lain berupa adanya orang lain untuk berbagi permasalahan, ada saat dibutuhkan serta mampu memahami dan peduli terhadap apa yang dibutuhkan.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sekolah. Penelitian yang dilakukan pada 5.607 siswa menunjukkan bahwa dukungan sosial

memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sekolah pada siswa baru (Aldrup, Klusmann, Lüdtk, Göllner, & Trautwein, 2018). Sementara itu, Lasarte, Diaz, Palacios, dan Fernandez (2020) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sekolah yang ditandai oleh efikasi diri akademik dan keterlibatan sekolah. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Mateos, Fernández-Zabala, Palacios, Diaz-de-Cerio (2020) di Basque (Spanyol) terdapat 731 siswa. Hasil penelitian mereka menunjukkan dukungan sosial dari guru dan teman memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial dan penyesuaian sekolah siswa yang selanjutnya disebut sebagai hipotesis minor 1. H1 = Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian sekolah siswa Sekolah Menengah Kejuruan.

Selain dukungan sosial, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian sekolah siswa. Allen (2016) mengemukakan bahwa manajemen waktu dapat membantu siswa untuk fokus pada pembelajaran dan tugas-tugas akademik dengan lebih efisien. Manajemen waktu yang baik juga dapat membantu siswa mengelola waktu dengan baik, memberikan banyak waktu untuk bersantai dan menghindari prokrastinasi (Gallardo-Lolandes, 2020). Menurut Macan, Shahani, Dipboye, dan Phillips (1990), aspek-aspek dari manajemen waktu meliputi menganalisis kebiasaan penggunaan waktu, menetapkan tujuan dan sasaran, menetapkan atau menyusun prioritas, perencanaan dan penjadwalan dan sikap kontrol atas waktu.

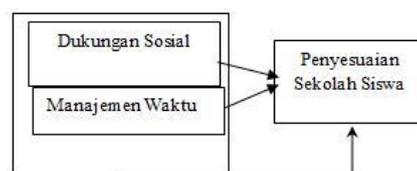
Manajemen waktu memiliki pengaruh terhadap kemampuan penyesuaian sekolah siswa. Diungkapkan oleh Slameto (2015), bahwa secara umum manajemen waktu memiliki peran terhadap peningkatan ketrampilan umum belajar sehingga pada gilirannya siswa dapat memperoleh prestasi yang optimal. Hasil penelitian Jamaluddin (2022) menemukan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh terhadap penyesuaian akademik pelajar. Ini dengan catatan bahwa penyesuaian diri akademik sendiri merupakan bagian dari penyesuaian sekolah (Baker & Siryk, 1984). Sebuah studi eksperimen

Onwubiko (2020) menunjukkan bahwa perlakuan manajemen waktu efektif dalam meningkatkan penyesuaian akademik. Berdasarkan penelitian Siregar dan Rahmulyani (2022), diketahui manajemen waktu merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dan dapat membantu siswa untuk mengembangkan minat yang tinggi terhadap akademik di sekolah serta mengurangi stres pada siswa baru.

Dengan demikian, maka hipotesis kedua penelitian ini adalah ada pengaruh manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah siswa. Karenanya, dapat dirumuskan hipotesis minor 2. H2= Terdapat pengaruh manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial dan manajemen waktu secara sendiri-sendiri berhubungan dengan penyesuaian diri. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian sekolah (Aldrup dkk, 2018; Lasarte dkk, 2020). Selanjutnya sejumlah penelitian yang lain juga menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh terhadap penyesuaian diri (Onwukibo, 2020; Jamaluddin, 2022). Namun, sejauh ini belum terdapat penelitian yang membahas tentang pengaruh dukungan sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama terhadap penyesuaian sekolah siswa, khususnya pada siswa sekolah kejuruan yang sekaligus menempuh pendidikan agama pada lingkungan pondok pesantren. Berdasarkan penjelasan di atas, hipotesis mayor pada penelitian ini adalah ada pengaruh hubungan dukungan sosial dan manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah siswa. H3: Terdapat pengaruh antara dukungan sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama terhadap penyesuaian sekolah siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Berikut adalah kerangka teoritis korelasi ketiga variabel penelitian:



Bagan 1. Hipotesis

METODE

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional noneksperimental. Penelitian ini berupa *cross sectional design* dengan satu variabel kriteria, yaitu penyesuaian diri siswa dan dua variabel prediktor, yaitu dukungan sosial dan manajemen waktu.

