

BAB II

KAJIAN TEORETIS DAN HIPOTESIS

2.1 Kajian Teoretis

2.1.1 Pengertian Penyesuaian diri

Penyesuaian diri merupakan suatu tindakan, di mana individu bisa menerima keadaan lingkungan sekitarnya, baik lingkungan sekolah, lingkungan tempat tinggal maupun lingkungan keluarga dengan baik. Namun hal tersebut tidak akan terjadi apabila individu memiliki penyesuaian diri yang tidak seharusnya ia miliki.

Menurut Agustiani (2006:149) Setiap saat seorang individu melakukan pengambilan keputusan mengenai tingkah lakunya sendiri, kesimpulan yang akan diambil bergantung tidak hanya pada tingkah lakunya, tapi juga pada 2 faktor lain yaitu situasi dan nilai.

- a. Situasi, yakni cara dari seorang individu untuk melakukan penyesuaian diri dan bagaimana penilaian orang lain mengenai baik tidaknya penyesuaian diri, dan hal tersebut tergantung pada situasi seperti apa individu melakukan penyesuaian.
- b. Nilai-nilai, yakni seseorang dikatakan baik penyesuaian dirinya tidak hanya bergantung pada situasi tapi juga pada nilai-nilai, ide-ide tentang apa yang harus dilakukan dan bagaimana individu akan melakukan hal tersebut.

Sejak kecil individu belajar bertingkah laku, apabila tingkah lakunya bisa memenuhi kebutuhannya berarti individu tersebut dapat menyesuaikan diri dan mengalami keseimbangan. Sebagaimana dikemukakan Lazarus (dalam Sundari 2005:39), *adjustment involves a reaction of the person to demand imposed upon him*. Maka penyesuaian diri termasuk reaksi seseorang karena adanya tuntutan yang dibebankan pada dirinya. Demikian pula pendapat Thorndike, dkk, (dalam

Sundari 2005:39) bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk mendapatkan ketentraman secara internal dan hubungannya dengan dunia sekitarnya.

Menurut pandangan Neo Freudian (dalam Agustiani 2006:150), ciri dari penyesuaian diri yakni perkembangan yang menyeluruh dari potensi individu secara sosial dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang hangat dan peduli terhadap orang lain. Dalam perspektif seorang Neo Freudian (dalam Agustiani 2006:150) mengatakan bahwa pertumbuhan berasal dari konteks sosial. Aspek paling kritis dari pertumbuhan individu adalah bagaimana seseorang dapat mengembangkan kekuatan identitas diri sedangkan pada saat yang sama individu harus menjalani kedekatan dengan orang lain, dan tuntutan dari orang lain yang tidak berubah selama perkembangan berlangsung.

Penyesuaian diri bukan merupakan sesuatu yang bersifat absolut atau mutlak. Tidak ada individu yang dapat melakukan penyesuaian diri bersifat relatif, artinya semua harus dinilai dan dievaluasi sesuai dengan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan terhadap dirinya. Kapasitas ini berbeda-beda tergantung pada kepribadian dan tahap perkembangan individu.

Menurut Schneiders (dalam Agustiani 2006:146) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan satu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Menurut Schniders (dalam Ali dan Asrori, 2011:173) Penyesuaian juga dapat diartikan atau dideskripsikan sebagai berikut:

a. Penyesuaian Diri sebagai Adaptasi (*Adaptation*)

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Misalnya seseorang yang pindah tempat dari daerah panas ke daerah dingin tersebut. Dilihat dari sudut pandang ini, penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempertahankan diri secara fisik (*self-maintenance* atau *survival*). Oleh sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Padahal dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekedar penyesuaian fisik, melainkan yang lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberbedaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

b. Penyesuaian Diri sebagai Bentuk Konformitas (*Conformity*)

Penyesuaian diri sebagai konformitas, meyiratkan bahwa di sana individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Dalam sudut pandang ini, individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan terancam akan tertolak dirinya manakala perilakunya tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Keragaman pada individu menyebabkan penyesuaian diri tidak dapat dimaknai sebagai usaha konformitas. Misalnya, pola perilaku pada anak-anak berbakat atau anak-anak genius ada yang tidak berlaku atau tidak dapat diterima oleh anak-anak berkemampuan biasa. Namun demikian tidak dapat dikatakan bahwa mereka tidak mampu menyesuaikan diri.

c. Penyesuaian Diri sebagai Usaha Penguasaan (*Mastery*)

Sudut pandang berikutnya adalah bahwa penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi.

Dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terbentuk sesuai dengan hubungan individu yang dapat beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dan juga dikatakan penyesuaian diri yang baik apabila ia dapat melewati berbagai macam ketegangan yang dialaminya, karena penyesuaian diri merupakan tingkah laku di mana individu bisa menerima

keadaan lingkungannya dengan baik, sehingga tercipta hubungan yang hangat, tenang dan peduli terhadap sesama.

2.1.2 Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang baik berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat pula. Penyesuaian diri yang sehat akan lebih mengarah pada sehatnya kehidupan pribadi seseorang, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya. Sistem penyesuaian diri ini merupakan kondisi untuk mengembangkan diri secara optimal.

Seperti yang dikemukakan oleh Desmita (2009:195) secara garis besar penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu:

- a. Kematangan emosional mencakup
 - 1) Suasana kehidupan emosional.
 - 2) Suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain.
 - 3) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan.
 - 4) Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri.
- b. Kematangan intelektual mencakup
 - 1) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri.
 - 2) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya.
 - 3) Kemampuan mengambil keputusan.
 - 4) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan.
- c. Kematangan sosial mencakup
 - 1) Keterlibatan dalam partisipasi sosial.
 - 2) Kesiediaan kerja sama.
 - 3) Kemampuan kepemimpinan.
 - 4) Sikap toleransi.
 - 5) Keakraban dalam pergaulan.
- d. Tanggung jawab mencakup
 - 1) Sikap produktif dalam mengembangkan diri.
 - 2) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel.
 - 3) Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal.
 - 4) Kesadaran akan etika dan hidup jujur.
 - 5) Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti akan menggunakan empat aspek tersebut sebagai instrumen penelitian, yakni kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial serta tanggung jawab. Jika aspek tersebut dipenuhi,

maka seorang individu dikatatakan sudah dapat melakukan penyesuaian diri sesuai dengan yang diharapkan, baik dalam lingkungan keluarga, sesama teman, bahkan lingkungan masyarakat lainnya.

2.1.3 Faktor-Faktor Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (dalam Ali dan Asrori 2011:181), ada lima faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, yaitu:

a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah:

1) Hereditas dan konstitusi fisik

Dalam mengidentifikasi pengaruh hereditas terhadap penyesuaian diri, lebih digunakan pendekatan fisik karena hereditas dipandang lebih dekat dan tak terpisahkan dari mekanisme fisik. Jadi, ada kemungkinan besar di posisi yang bersifat mendasar, seperti periang, sensitif, pemaarah, penyabar, dan sebagainya, sebagian ditentukan secara genetis, yang berarti merupakan kondisi hereditas terhadap penyesuaian diri, meskipun tidak secara langsung. Faktor lain berkaitan dengan konstitusi tubuh yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah intelegensi dan imajinasi. Dua faktor tersebut memainkan peranan penting dalam penyesuaian diri.

2) Sistem utama tubuh

Termasuk ke dalam sistem utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar, dan otot, dengan

kata lain fungsi yang memadai dari sistem syaraf merupakan kondisi umum yang diperlukan bagi penyesuaian diri yang baik. Sebaliknya, penyimpangan di dalam sistem syaraf akan berpengaruh terhadap kondisi mental yang penyesuaian dirinya kurang baik. Gejala psikosomatis merupakan salah satu contoh nyata dari keberfungsian sistem syaraf yang kurang baik sehingga mempengaruhi penyesuaian diri yang kurang baik pula.

