

GAMBARAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI BUGEL

Venny Febriani¹, Berliana Henu Cahyani ²,
¹Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta,
²Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta,
¹fvenny7@gmail.com, ²berliana.henucahyani@ustjogja.ac.id

ABSTRACT

Everyone needs to adjust to both the environment and other people. Today, there are still many elementary school-aged children who still have difficulty adjusting to their school environment. There are several factors that affect adjustment in children, including: social, physical, emotional, and intellectual factors. This study aims to examine a case or problem regarding the adjustment of students with special needs (Subject X) in class V SD Negeri Bugel, Panjatan, Kulon Progo in more depth. This type of research is case study research with 2 teachers and 5 students as research subjects. Data collection techniques using observation and interviews. The result from the research was concluded that Subject X has not been able to make adjustments properly.

Keywords: adjustment, elementary school students

ABSTRAK

Setiap orang perlu menyesuaikan diri baik dengan lingkungan maupun orang lain. Dewasa ini, masih banyak anak usia SD yang masih kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolahnya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada anak, diantaranya: faktor sosial, fisik, emosi, dan intelektual. Penelitian ini bertujuan untuk mencermati suatu kasus atau masalah tentang penyesuaian diri siswa berkebutuhan khusus (Subyek X) di kelas V SD Negeri Bugel, Panjatan, Kulon Progo secara lebih mendalam. Jenis penelitian adalah penelitian studi kasus dengan subjek penelitian 2 orang guru dan 5 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Dari hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa Subyek X belum mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Kata Kunci: penyesuaian diri, siswa SD

A. Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia tentu tidak bisa hidup sendiri

dan perlu berinteraksi dengan orang lain. Proses individu dalam berinteraksi dengan lingkungan secara efektif terhadap situasi,

realita, dan hubungan sosial yang dapat diterima disebut penyesuaian diri. Dewasa ini, banyak anak-anak usia SD yang masih kesulitan dalam penyesuaian diri di lingkungan sekolahnya. Permasalahan penyesuaian diri anak di sekolah sangat beragam, diantaranya: kurangnya menaati peraturan, bersikap kurang sopan terhadap guru, kurang mampu menjaga kebersihan diri, kurang mampu mengontrol emosi, dan sebagainya.

Idealnya, dalam perkembangan penyesuaian diri anak usia SD sudah dapat dikontrol oleh orang tua maupun guru. Melalui kontrol tersebut diharapkan anak-anak dapat bersikap sopan terhadap guru maupun orang lain yang ada di sekolah, bersikap toleran kepada teman, mampu bersosialisasi dengan teman sebaya, mampu menaati peraturan, dan mampu mengontrol emosi.

Anak yang mampu menyesuaikan diri akan semakin membutuhkan orang lain. Hal ini dikarenakan dalam proses penyesuaian diri anak memerlukan interaksi dengan orang lain. Keberhasilan anak dalam menyesuaikan diri dapat terlihat dari tercapainya tujuan yang ditetapkan

tanpa mengalami kesulitan berdasarkan minat dan kemampuannya.

Pada saat memasuki lingkungan sekolah, anak-anak memerlukan penyesuaian diri yang optimal. Anak dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan segala komponen dan fasilitas yang tersedia di sekolah, menyesuaikan diri dengan semua kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan oleh sekolah, menyesuaikan diri dengan peraturan yang ada di sekolah dan menyesuaikan diri dengan sarana dan prasarana yang ada (Suryadi & Usman, 2018 dalam Risnawati dan Salahuddin).

Kurangnya kemampuan penyesuaian diri pada anak dapat menyebabkan anak tidak mampu menghadapi tekanan dan cenderung akan mengalami penyimpangan baik secara emosional, sosial, maupun moral (Ghoziyah, 2022). Sebagai contoh, anak yang kurang mampu bersosialisasi atau pun anak yang kurang mampu mengontrol emosinya pasti tidak akan disukai oleh teman sebayanya. Sebaliknya, jika kemampuan sosialisasi dan kontrol emosi anak itu baik maka teman sebaya pasti akan menyukainya.