Partisipan Penelitian

Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Kejuruan Ahk 2 Benda Brebes (Jawa Tengah) yang sekaligus menempuh pendidikan agama pada Pondok Pesantren, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 14-17 tahun, beragama Islam. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, diambil partisipan dalam penelitian ini, yaitu seluruh siswa kelas X SMK Ahk 2 Benda Brebes (Jawa Tengah) dengan jumlah 110 siswa aktif. Rinciannya adalah siswa laki-laki sebanyak 38 siswa dan 72 siswa perempuan. Rentang usia siswa mulai dari 14 sampai 17 tahun. Partisipan berasal dari kelas X dengan beberapa jurusan yaitu Teknik Komputer Jaringan (64 siswa), Akuntansi Keuangan Lembaga (8 siswa), Bisnis Daring dan Pemasaran (22 siswa), serta jurusan Teknologi Farmasi (16 siswa).

Pada penelitian ini akan dilaporkan data deskriptif partisipan penelitian.

Tabel 1. Data Demografi Partisipan (N=110)

Profil	Kelompok	Frekuensi	Presentasi
Usia	14 tahun	9	8.181%
	15 tahun	83	75.45%
	16 tahun	17	15.45%
	17 tahun	1	0.9%
Seks	Laki-laki	38	35.54%
	Perempuan	72	65.45%
Kelas	TKJ 1	30	27.27%
	TKJ 2	34	30.9%
	AKL	8	7.27%
	BDP	22	20%
	TFR	16	14.54%

Tabel 1 menunjukkan partisipan yang mengikuti penelitian berada pada rentang usia 14-17 tahun yang mayoritas siswa berusia 15 tahun sejumlah 83 orang (75,45%) diikuti siswa berusia 16 tahun sebanyak 17 orang

(15.45%), 14 tahun 9 orang (8.181%), 17 tahun 1 orang (0.9%). Kemudian partisipan didominasi siswa berjenis kelamin perempuan dengan sebanyak 72 orang (65,45%) sementara siswa berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (35.54%). Siswa yang terlibat didominasi oleh siswa kelas TKJ 2 sebanyak 34 orang (30.9%), kelas TKJ 1 sebanyak 30 orang (27.27%), kelas BDP sebanyak 22 orang (20%), kelas TFR sebanyak 16 orang (14.54) dan kelas AKL sebanyak 8 orang (7.27%).

Instrumen Penelitian

Terdapat tiga skala yang digunakan sebagai instrumen dalam pengambilan data penelitian. Tiga instrumen yang dimaksud adalah *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), skala *time management*™, dan *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ).

Pertama: The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Skala ini dirancang oleh Zimet dkk (1988) dan telah diadaptasi versi Bahasa Indonesia oleh Hasibuan, Anindhita, Maulida, dan Nashori (2018). Skala ini digunakan untuk menilai bagaimana dukungan sosial secara umum. Skala dukungan sosial memiliki 12 aitem dengan reliabilitas nilai *Cronbach's alpha* 0.96. Skala ini terdiri dari 4 pernyataan dukungan keluarga, 4 pernyataan dukungan teman dan 4 pernyataan dukungan orang yang istimewa. Skala ini merupakan skala likert dengan 5 alternatif pilihan jawaban yaitu mulai dari 1 (Sangat Tidak Sesuai) sampai 5 (Sangat Sesuai). Skor akan dijumlahkan untuk mendapatkan nilai secara menyeluruh. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh, begitupun sebaliknya. Peneliti melakukan prosedur EFA (*Exploratory Factor Analysis*) dengan bantuan aplikasi SPSS pada skala MSPSS. EFA digunakan untuk melihat seberapa banyak dimensi atau faktor yang dijelaskan melalui instrumen MPSS. Nilai *factor loading* yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0.3. Dari 12 aitem tidak terdapat aitem yang nilai *factor loading*-nya di bawah 0.3. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa keseluruhan aitem yang terdapat dalam instrumen MPSS sudah memenuhi standar *factor loading*-nya. Hasil analisis dengan EFA menghasilkan 3 dimensi dukungan sosial,