3) Kesehatan fisik

Penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat daripada yang tidak sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang akan sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri. Sebaliknya, kondisi fisik yang tidak sehat dapat menyebabkan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, atau bahkan menyalahkan diri sehingga akan berpengaruh kurang baik bagi proses penyesuaian diri.

b. Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya bagi penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

1) Kemauan dan kemampuan untuk berubah (*Modifiability*)

Kemauan dan kemampuan untuk berubah merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Sebagai satu proses yang dinamis dan berkelanjutan,

penyesuaian diri membutuhkan kecenderungan untuk berubah dalam bentuk kemauan, perilaku, sikap, dan karakteristik sejenis lainnya. Oleh sebab itu, semakin kaku dan tidak ada kemauan serta kemampuan untuk merespon lingkungan, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Kemauan dan kemampuan untuk berubah ini akan berkembang mulai dari proses belajar. Bagi individu yang dengan sungguh-sungguh belajar untuk dapat berubah, kemampuan penyesuaian dirinya akan berkembang juga. Sebaliknya, kualitas kemampuan untuk berubah akan berkurang atau menurun disebabkan oleh sikap dan kebiasaan yang kaku, kecemasan yang sering dialami, frustrasi yang sering muncul, dan sifat-sifat neurotik lainnya.

2) Pengaturan diri (*Self-Regulation*)

Pengaturan diri sama pentingnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri, kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan salahsuai dan penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realitas diri.

3) Realisasi diri (*Self-Realization*)

Telah dikatakan bahwa kemampuan mengatur diri mengimplikasikan potensi dan kemampuan ke arah realitas diri. Proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara bertahap sangat erat kaitannya dengan perkembangan kepribadian. Jika perkembangan

kepribadian berjalan normal sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, di dalamnya tersirat potensi laten dalam bentuk sikap, tanggung jawab, penghayatan nilai-nilai, penghargaan diri dan lingkungan, serta karakteristik lainnya menuju pembentukan pribadi dewasa. Semua itu merupakan unsur-unsur penting yang mendasari realisasi diri.

4) Intelegensi

Kemampuan pengaturan diri sesungguhnya muncul tergantung pada kualitas dasar lainnya yang penting peranannya dalam penyesuaian diri, yaitu kualitas intelegensi. Baik buruknya penyesuaian diri seseorang ditentukan oleh kepastian intelektualnya atau intelegensinya. Intelegensi sangat penting bagi perolehan perkembangan gagasan, prinsip, dan tujuan yang memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian diri. Misalnya, kualitas pemikiran seseorang dapat memungkinkan orang tersebut melakukan pemilihan dan mengambil keputusan penyesuaian diri secara intelegensi.

c. Pendidikan

Termasuk unsur-unsur penting dalam edukasi/pendidikan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu, adalah:

1) Belajar

Kemampuan belajar merupakan unsur penting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap ke dalam diri individu melalui proses belajar. Oleh karena itu,

kemauan belajar sangat penting karena proses belajar akan terjadi dan berlangsung dengan baik dan berkelanjutan manakala individu yang bersangkutan memiliki kemauan yang kuat untuk belajar. Bersama-sama dengan kematangan, belajar akan muncul dalam bentuk kapasitas diri dalam atau disposisi terhadap respon. Oleh sebab itu, perbedaan pola-pola penyesuaian diri sejak dari yang normal sampai dengan malasuai, sebagian besar merupakan hasil perubahan yang dipengaruhi oleh belajar dan kematangan. Pengaruh proses belajar itu akan muncul dalam bentuk mencoba-coba dan gagal (*trial and error*), pengkondisian (*conditioning*), dan menghubungkan-hubungkan (*association*) berbagai faktor yang ada di mana individu itu melakukan proses penyesuaian diri.

2) Pengalaman

Ada dua jenis pengalaman yang memiliki nilai signifikan terhadap proses penyesuaian diri, yaitu (1) pengalaman yang menyatakan (*salutary experiences*) dan (2) pengalaman traumatik (*traumatic experinces*). Pengalaman yang menyatakan adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang menakutkan, mengasyikan, dan bahkan dirasa ingin mengulanginya kembali. Pengalaman seperti ini akan dijadikan dasar untuk ditransfer oleh individu ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Adapun pengalaman traumatik adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat tidak menakutkan, menyedihkan, atau bahkan sangat menyakitkan sehingga individu tersebut

sangat tidak ingin peristiwa itu terulang kembali. Individu yang mengalami pengalaman traumatik akan cenderung ragu-ragu, kurang percaya diri, rendah diri, atau bahkan terasa takut ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru.