Kartini Kartono (dalam Yudi Suharsono dan Zainul Anwar: 2020) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah usaha yang dilakukan oleh manusia dalam mencapai harmoni atau kesatuan untuk diri sendiri dan lingkungan sekitar agar bisa memusnahkan rasa permusuhan, rasa dengki, iri hati, sebuah prasangka, gangguan depresi, ekspresi, kemarahan, dan emosi negatif yang dianggap sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien.

Penelitian ini dilakukan di kelas V SD Negeri Bugel. Pada penelitian ini, peneliti mengamati permasalahan dari salah satu siswa (Subyek X) yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang rendah. Subyek X ini merupakan siswa ABK yang mana dari hasil asesmen dinyatakan bahwa dia mengalami ketunaan berupa kesulitan belajar. Akan tetapi pada kenyataannya Subyek X ini tidak hanya mengalami kesulitan belajar, namun juga mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Menurut teori perkembangan Erikson (Saputro dan Sugiarti, 2021), pada tahap usia anak SD (5 hingga 12 tahun), anak-anak menghadapi

konflik perkembangan yang disebut sebagai "Pelestarian vs. Ketidakpastian." Dalam konteks siswa kelas V di SD Negeri Bugel ini mencerminkan usaha mereka untuk mengembangkan rasa percaya diri, kompetensi, dan otonomi. Kemampuan mereka untuk merasa aman dalam lingkungan sekolah, mengatasi tugas akademis, dan mengembangkan hubungan sosial yang positif akan mempengaruhi tingkat penyesuaian diri mereka.

Berdasarkan perkembangannya, seharusnya siswa seusia Subyek X sudah mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya baik di lingkungan rumah maupun di lingkungan sekolah. Di lingkungan rumah, Subyek X jarang bermain dengan teman sebayanya. Dia lebih sering di rumah dan bersosialisasi hanya dengan orang tua dan kakaknya. Hubungan yang aman dan positif dengan orang tua sebenarnya dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri dan aman dalam menjelajahi dunia luar, termasuk lingkungan sekolah. Siswa yang memiliki ikatan yang kuat dengan orang tua cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik (Hairullah, 2019).

Namun di sekolah, subyek X kurang dapat bersosialisasi dengan teman sebayanya. Subyek X mungkin mengalami stres akademik, sosial, atau emosional, seperti ujian, tekanan teman sebaya, atau masalah keluarga. Kemampuan mereka dalam mengidentifikasi, mengelola, dan mengatasi stres akan memengaruhi tingkat penyesuaian diri mereka. Strategi koping yang positif seperti berbicara dengan orang dewasa, merencanakan, dan mencari dukungan sosial dapat membantu siswa mengatasi stres dengan lebih efektif (Nurfauziah, Hendriana and Suherman, 2022).

Subyek X sering menyendiri ketika waktu istirahat. Selama pembelajaran dia juga cenderung diam dan kurang aktif. Apabila ada kegiatan berkelompok atau diskusi dia hanya diam saja dan tidak pernah berpartisipasi. Subyek X tidak mau mengerjakan tugas kelompok akan tetapi malah sibuk menggambar atau sering kali hanya diam saja. Ketika teman lain menanyakan pendapatnya, dia tidak mau menjawab. Hal tersebut sering kali menyebabkan teman-temannya tidak mau satu kelompok dengan subyek X. Akan tetapi, guru kelas subyek X

tetap menyertakannya dalam kelompok agar dia tidak merasa dikucilkan.