yaitu dukungan *others* (4 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 3.523, dukungan keluarga (4 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 2.061, dan dukungan teman (3 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 1.129. *Total explained* skala sebesar 42,508%. Dimensi dukungan *others* menyumbang 29.354%, dukungan keluarga 17.175% dan dukungan teman 9.406%. Nilai total 42.508% menunjukkan skala MPSS mampu menjelaskan 42.508% dari konstruk teoritisnya. Penamaan faktor diberikan berdasarkan pengelompokan aitem yang ditunjukkan oleh muatan faktor. Ketiga faktor tersebut menjadi dimensi dari konstruk Dukungan Sosial. Selain itu, diketahui bahwa tidak ada aitem yang nilai *factor loading* nya < 0,3, keseluruhan aitem memiliki nilai *factor loading* berkisar antara 0,305-0,746.

Setelah dilakukan analisis EFA, peneliti kemudian melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen MPSS. Hasilnya adalah keseluruhan aitem dalam penelitian ini dianggap valid karena memiliki nilai signifikansi atau $p < 0.05$. Sedangkan untuk koefisien reliabilitas skala dalam penelitian ini sebesar 0.747 (Cronbach Alpha). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa instrumen dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian kali ini sudah valid dan reliabel.

Kedua: Skala *Time Management*. Manajemen waktu dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *time management* (TM). Skala ini juga diadaptasi oleh Suryo dan Christella (2017) dengan mengacu pada teori Macan et al (1990). Macan et al mengungkapkan bahwa manajemen waktu memiliki lima aspek, yaitu (1) Menganalisis kebiasaan penggunaan waktu, (2) Menetapkan tujuan dan sasaran, (3) Menetapkan atau menyusun prioritas, (4) Perencanaan dan penjadwalan, (5) Sikap kontrol atas waktu. Adaptasi dilakukan dengan melibatkan 210 orang siswa dari 16 SMA yang terdapat di beberapa wilayah di Yogyakarta dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,870. Adapun skala ini terdiri atas 24 aitem yang akan mengukur tingkat manajemen waktu berdasarkan lima faktor, yaitu menganalisis kebiasaan penggunaan waktu, menetapkan tujuan dan sasaran, menetapkan atau menyusun prioritas, merencanakan dan penjadwalan, serta sikap kontrol atas waktu.

Responden penelitian diminta untuk memberikan respon jawaban berdasarkan

empat alternatif jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai dan tidak sesuai. Skor dimulai dari skor 1 sampai 4, yang menunjukkan semakin tinggi skor yang diperoleh siswa maka semakin tinggi pula tingkat manajemen waktu siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula tingkat manajemen waktu siswa.

Selanjutnya peneliti melakukan analisis faktor dengan menggunakan *exploratory factor analysis* (EFA). Nilai *faktor loading* yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0.3. Dari 24 aitem terdapat 2 aitem yang nilai *faktor loading*nya di bawah 0.3 sehingga dipertimbangkan untuk dihilangkan yaitu aitem 8 dan 11. Hasil analisis dengan EFA menghasilkan 5 dimensi *time management*, tetapi dimensi 1 dan 5 dihilangkan karena hanya terdiri dari satu aitem, yaitu aitem 18 dan 19. Dengan demikian, tersisa 3 dimensi, yaitu perencanaan dan penjadwalan (4 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 3.336, pencapaian tujuan (13 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 2.589, dan penggunaan waktu (3 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 2.481. *Total explained* skala sebesar 46.182%. Dimensi perencanaan dan penjadwalan menyumbang 9.795%, pencapaian tujuan 12.102% dan penggunaan waktu 8.279%. Nilai total 46.182% menunjukkan skala MBI-SS mampu menjelaskan 46.182% dari konstruk teoritisnya. Penamaan faktor diberikan berdasarkan pengelompokan aitem yang ditunjukkan oleh muatan faktor. Ketiga faktor tersebut menjadi dimensi dari konstruk Manajemen Waktu. Selain itu, diketahui bahwa tidak ada aitem yang nilai *factor loading* nya < 0,3, keseluruhan aitem memiliki nilai *factor loading* berkisar antara 0,335-0,808.