3) Latihan

Latihan merupakan proses belajar yang diorientasikan kepada perolehan keterampilan atau kebiasaan. Penyesuaian diri sebagai suatu proses yang kompleks yang mencakup di dalamnya proses psikologis dan sosiologis maka memerlukan latihan yang sungguh-sungguh agar mencapai hasil penyesuaian diri yang baik. Tidak jarang seseorang yang sebelumnya memiliki kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik dan kaku, tetapi karena melakukan latihan secara sungguh-sungguh, akhirnya lambat laun menjadi bagus dalam setiap penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru.

4) Determinasi diri

Berkaitan erat dengan penyesuaian diri adalah bahwa individu itu sendiri harus mampu menentukan dirinya sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri. Ini menjadi penting karena determinasi diri merupakan faktor yang sangat kuat yang dapat digunakan untuk kebaikan atau keburukan, untuk mencapai penyesuaian diri secara tuntas, atau bahkan merusak diri sendiri. Contohnya, perlakuan orang tua di masa kecil yang menolak kehadirannya anaknya akan menyebabkan anak tersebut menganggap dirinya akan ditolak oleh lingkungan manapun tempat dirinya

melakukan penyesuaian diri. Determinasi diri seseorang sebenarnya dapat secara bertahap mengatasi penolakan diri tersebut maupun pengaruh buruk lainnya.

d. Lingkungan

1) Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu. Unsur-unsur di dalam keluarga, seperti konstelasi keluarga, interaksi orang tua dengan anak, interaksi antar anggota keluarga, peran sosial dalam keluarga, karakteristik anggota keluarga, kekohesifan keluarga, dan gangguan dalam keluarga akan berpengaruh terhadap penyesuaian diri individu anggotanya. Dalam konstelasi keluarga yang memiliki organisasi keluarga yang kompleks dan menuntut para anggotanya menyesuaikan perilakunya terhadap hak dan harapan anggota keluarga yang lain akan sangat mendukung bagi perkembangan penyesuaian diri individu yang ada di dalamnya. Namun, di sisi lain ada juga pengaruh negatifnya, yaitu dapat meningkatkan proses persaingan, kecemburuan sosial, agresifitas, atau bahkan ada yang mengarah kepada permusuhan jika tidak dikelola dengan baik. Pengaruh konstelasi keluarga juga tergantung pada faktor-faktor lain, seperti sikap dan harapan orang tua yang secara jelas direfleksikan dalam peranan yang diciptakan orang tua terhadap anaknya. Misalnya, anak sulung diharapkan memiliki peran otoritas dan tanggung jawab sehingga akan membantu

proses kematangan dan kedewasaan dalam penyesuaian diri. Sebaliknya, anak yang selalu dimanjakan akan menyebabkan kelambatan dalam proses kedewasaannya sehingga kelak di kemudian hari akan mengganggu proses penyesuaian diri anak tersebut. Derajat keanggotaan keluarga juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu karena faktor ini sesungguhnya menjadi sumber pengaruh sosialisasi yang menjadi syarat proses penyesuaian diri.

2) Lingkungan sekolah

Sebagaimana lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri. Pada umumnya, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap dan moral siswa. Apalagi bagi anak-anak SD, sering kali figur guru sangat disegani, dikagumi dan dituruti. Tidak jarang anak-anak SD lebih mendengarkan dan menuruti apa yang dikatakan oleh gurunya daripada oleh orang tuanya. Oleh sebab itu, proses sosialisasi yang dilakukan melalui iklim kehidupan sekolah yang diciptakan oleh guru dalam interaksi edukatifnya sangat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri anak.

3) Lingkungan masyarakat

Karena keluarga dan sekolah itu berada di dalam lingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang dapat

berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Konsistensi nilai-nilai, sikap, aturan-aturan, norma, moral, dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan penyesuaian dirinya. Kenyataan menunjukkan bahwa tidak sedikit kecenderungan kearah penyimpangan perilaku dan kenakalan remaja, sebagai salah satu bentuk penyesuaian diri yang tidak baik, berasal dari pengaruh lingkungan masyarakat.

