

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PENYESUAIAN DIRI SANTRI BARU DI ASRAMA PUTRI
PONDOK PESANTREN AL-ISLAM**

SKRIPSI



Oleh:

Cindy Masriatul Ruzilawati

NIM. 303200008

Pembimbing:

Irma Rumtianing UH,M.SI.

NIP. 197402171999322001

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

2024

P O N O R O G O

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Cindy Masriatul Ruzilawati

NIM : 303200008

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Menyatakan bahwa skripsi/thesis telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di ethesis.iainponorogo.ac.id. Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggungjawab dari penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 18 Juni 2024



Cindy Masriatul R.
NIM.303200008



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo Angkatan 2020 dan 2021.

Nama : Fitri Anafidah

NIM : 303200016

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Sripsi ini telah dipertahankan pada sidang munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : 8 Jum'at

Tanggal : 31 Mei 2024

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S.Sos) pada :

Hari : Senin

Tanggal : 10 Juni 2024

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Mayrina Eka PB, M.Psi
2. Penguji I : Fendi Krisna Rusdiana, M.Psi
3. Penguji II : Muhamad Nurdin, M.Ag

(Hauka)
(Fendi)
(Muhamad)

Ponorogo, 10 Juni 2024

Mengesahkan
Dekan,



Dr. Ahmad Munir, M.Ag
NIP. 196806161998031002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Cindy Masriatul Ruzilawati

NIM : 303200008

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren AL-Islam” merupakan hasil karya penelitian bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo.

Ponorogo, 22 Maret 2024

Yang menyatakan



Cindy Masriatul Ruzilawati

NIM. 303200008

P O N O R O G O

NOTA PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Munaqosah Skripsi
Kepada : Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN
Ponorogo

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Setelah secara cermat kami baca/teliti kembali dan setelah diadakan perbaikan/penyempurnaan sesuai petunjuk dan arahan kami maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Cindy Masriatul Ruzilawati
NIM : 303200008
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian
Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren AL-Islam

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang munaqosah skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo. Untuk itu kami ikut berharap agar segera dimunaqosahkan . dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Ponorogo, 22 Maret 2024

Pembimbing



Irma Rumtianing UH.M.SI.

NIP. 197402171999322001

P O N O R O G O

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama Saudara:

Nama : Cindy Masriatul Ruzilawati

NIM : 303200008

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri

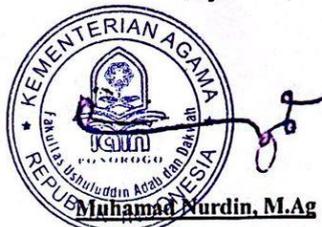
Santri Baru Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah

Ponorogo, 22 Maret 2024

Mengetahui,

Kajur



Muhamad Nurdin, M.Ag

NIP. 197604132005011001

Menyetujui,

Pembimbing



Irma Rumtiani UH, M.SI.

NIP. 197402171999322001

PONOROGO

ABSTRAK

Ruzilawati, Cindy Masriatul. 2024. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.* Skripsi, Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI). Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD). Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing Irma Runtianing UH, M.SI.

Kata kunci: *Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri, Santri.*

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan masalah yang muncul pada santri baru, dimana keadaan dan kondisi yang belum pernah mereka alami sebelumnya memaksa mereka untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang ada disekitarnya. Dalam hal ini maka faktor lingkungan yang berupa dukungan sosial dari berbagai pihak menjadi sangat penting karena suatu proses penyesuaian diri seorang individu akan berjalan baik apabila mendapat dukungan dari lingkungan disekitarnya. Adapun tujuan dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri baru Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan populasi sebesar 121 santri dengan pengambilan sampel sebanyak 30 santri dengan tingkat kesalahan 5%. Sedangkan teknik dari pengambilan sampel tersebut menggunakan teknik Simple Random Sampling.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa “ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam”. Hal ini ditunjukkan sesuai hasil uji regresi sederhana dengan nilai rhitung sebesar 0,671. Jika dibandingkan dengan nilai rtabel 0,207 maka rhitung 0,671 > rtabel 0,207, Artinya jika dukungan sosial pada santri baru berjalan baik dan mengalami peningkatan, maka semakin besar pula tingkat penyesuaian diri santri tersebut.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
NOTA PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
MOTO	v
ABSTRAK	vi
PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian	7
E. Sistematika Pembahasan	8
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kajian Terdahulu	9
B. Landasan Teori Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri	15
C. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Rancangan Penelitian	28
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	29
C. Instrumen Penelitian	30
D. Lokasi, Populasi dan Sampel	32
E. Tahap-tahap penelitian	33
F. Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
A. Hasil Analisis Data	41
1. Statistik Deskriptif	46
2. Statistik Inferensial	54
BAB V PEMBAHASAN	57
BAB VI PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65