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas aitem pada skala manajemen waktu, didapatkan dua aitem yang tidak valid dengan nilai signifikansi diatas 0.05, yaitu aitem dengan nomer 19 dan 20. Sedangkan nilai atau koefisien reliabilitas dari instrumen manajemen waktu sebesar 0.736.

Ketiga: *Student adaptation to college questionnaire* (SACQ). Penyesuaian diri siswa dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *student adaptation to college questionnaire* (SACQ). Skala ini juga

diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Nugraheni dkk (2020) dengan melibatkan 227 mahasiswa Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,806. Mengacu pada teori Baker dan Stryk (1984), penyesuaian diri memiliki empat aspek yaitu: (1) penyesuaian akademik, (2) penyesuaian sosial, (3) penyesuaian personal-emosional, dan (4) kelekatan institusional. Adapun skala ini terdiri atas 42 aitem yang mengukur tingkat penyesuaian diri siswa berdasarkan sebelas faktor, yaitu motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan akademik, keberhasilan dalam memenuhi persyaratan akademik (prestasi), upaya akademik (aplikasi), kepuasan dengan lingkungan akademik, keberhasilan mengikuti kegiatan sosial dan berfungsi baik di lingkungan sosial, keterlibatan dengan orang lain di sekolah, mengontrol dan memajemen perasaan secara psikis, mengontrol dan memajemen perasaan secara fisik dan kepuasan berada di sekolah.

Responden penelitian diminta untuk memberikan respon jawaban berdasarkan empat alternatif jawaban, yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai dan tidak sesuai. Skor dimulai dari skor 1 sampai 4, yang menunjukkan semakin tinggi skor yang diperoleh siswa maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri siswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian diri siswa.

Selanjutnya peneliti melakukan analisis faktor dengan menggunakan *exploratory factor analysis* (EFA). Nilai *factor loading* yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0.3. Dari 42 aitem, terdapat 5 aitem yang nilai *factor loading*-nya di bawah 0.3 sehingga dipertimbangkan untuk dihilangkan, yaitu aitem 3,6,11,12 dan 18. Hasil analisis dengan EFA menghasilkan 2 dimensi, yaitu penyesuaian diri siswa (24 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 7.113 dan penyesuaian sosial (13 aitem) dengan nilai eigenvalue sebesar 4.479. *Total explained* skala sebesar 27.599%. Dimensi penyesuaian akademik menyumbang 16.935% dan penyesuaian sosial 12.102%. Nilai total 27.599% menunjukkan skala penyesuaian sosial mampu menjelaskan 46.182% dari konstruk teoritisnya. Penamaan faktor diberikan berdasarkan pengelompokan

aitem yang ditunjukkan oleh muatan faktor. Kedua faktor tersebut menjadi dimensi dari konstruk penyesuaian diri siswa. Selain itu, diketahui bahwa tidak ada aitem yang nilai *factor loading*-nya $< 0,3$, keseluruhan aitem memiliki nilai *factor loading* berkisar antara 0,321-0,760.

Setelah itu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen penyesuaian sekolah dalam penelitian ini. Hasilnya adalah satu aitem memiliki signifikansi di atas 0.05, yaitu aitem dengan nomor 38. Dengan demikian, dapat dikatakan dari 42 aitem, 41 aitem dinyatakan valid sedangkan satu aitem dinyatakan tidak valid. Sedangkan koefisien atau nilai alpha Cronbach instrumen penyesuaian sekolah sebesar 0.781.

Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan, yaitu dimulai dari tahap pertama dengan menyusun kerangka penelitian yang didasarkan oleh beberapa literatur baik berdasarkan buku, artikel maupun jurnal. Kemudian tahap selanjutnya adalah peneliti menyiapkan instrumen pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini dengan melakukan adaptasi skala dari penelitian sebelumnya. Setelah itu, peneliti melakukan kaji etik penelitian di Komite Etik Penelitian Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII dengan *Ethical Approval* nomor 1057/DEK/70/DURT/VIII/2023. Sebelum skala penelitian diberikan kepada partisipan, peneliti memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) di mana lembar ini dimaksudkan untuk persetujuan kesediaan partisipan untuk terlibat dalam penelitian ini. Peneliti juga memberikan lembar persetujuan yang ditujukan kepada wali asrama sebagai wakil dari seluruh responden dikarenakan usia responden yang masih di bawah 18 tahun. Selanjutnya skala disebarkan kepada partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian dalam bentuk *booklet* yang dibagikan melalui guru kelas masing-masing dan didampingi secara langsung oleh peneliti. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis data untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Laporan penelitian dan publikasi penelitian disiapkan untuk ujian untuk akhirnya di-submit pada jurnal ilmiah terpilih.