4) Agama dan Budaya

Agama berkaitan erat dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktik-praktik yang memberi makna sangat mendalam, tujuan, serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Agama secara konsisten dan terus-menerus mengingatkan manusia tentang nilai-nilai intrinsik dan kemuliaan manusia yang diciptakan oleh Tuhan, bukan sekedar nilai-nilai instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia. Maka dengan demikian, faktor agama memiliki sumbangan yang berarti terhadap perkembangan penyesuaian diri individu. Selain agama, budaya juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu. Hal ini terlihat dari adanya karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Selain itu, tidak sedikit konflik pribadi, kecemasan, frustrasi, serta berbagai perilaku neurotik atau penyimpangan perilaku yang disebabkan secara

langsung atau tidak langsung oleh budaya sekitarnya. Sebagaimana faktor agama, faktor budaya juga memiliki pengaruh yang berarti bagi perkembangan penyesuaian diri individu.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri tidak jauh berasal dari dalam diri seseorang dan juga lingkungannya. Dari dalam diri individu yakni kondisi fisik, dan kepribadian. Sedangkan, faktor lingkungan yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, masyarakat, serta agama dan budaya.

2.1.4 Pengertian Konsep Diri Akademik

Menurut Vasta dkk (dalam Rachmahana tt:9) konsep diri akademik adalah bagian dari *self esteem* yang melibatkan persepsi anak terhadap kemampuan akademiknya. Marsh (dalam Machmud 2009:17) juga mengungkapkan bahwa konsep diri akademik dapat membuat individu menjadi lebih percaya diri dan merasa yakin akan kemampuan mereka karena sebenarnya konsep diri akademik itu sendiri mencakup bagaimana individu bersikap, merasa, dan mengevaluasi kemampuannya.

Menurut Conger (dalam, <http://fitribk05unsri.blogspot.com/2009/10/konsep-diri-akademik.html>) diakses 23 September 2012 pukul 11.30 WITA, konsep diri akademik adalah gambaran diri siswa terhadap kemampuannya berkaitan dengan tugas-tugas sekolah bila dibandingkan temannya serta persepsi siswa tersebut tentang pandangan guru dan teman-temannya terhadap kemampuan dirinya.

Dari pendapat di atas, penulis dapat menyimpulkan konsep diri akademik adalah persepsi anak terhadap kemampuan akademiknya yang mencakup bagaimana individu bersikap, merasa, dan mengevaluasi kemampuannya berkaitan dengan tugas-tugasnya di sekolah serta persepsi siswa tentang pandangan guru dan teman-temannya terhadap kemampuan dirinya.

2.1.5 Aspek-Aspek Konsep Diri Akademik

Frey & Carlock (dalam Machmud 2009:19) mengungkapkan bahwa aspek-aspek konsep diri akademik tidak berbeda dengan konsep diri, yaitu adanya pengetahuan, harapan, dan penilaian individu mengenai kemampuan akademik yang dimiliki. Ketiga aspek tersebut dijelaskan sebagai berikut:

a. Pengetahuan

Pengetahuan meliputi apa yang dipikirkan individu tentang diri sendiri. Dalam hal kemampuan akademiknya, individu dapat saja memiliki pikiran-pikiran mengenai kemampuannya tersebut, seperti pelajaran yang dikuasai, nilai, dan sebagainya. Individu juga mengidentifikasi kemampuan dirinya dalam satu kelompok. Kelompok tersebut memberinya sejumlah informasi lain yang dimasukkannya ke dalam potret diri mentalnya. Akhirnya dalam membandingkan dirinya dengan anggota kelompok, individu menjuluki dirinya dengan orang lain. Hal ini jika dikaitkan dengan penyesuaian diri yakni apabila siswa tersebut berfikir bahwa dia cerdas, dan mendapatkan konsep diri akademik yang positif maka dia akan memiliki kemauan dalam menyesuaikan diri.