Dalam pembelajaran di luar kelas pun subyek X menunjukkan sikap yang sama. Selama pembelajaran PJOK, sering kali dia tidak mau ikut dan hanya melihat dari balik jendela atau dari depan pintu kelasnya. Apabila teman lain bermain atau melakukan kegiatan di lapangan, dia lebih memilih duduk di kelas. Teman-temannya pun sudah mengajak untuk bermain bersama, akan tetapi dia menolak. Interaksi dengan guru pun sangat terbatas. Apabila guru bertanya subyek X kadang hanya diam saja atau jika menjawab dengan suara yang lirih. Dari hasil observasi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang kemampuan penyesuaian diri siswa di kelas V SD Negeri Bugel, khususnya subyek X.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan penyesuaian diri pada siswa kelas V SD Negeri Bugel. Penelitian ini juga dapat memberikan manfaat baik bagi peneliti, guru, maupun orang tua. Peneliti, guru, dan orang tua dapat memperoleh gambaran mengenai

penyesuaian diri pada siswa berdasarkan hasil penelitian ini.

B. Metode Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah salah satu siswa berkebutuhan khusus di kelas V SD Negeri Bugel yang mengalami permasalahan kurang mampu untuk menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungan di sekolah. Subyek X merupakan siswa berjenis kelamin perempuan yang duduk di kelas V dan berusia 11 tahun. Peneliti melakukan pengumpulan data yang bersumber dari wali kelas V, guru PJOK, guru PABP, orang tua subyek X, dan teman subyek X.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berpangkal dari pola pikir induktif, yang didasarkan atas pengamatan obyektif partisipatif terhadap suatu gejala/fenomena sosial (Aminuddin dalam Harahap, 2020). Tujuan penelitian kualitatif agar peneliti memperoleh data yang mendalam dan lebih menekankan pada makna daripada generalisasi. Denzin & Lincoln (dalam Anggito dan Setiawan, 2018) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian

yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian ini termasuk pada penelitian yang bersifat deskriptif.

Secara lebih khusus, penelitian ini termasuk dalam penelitian studi kasus. Studi kasus adalah sebuah metode empiris yang menyelidiki suatu fenomena kontemporer atau kasus secara mendalam dan dalam konteks dunia nyata, yang digunakan terutama ketika batasan antara fenomena dan konteks tidak terlihat secara jelas (Yin dalam Nurahma dan Hendriani: 2021). Jadi pada penelitian studi kasus ini, penelitiannya difokuskan pada satu fenomena saja yang dipilih untuk dipahami secara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mencermati suatu kasus atau masalah tentang penyesuaian diri siswa berkebutuhan khusus di kelas V SD Negeri Bugel, Panjatan, Kulon Progo secara lebih mendalam.

Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*), sumber data primer, dan teknik pengumpulan data lebih

banyak pada observasi berperan serta (*participan observation*), wawancara mendalam (*in depth interview*) dan dokumentasi (Sugiyono, 2013: 309).

Observasi yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini berjenis observasi partisipatif yang pasif. Peneliti mengamati apa yang dilakukan Subyek X, namun tidak mengikuti apa yang sedang dilakukan Subyek X. Observasi ini dilakukan pada saat pembelajaran dan di luar jam pembelajaran. Tempat yang digunakan untuk observasi adalah ruang kelas V dan lingkungan sekolah.

Selain observasi, peneliti juga menggunakan wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Wawancara dalam hal ini bertujuan agar data yang diperoleh peneliti lebih mendalam dan bermakna melalui kegiatan tanya jawab secara langsung. Peneliti menggunakan jenis wawancara semi terstruktur, dimana pertanyaan yang diajukan kepada narasumber tidak terpaku pada pedoman wawancara namun dapat dikembangkan lebih mendalam lagi. Wawancara dilakukan dengan guru kelas V, guru PJOK, guru PABP, dan teman sekelas Subyek X.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 16 Maret sampai dengan 17 Mei 2023 dengan teknik observasi dan wawancara. Pada observasi awal diperoleh data bahwa Subyek X sangat pasif selama mengikuti pembelajaran. Ketika guru mencoba untuk berkomunikasi dengan mengajukan pertanyaan kepada Subyek X, sering kali dia hanya diam saja atau jika menjawab pasti dengan suara yang lirih.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa Subyek X jarang berinteraksi dengan teman sebayanya. Subyek X lebih memilih tinggal di kelas sewaktu istirahat daripada bermain dengan teman lain. Teman-teman Subyek X sudah berusaha untuk selalu mengajak berkomunikasi dan berinteraksi dengan Subyek X, akan tetapi Subyek X jarang merespon ajakan temannya tersebut. Subyek X cenderung menghindari keramaian dan lebih senang menyendiri di dalam kelas, baik ketika istirahat maupun ketika jam pelajaran olahraga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua Subyek X