Teknik Analisis Data

Ada sejumlah langkah yang dilakukan, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Rinciannya adalah sebagai berikut. Pertama adalah uji normalitas. Uji normalitas untuk menguji nilai residual yang dihasilkan apakah terdistribusi secara normal atau tidak. Model regresi yang baik apabila data terdistribusi secara normal.

Kedua adalah uji multikolinieritas. Multikolinieritas adalah keadaan di mana model regresi ditemukan adanya korelasi yang sempurna antara variabel independen. Pada model regresi yang baik, seharusnya tidak terjadi korelasi yang sempurna atau mendekati satu.

Ketiga adalah uji heteroskedastitas. Heteroskedastitas adalah suatu keadaan di mana dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Keempat adalah autokorelasi. Autokorelasi adalah keadaan di mana model regresi ada korelasi antara residual pada periode t , dengan residual pada periode sebelumnya ($t-1$). Model regresi yang baik adalah yang tidak terdapat permasalahan autokorelasi. Kelima adalah uji hipotesis. Setelah memenuhi uji asumsi, analisis data dilanjutkan dengan uji hipotesis dengan teknik analisis regresi ganda dan sumbangan efektif (R square/ R^2). Hipotesis penelitian diterima apabila $p < 0.05$. Teknik analisis data dilakukan dengan bantuan software SPSS 22 dan JASP.

HASIL

Hasil Uji Asumsi

Data penelitian telah memenuhi syarat uji asumsi sebagai berikut. Pertama: distribusi data berjalan normal serta linear. Melalui Plot Q-Q diketahui bahwa nilai residual terstandar berada di sepanjang garis diagonal. Kedua: tidak terjadi multikolinieritas yang diindikasikan dengan nilai VIF sebesar 1,000 dan nilai Tolerance 1,000. Ketiga: autokorelasi tidak terjadi terlihat dari nilai Durbin-Watson berkisar antara 1,509. Keempat: tidak terjadi heteroskedastitas yang dibuktikan oleh adanya distribusi residual yang seimbang di sekitar garis baseline.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 2. Hasil Nilai F

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	P
H ₁	Regression	36687.270	2	18343.635	110.076	< .001
	Residual	17830.993	107	166.645		
Total		54518.264	109			

Tabel 2 menjelaskan diperoleh nilai F sebesar 110.076 dengan nilai $p < 0.001$. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan dalam pengujian ini hipotesis 1 diterima, yaitu dukungan sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama mampu memprediksi penyesuaian diri pada siswa SMK AHK 2 Benda.

Tabel 3. Hasil Nilai R^2

Model	R	R^2	Adjusted R^2	RMSEA
H ₀	0.000	0.000	0.000	22.364
H ₁	0.820	0.673	0.667	12.909

Tabel 3 menunjukkan nilai R^2 sebesar 0.673. Hasil ini menunjukkan persentase sumbangan efektif pengaruh variabel bebas (dukungan sosial dan manajemen waktu) terhadap variabel terikat (penyesuaian sekolah siswa) sebesar 67.3% dengan sumbangan efektif manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah sebesar 37.2% dan sumbangan efektif dukungan sosial terhadap penyesuaian sekolah siswa sebesar 30.1%. Sedangkan sisanya (33.7%) dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis 2 & 3

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	P	
H ₀	(Intercept)	122.282	2.132		57.346	< .001	
H ₁	(Intercept)	-0.272	8.790		-0.031	< .001	
		Dukungan sosial	0.402	0.203	0.133	1.982	< .001
		Manajemen Waktu	1.493	0.135	0.738	11.028	< .001