b. Harapan

Ketika individu mempunyai satu set pandangan lain, yaitu tentang siapa dirinya, ia juga mempunyai satu set pandangan lain, yaitu tentang kemungkinan ia akan menjadi apa di masa depan. Individu memiliki harapan mengenai kemampuan akademik yang dimiliki seperti halnya harapan terhadap dirinya secara keseluruhan. Harapan atau tujuan individu, tentunya akan membangkitkan kekuatan yang mendorong dirinya untuk mengembangkan kemampuannya tersebut. Pada harapan individu ini, individu dituntut untuk bisa menyesuaikan harapannya dengan kemampuan yang dia miliki, agar kedepan nanti individu bisa mencapai sesuatu berdasarkan yang ia harapkan.

c. Penilaian individu

Individu berkedudukan sebagai penilai terhadap dirinya setiap hari. Bersamaan dengan penilaian ini, misalnya saya lamban, tidak menarik, kikuk, cerdas, dan sebagainya, akan timbul perasaan-perasaan dalam diri individu terhadap dirinya sendiri. Hasil pengukuran ini disebut dengan harga diri. Jika dihubungkan dengan bidang akademiknya. Hubungannya dengan penyesuaian diri, jika dalam lingkungannya individu merasa dirinya lincah, menarik dan cerdas, sedangkan individu yang lain tidak memiliki kemampuan yang sama dengan dirinya, otomatis individu tersebut harus bisa menyesuaikan kemampuannya dengan lingkungannya tersebut.

Aspek konsep diri akademik lainnya yakni seperti yang diungkapkan oleh Wyle, dkk, (dalam, <http://fitribk05unsri.blogspot.com/2009/10/konsep-diri-akademik.html>) diakses 13 Maret 2013 pukul 13.00 WITA, mengemukakan bahwa konsep diri akademik yang mengacu pada persepsi dan perasaan siswa terhadap dirinya berhubungan dengan bidang akademik, yang secara umum mempunyai tiga aspek utama yaitu kepercayaan diri, penerimaan diri, dan penghargaan diri.

Dari beberapa aspek tersebut maka dapat dijelaskan secara lebih terinci, terutama dikaitkan dengan keadaan para pelajar.

a. Kepercayaan Diri

Siswa yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan merasa yakin dengan kemampuannya di bidang yang akan digeluti dan mereka akan berusaha untuk meraih prestasi yang tinggi. Sebaliknya siswa yang akan mempunyai kepercayaan diri rendah akan diliputi oleh keraguan dalam belajar dan menekuni pendidikan sesuai dengan bidang yang digelutinya di sekolah.

b. Penerimaan Diri

Siswa yang dapat menerima kelebihan maupun kekurangannya dengan baik, maka ia dapat memperkirakan kemampuan yang dimilikinya, dan yakin terhadap ukuran-ukurannya sendiri tanpa harus terpengaruh pendapat orang lain, selanjutnya siswa akan mampu untuk menerima keterbatasan dirinya tanpa harus menyalahkan orang lain.

c. Penghargaan Diri

Siswa yang menghargai dirinya akan berpikir positif tentang dirinya maupun bidang yang ia geluti di sekolah, dan hal ini akan mendorong mereka dalam mencapai suatu kesuksesan dalam bidang pendidikan.

Berdasarkan kedua aspek di atas peneliti akan menggunakan aspek menurut Frey & Carlock (dalam Machmud 2009:19) sebagai indikator dalam pembuatan instrumen penelitian, ketiga aspek tersebut yakni meliputi pengetahuan, harapan dan penilaian individu, karena menurut saya aspek-aspek tersebut apabila ketiga aspek tersebut telah diterapkan oleh siswa, maka dapat dikatakan siswa tersebut memiliki konsep diri akademik yang sesuai, dari konsep diri akademik yang sesuai siswa juga dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik dalam lingkungan sekolahnya.