disebutkan bahwa dulu sewaktu bayi Subyek X lahir secara prematur. Namun demikian, perkembangan fisik Subyek X sudah sesuai dengan usianya. Akan tetapi Subyek X memang kurang menyukai aktivitas fisik. Apabila teman lain sangat senang jika bermain di lapangan, Subyek X hanya diam di kelas dan sesekali melihat teman-temannya dari balik jendela.

Dari hasil observasi dalam kegiatan pembelajaran diketahui bahwa Subyek X cenderung pasif ketika kegiatan kelompok. Subyek X kurang aktif dan tidak memberikan pendapat ketika teman lain sedang berdiskusi. Subyek X nampak ragu dan malu untuk berbicara terlebih dihadapan banyak orang. Wali kelas tetap menyertakan Subyek X dalam kegiatan kelompok agar dia tidak merasa dikucilkan, namun Subyek X belum mampu berpartisipasi secara aktif.

Berdasarkan aspek intelektual, Subyek X memiliki keterlambatan kognitif. Hasil asesmen menyatakan bahwa Subyek X mengalami ketunaan berupa kesulitan belajar. Hal ini berdampak pada kemampuannya ketika mengikuti kegiatan pembelajaran. Subyek X

belum mampu mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik. Kemampuan literasi dan numerasinya pun masih sangat terbatas karena Subyek X masih belum bisa membaca dan menulis kalimat serta berhitung. Perkembangan akademik Subyek X kurang sesuai dengan usianya saat ini. Selama proses pembelajaran, Subyek X sangat suka menggambar daripada menyimak penjelasan guru dan mengerjakan tugas yang diberikan guru.

Pada aspek emosional diketahui bahwa Subyek X adalah siswa yang pendiam dan kurang ekspresif. Dari hasil penelitian diperoleh data bahwa Subyek X kurang mampu mengekspresikan perasaan yang sedang dialaminya dengan baik. Subyek X tidak pernah marah atau pun menangis ketika teman-teman meninggalkannya sendirian di kelas.

Pada saat-saat tertentu, Subyek X juga terlihat cenderung menahan perasaannya dan enggan untuk berbicara tentang masalah pribadinya kepada teman-teman maupun guru (Rasyid, 2023). Hal ini dapat mengindikasikan bahwa Subyek X mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi perasaan dan

mengekspresikannya dengan tepat (Sutafti dan Rasyid, 2022).

Selain itu, Subyek X juga terlihat jarang tersenyum atau tertawa, bahkan ketika berada dalam situasi yang seharusnya menyenangkan (Hasmayni, 2014). Hal ini bisa menggambarkan bahwa ia mungkin mengalami kesulitan dalam merasa bahagia atau menikmati momen-momen positif dalam kehidupannya (Widodo, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aspek emosional Subyek X memerlukan perhatian dan pendekatan khusus untuk membantunya mengembangkan keterampilan dalam mengungkapkan perasaan dan merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi secara emosional. Dengan dukungan yang tepat, Subyek X dapat mengatasi tantangan ini dan meningkatkan kesejahteraan emosionalnya (Fitri and Kustanti, 2020).