Tabel 4 digunakan untuk menunjukkan hasil pengujian hipotesis 2 dan hipotesis 3. Hasil analisis menunjukkan variabel dukungan sosial memperoleh nilai $p < 0.001$ artinya hipotesis 2 diterima. Artinya dukungan sosial mampu memprediksi penyesuaian sekolah pada siswa SMK AHK 2 Benda. Lebih lanjut, hasil uji hipotesis pada tabel 14 menunjukkan bahwa pada variabel manajemen waktu diperoleh nilai $p < 0.001$ artinya hipotesis 3 juga diterima. Artinya manajemen waktu juga mampu memprediksi penyesuaian sekolah pada siswa SMK AHK 2 Benda.

Table 5. Korelasi Demografis dan Variabel penelitian

Variabel	N	1	2	3	4	5	6
Jenis kelamin	110	-					
Usia	110	-0.281	-				
Jurusan	110	-0.029	0.163	-			
Dukungan sosial	110	0.083	-0.116	0.23	-		
Manajemen waktu	110	0.013	-0.039	-0.338	0.564**	-	
Penyesuaian sekolah	110	-0.038	-0.024	-	0.549**	0.813*	-
				0.389*	**	*	

Pada tabel 5 akan dilihat bagaimana korelasi antara data demografis terhadap variabel-variabel penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa jenis kelamin dan usia tidak berkorelasi dengan penyesuaian sekolah. Hasil analisis menunjukkan penyesuaian sekolah berkorelasi dengan jurusan ($r=0.389^{**}$; $p<0,01$), dukungan sosial ($r=0.549^{**}$; $p<0,01$) dan manajemen waktu ($r=0.813^{**}$; $p<0,01$).

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan manajemen waktu terhadap penyesuaian sekolah siswa SMK. Dari hasil pengujian hipotesis 1 diketahui dukungan sosial dan manajemen waktu memberikan kontribusi efektif sebesar 67.3%, selebihnya dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya pengaruh yang positif variabel bebas terhadap variabel terikat. Skor yang tinggi pada dua variabel independen (dukungan sosial dan manajemen

waktu) diikuti dengan skor yang tinggi pada variabel dependen (penyesuaian sekolah siswa). Penjelasan bagaimana dua variabel bebas mempengaruhi variabel tergantung dapat dipahami dari hasil uji hipotesis 2 dan uji hipotesis 3.

Hasil dari pengujian hipotesis 2 menunjukkan bahwa dukungan sosial mendapatkan nilai $p < 0.001$ artinya hipotesis 1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial pada siswa baru mampu memprediksi penyesuaian sekolah siswa dengan nilai t (positif). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi penyesuaian sekolah pada siswa baru. Artinya dukungan sosial dapat membantu proses penyesuaian sekolah pada siswa baru.

Hasil penelitian ini mendukung hasil-hasil penelitian sebelumnya. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Aldrup, Klusmann, Lüdtk, Göllner, dan Trautwein (2018) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh pada penyesuaian sekolah siswa baru. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Mateos, Fernández-Zabala, Palacios, Diaz-de-Cerio (2020) yang menunjukkan dukungan sosial dari guru dan teman memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa. Selain itu, hasil penelitian Lasarte, Diaz, Palacios, dan Fernandez (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap penyesuaian sekolah para siswa.

Dukungan sosial dari teman, orangtua, dan orang di sekitar pesantren dapat membantu siswa baru merasa lebih diterima dan nyaman di lingkungan baru. Dukungan yang diberikan bisa berupa dukungan emosional, bantuan mengatasi masalah dan memberikan kepercayaan diri. Siswa yang memiliki dukungan sosial yang baik akan termotivasi berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, berinteraksi dengan teman, sehingga meningkatkan kualitas penyesuaian sekolah (Mahmudi & Suroso, 2014).

Hal menarik lainnya dalam penelitian ini adalah responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK yang tinggal di lingkungan asrama pesantren. Selain harus beradaptasi dengan lingkungan sekolah baru, siswa juga harus beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggal yang baru.