2.1.6 Faktor-Faktor Mempengaruhi Konsep Diri Akademik

Menurut Marsh (dalam Machmud 2009:20), ada beberapa faktor yang mempengaruhi konsep diri akademik, yaitu:

- a. Faktor eksternal, yang meliputi:
 - 1) Lingkungan keluarga, (dalam Machmud 2009:20) menyatakan bahwa ada kaitan yang positif antara keyakinan orang tua dan keyakinan anak terhadap kemampuannya. Hubungan ini meningkat selama masa sekolah dasar.
 - 2) Iklim kelas, menurut Hoge (dalam Machmud 2009:20), konsep diri akademik yang positif lebih ditemukan pada siswa-siswa yang menekankan kerja sama dan saling tergantung di antara mereka dibandingkan dengan siswa-siswa dalam kelas yang menekankan kompetisi.
 - 3) Guru, dorongan dari guru dan pemberian otonomi yang lebih besar terhadap siswa berhubungan dengan konsep diri akademik yang lebih positif, Graham (dalam Machmud 2009:20).
 - 4) Teman sebaya, pandangan individu mengenai kemampuannya juga didapat dari pengaruh teman sebaya, Huitt (dalam Machmud 2009:20).
 - 5) Kurikulum
- b. Faktor internal, yang meliputi keyakinan, kompetensi personal, dan keberhasilan personal. Dalam penelitian Burnett dkk (dalam Machmud

2009:21) ditemukan bahwa prestasi yang baik akan menumbuhkan keyakinan pada individu akan kemampuan yang dimiliki, sehingga dapat meningkatkan konsep diri akademik.

Tidak semua orang mempunyai pengaruh yang sama terhadap diri kita. Ada memang yang paling berpengaruh, yaitu orang-orang yang paling dekat dengan diri kita, yakni orang tua, saudara-saudara, dan orang yang tinggal satu rumah dengan kita. Hal ini didukung dengan adanya teori Dewey dan Humber (dalam Sobur 2010:517) yang menamainya *affective others*, yaitu orang lain yang mempunyai ikatan emosional dengan kita.

Hal yang sama juga akan mempengaruhi konsep diri akademik, apabila seorang individu yang memiliki kemampuan rendah dalam bidang akademiknya dan tak lain seorang guru bahkan orang tua dan lingkungan terdekat lainnya akan mengatakan bahwa ia benar-benar bodoh dan sulit untuk mencapai keberhasilan, maka individu tersebut akan merasa apa yang dia lakukan selanjutnya tetap saja akan memiliki hasil yang sama dengan sebelumnya. Dampaknya seorang individu tidak mau berusaha lagi untuk mencapai keinginannya, karena adanya pandangan negatif yang ia terima. Namun apabila ia menerima pandangan positif dari lingkungannya, tentunya individu tersebut merasa termotivasi dan akan terus berusaha melakukan yang terbaik demi mencapai keberhasilannya dan mendapat penghargaan dari lingkungannya.

2.1.7 Hubungan antara Konsep Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri

Setiap individu yang memahami tentang dirinya atau kepribadiannya, maka dia akan mengetahui kelebihan ataupun kekurangan yang ada pada dirinya sehingga individu tersebut akan lebih mudah dalam menyesuaikan diri khususnya

di lingkungan sekolah. Sebagaimana yang dikatakan oleh Gunarsa dan Yulia (2008:97), sebagai berikut.

Melalui pengalaman dan penyesuaian diri terhadap orang lain, anak dapat mengetahui apakah ia diterima atau ditolak oleh orang-orang di sekitarnya. Bila seseorang menyukai dirinya, berarti ia diterima oleh orang itu bukan untuk beberapa aspek kepribadiannya saja, tetapi meliputi seluruh kepribadiannya. Hal ini sangat penting karena dengan demikian, anak yang merasa dirinya diterima oleh lingkungannya akan memiliki kepribadian yang kuat. Sedangkan anak-anak yang merasa ditolak, akan memiliki konsep diri akademik yang kurang baik. Akibatnya anak mudah tersinggung, egosentris, menarik diri dari lingkungan dan selalu merasa tidak aman.

Dari teori di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri akademik dengan penyesuaian diri, di mana individu akan menerima dan memandang dirinya baik jika lingkungannya bisa menerimanya serta memiliki pandangan yang baik terhadap dirinya. Pengaruhnya individu merasa ia memiliki kepribadian yang kuat sehingga semuanya bisa tersalurkan terutama pada prestasi akademiknya.

2.2 Hipotesis

Adapun yang menjadi hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara konsep diri akademik dengan penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 2 Gorontalo.