Berdasarkan aspek sosial, fisik, emosional, dan intelektual tampak penyesuaian diri Subyek X belum maksimal. Hal ini tampak dari kurangnya kemampuan Subyek X untuk bersosialisasi dan berinteraksi dengan guru maupun teman sebayanya. Subyek X juga

mengalami keterlambatan belajar sehingga kemampuan kognitifnya lebih rendah dibanding dengan anak seusianya. Hal tersebut dimungkinkan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri dalam menyesuaikan dengan orang atau situasi di lingkungan sekitarnya. Siswa yang percaya bahwa mereka mampu mengatasi tantangan akademik dan sosial cenderung memiliki penyesuaian diri yang lebih baik. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan self-efficacy siswa dapat menjadi langkah penting dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mereka (Risnawati and Salahuddin, 2022)

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa Subyek X belum mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik. Subyek X kurang mampu bersosialisasi dengan guru dan teman sebayanya. Subyek X juga sangat pasif dan kurang berinisiatif untuk melakukan sesuatu, baik di dalam maupun di luar pembelajaran. Secara lebih rinci, penyesuaian diri Subyek X ditunjukkan melalui empat aspek

berikut ini: 1) Pada aspek sosial, interaksi Subyek X dengan orang lain di lingkungan sekitarnya masih sangat kurang. Di sekolah, Subyek X tidak memiliki teman akrab karena cenderung menyendiri dan menjauhi keramaian. 2) Pada aspek fisik, tidak terdapat perbedaan berarti antara Subyek X dengan anak seusianya. Perkembangan fisiknya juga sesuai dengan usianya meskipun lahir secara prematur sewaktu bayi. Subyek X termasuk anak yang selalu menjaga kebersihan badannya, berpakaian bersih, dan rapi. 3) Pada aspek intelektual, hasil asesmen menyatakan bahwa Subyek X mengalami kesulitan belajar sehingga kemampuan kognitifnya tergolong rendah. Diusianya yang menginjak 11 tahun, Subyek X belum mampu membaca dan menulis kalimat serta berhitung. 4) Pada aspek emosional, Subyek X kurang mampu mengekspresikan perasaannya dengan baik. Respon terhadap segala sesuatu di lingkungan sekitarnya pun nampak biasa saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A. & Johan Setiawan. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Fitri, R. & Kustanti, E.R. (2020). *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang*. Jurnal EMPATI, 7(2), pp. 491–501. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>.
- Ghoziyah, I. (2022). *Efektivitas Bimbingan Konseling Terhadap Peningkatan Kemampuan Penyesuaian Diri AUD di Tk Sekecamatan Bungkal Ponorogo*. WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(1), pp. 1–22. <https://doi.org/10.21154/wisdom.v3i1.3320>.
- Hairullah, S. (2019). *Program Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial Untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman, 5(2), p. 95. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i2.1796>.
- Hasmayni, B. (2014). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja*. Jurnal Analitika, 6(2), pp. 98–104. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/850>.

- Nurfauziah, S., Hendriana, H. & Suherman, M.M. (2022). *Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Soreang. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 5(1), p. 44. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i1.8748>.
- Rasyid, H. (2023) 'Role Playing Terhadap Penyesuaian Diri Siswa SMP Negeri 188 Jakarta. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 6(1), pp. 99–104.
- Risnawati, R. & Salahuddin, S. (2022). *Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. ORIEN: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*. 2(1), pp. 39–44. <https://doi.org/10.30998/ocim.v2i1.6777>.
- Saputro, Y.A. & Sugiarti, R. (2021). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), p. 59. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsono, Y. & Anwar, Z. (2020). *Analisis stress dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. Cognicia*, 8(1), pp. 41–53. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>.
- Sutafti, S. & Rasyid, H. Al (2022). *Pengaruh Perilaku Over Protective Orang Tua Terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri Anak. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), pp. 4128–4138. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2509>.
- Widodo, B. (2021). *Gambaran Penyesuaian diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik 2020/2021. JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(8), pp. 899–907. <https://doi.org/10.54371/jiip.v4i8.364>.