Penyesuaian sekolah di lingkungan pesantren menjadi lebih sulit karena memiliki aturan dan norma yang ketat, sehingga siswa perlu menyesuaikan diri dengan budaya dan tuntutan akademis yang berbeda dari lingkungan sebelumnya. Dalam kenyataannya para siswa berhasil melakukan penyesuaian sekolah, karena ternyata dukungan sosial dari teman, guru, dan orangtua berpengaruh nyata dalam proses penyesuaian sekolah.

Selanjutnya adalah hasil pengujian hipotesis 3. Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yang berbunyi manajemen waktu berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap penyesuaian sekolah diterima dengan nilai $p < 0.001$. Hal ini menunjukkan manajemen waktu dapat memprediksi penyesuaian sekolah siswa baru dengan nilai t (positif). Hal ini berarti semakin tinggi manajemen waktu siswa maka semakin tinggi penyesuaian sekolah pada siswa baru.

Hasil penelitian ini mendukung hasil-hasil penelitian sebelumnya bahwa manajemen waktu berkaitan dengan penyesuaian sekolah (Jamaluddin, 2022; Onwubiko, 2020). Manajemen waktu yang baik juga salah satu faktor yang bisa membantu penyesuaian sekolah pada siswa baru di pesantren. Siswa baru akan dihadapkan pada jadwal yang berbeda saat masih di sekolah menengah pertama dan tuntutan belajar yang lebih intensif. Kemampuan untuk mengatur waktu dengan efektif memungkinkan siswa membagi waktu antara pelajaran, tugas, kegiatan ekstrakurikuler, dan waktu luang. Manajemen waktu yang baik dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang dialami oleh siswa baru (Himmah & Shofiah, 2021), sehingga meningkatkan penyesuaian sekolahnya (Siregar & Rahmulyani, 2022).

Selanjutnya peneliti melakukan uji analisis korelasi bivariat untuk melihat hubungan data demografi terhadap penyesuaian sekolah siswa baru. Hasilnya jenis kelamin dan usia tidak memiliki hubungan terhadap penyesuaian sekolah siswa. Artinya pada siswa SMK AHK 2 Benda, jenis kelamin dan usia tidak mempengaruhi penyesuaian sekolah. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dari Tripathy dan Sahu (2018) serta Akhtar dan Alam (2016) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam penyesuaian sekolah. Hasil penelitian

juga menunjukkan usia tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian sekolah siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dari Lasarte, Diaz, Palacios, dan Fernandez (2020) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dan penyesuaian sekolah pada siswa. Subjek dalam penelitian ini memiliki rentang usia 14-17 tahun yang di mana masih masuk dalam satu fase yaitu remaja menengah (Steinberg, 2002) yang dimana rata-rata memiliki perkembangan fisik, psikologis, kematangan emosional, dan kemampuan sosial yang hampir sama. Tidak adanya hubungan antara usia dan penyesuaian sekolah bisa dikarenakan siswa berada pada fase dan rentang usia yang tidak terlalu jauh sehingga tidak menunjukkan dinamika yang signifikan dibandingkan dengan rentang usia yang lebih beragam.

Walaupun jenis kelamin dan usia tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian sekolah siswa baru, hasil korelasi menunjukkan bahwa penyesuaian sekolah memiliki hubungan yang signifikan dengan jurusan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Sari dan Jemain (2019) yang menunjukkan bahwa kesesuaian antara minat siswa dan jurusan dapat mempengaruhi penyesuaian sekolah siswa secara keseluruhan di sekolah. Saat siswa memilih jurusan yang tidak sesuai dengan minat dan tujuan maka mereka mungkin mengalami kesulitan dalam penyesuaian sekolah.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama dapat memprediksi penyesuaian sekolah siswa baru. Secara parsial, baik dukungan sosial maupun manajemen waktu dapat memprediksi penyesuaian sekolah siswa dengan arah korelasi yang positif. Artinya ketika seorang siswa mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maupun memiliki manajemen waktu yang baik, maka penyesuaian sekolah dari siswa tersebut akan menjadi lebih baik dibandingkan siswa yang tidak memperoleh dukungan sosial dan manajemen waktu yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, Z., & Alam, M. (2016). Impact of gender on adjustment and academic achievement. *The International Journal of Indian Psychology*, 3 (1). <https://ijip.in/wpcontent/uploads/2019/02/18.01.105.20160401.pdf>
- Aldrup, K., Klusmann, U., Lüdtke, O., Göllner, R., & Trautwein, U. (2018). Social support and classroom management are related to secondary students' general school adjustment: A multilevel structural equation model using student and teacher ratings. *Journal of Educational Psychology*, 110(8), 10661083. <https://doi.org/10.1037/edu0000256>
- Allen, D. (2016). *Getting things done: The art of stress-free productivity*. Penguin books.
- Baker, R. W. & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.2.179>
- Calaguas, G. (2011). Curriculum and sex-specific differences in academic stress arising from perceived expectations. *International Journal of Human And Social Sciences*, 6(1), 63-66.
- Gallardo-Lolandes, Y., Alcas-Zapata, N., Flores, J.E.A., Ocaña-Fernández, Y. (2020). Time management and academic stress in Lima University Students. *International Journal of Higher Education*, 9(9), 32-40.
- Hasibuan, M.A.I., Anindhita, N., Maulida, N.H., & Nashori, F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101–116. DOI:<http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>
- Himmah, A.F., & Shofiah, N. (2021). Pengaruh *self efficacy* dan manajemen waktu terhadap stres akademik pada siswa. *Journal of Indonesia Psychological Science*, 1 (1), 31-38. DOI: 10.18860/jips.v1i01.14920
- Jamaluddin, M. (2020). Model penyesuaian diri mahasiswa baru. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 109–118. <https://doi.org/10.29080/ipr.v2i2.361>
- Lasarte, F.O., Diaz, E.R., Palacios, E.G., & Fernandez, R.A. (2020). The role of social support in school adjustment during secondary education. *Psicothema*, 32(1). <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.125>.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760-768. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.4.760>
- Mahmudi, M.H., & Suroso. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3 (2), 183-194. <https://core.ac.uk/download/pdf/229329867.pdf>
- Maranressy, Y.A.A., & Rozali, Y.A. (2021). Pengaruh *self-regulated learning* terhadap penyesuaian akademik siswa SMK di Jakarta selama pembelajaran online. *Psychomunity: Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul*. 9 (1), 78-90. <https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMINARPSIKOLOGI/article/view/208>.
- Mateos, N.E., Fernández-Zabala, A., Palacios, E.G., & Díaz-de-Cerio, I.I. (2020). School Climate and Perceived Academic Performance: Direct or Resilience-Mediated Relationship? *Sustainability*, MDPI, vol. 13(1), pages 1-14, December.
- Nugraheni, M., Rahayu, M., Arianti, R., & No, J. D. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa Fakultas Psikologi

- UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73–84.
- Onwubiko, E.C. (2020). Time management counseling effect on academic adjustment of low-performing student-Librarians in Nigerian Universities: An empirical study. *Library Philosophy and Practice (e-journal)*. 4317. <https://digitalcommons.unl.edu/libphilprac/4317>
- Safira, G., & Damayanti, T. (2021). Pengaruh academic self-efficacy terhadap penyesuaian akademik mahasiswa pada pembelajaran jarak jauh. *Journal Riset Psikologi*, 1(2), 109–118.
- Sari, N.P., & Jemain, R.R. (2019). Pengaruh kecerdasan dan minat pribadi sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa bimbingan konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 75-80. <https://doi.org/10.17977/um001v422019p075>.
- Siregar, S.P.A., & Rahmulyani. (2022). Hubungan penyesuaian diri dengan stres akademik dalam menjalani pembelajaran tatap muka terbatas di era *normal* siswa pada sekolah menengah atas. *Indonesian Counseling and Psychology*, 2 (2), 53-62. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.oho/ergasia/index>.
- Slameto. (2015). *Belajar dan faktor faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence. (Sixth edition)*. McGraw Hill Inc.
- Suryo, J.A.C & Christella, J.A. (2017). Hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik siswa SMA yang aktif dalam media sosial di Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Tripathy, M., & Sahu, B. (2018). Gender: its effect on adjustment level of high school students. *New York Science Journal*, 11 (2),8891.<https://doi.org/10.7537/marsnys1102118.12>.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52 (1), 30-41. https://www.researchgate.net/publication/240290845_The_Multidimensional_Scale_of_Perceived_Social_Support/link/54cf9e250cf298d65664ac8d/download.