B. Saran.....66

DAFTAR PUSTAKA

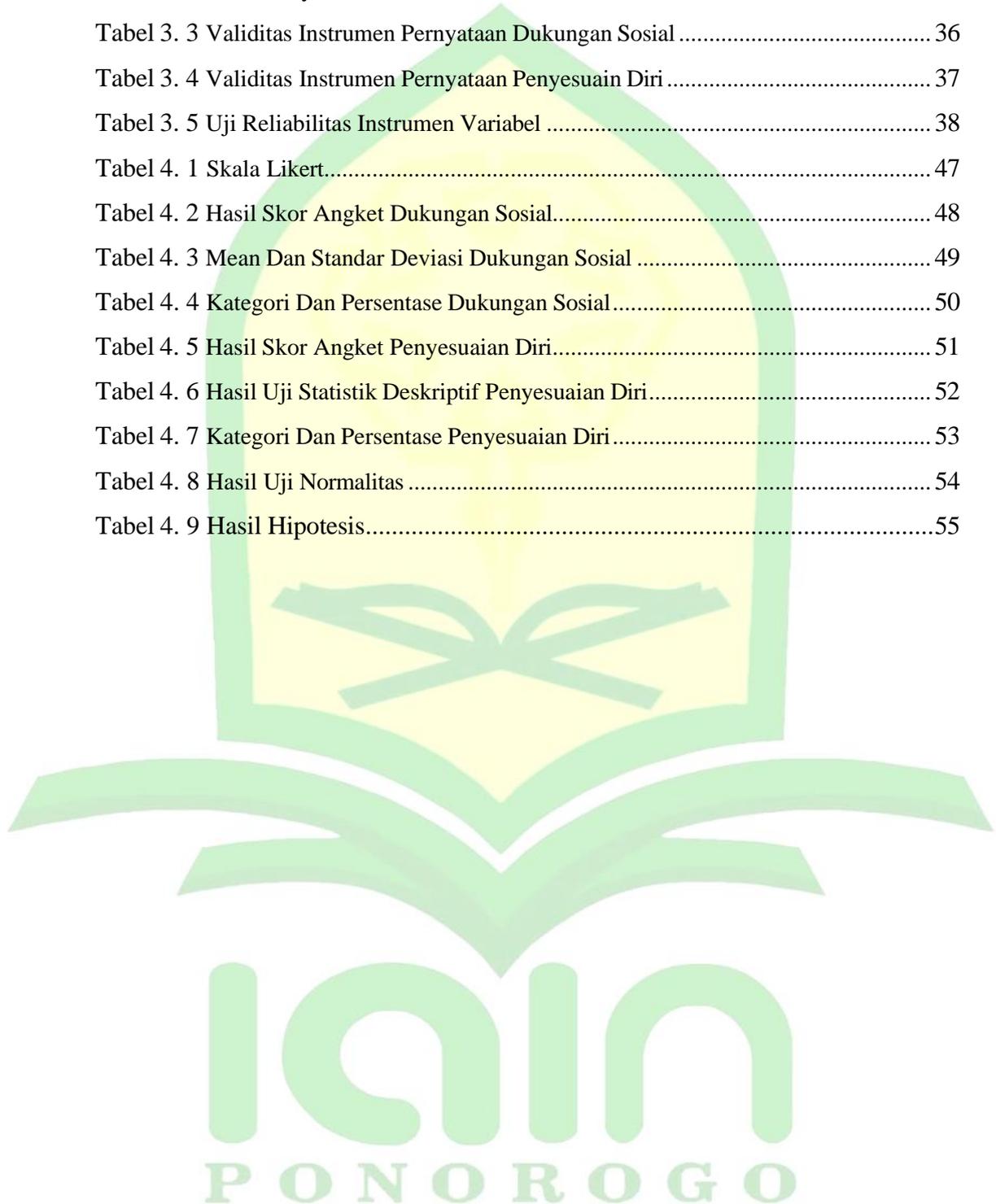
LAMPIRAN-LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Dukungan Sosial.....	31
Tabel 3. 2 Skala Penyesuaian Diri	32
Tabel 3. 3 Validitas Instrumen Pernyataan Dukungan Sosial	36
Tabel 3. 4 Validitas Instrumen Pernyataan Penyesuaian Diri	37
Tabel 3. 5 Uji Reliabilitas Instrumen Variabel	38
Tabel 4. 1 Skala Likert.....	47
Tabel 4. 2 Hasil Skor Angket Dukungan Sosial.....	48
Tabel 4. 3 Mean Dan Standar Deviasi Dukungan Sosial	49
Tabel 4. 4 Kategori Dan Persentase Dukungan Sosial.....	50
Tabel 4. 5 Hasil Skor Angket Penyesuaian Diri.....	51
Tabel 4. 6 Hasil Uji Statistik Deskriptif Penyesuaian Diri.....	52
Tabel 4. 7 Kategori Dan Persentase Penyesuaian Diri.....	53
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	54
Tabel 4. 9 Hasil Hipotesis.....	55



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap tahap perkembangan remaja mempunyai kebutuhan yang wajib dipenuhi guna melanjutkan tugas serta bertahan. Perkembangan itu berasal melalui faktor baik dalam diri remaja, lingkungan dan keluarga. Permasalahan yang timbul pada remaja menjadikan kekuatan dalam diri remaja supaya bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian diri merupakan proses bagaimana seseorang mencapai keseimbangan diri untuk memenuhi kebutuhan selaras pada lingkungan.

Pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan lingkungannya, Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangantegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin serta menelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup.¹

Hal ini merupakan proses alamiah serta dinamis yang memiliki tujuan memperbaiki perilaku seseorang supaya bisa terjalin hubungan yang lebih selaras pada keadaan lingkungan. Penyesuaian diri bukanlah hal yang mudah bagi remaja. Kasus-kasus penyesuaian diri terhadap remaja di

¹ Pada Siswa, Kelas X Sma, and Negeri Pematang, Faktor Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas x Sma Negeri 2 Pematang', 01 (2023), 401–10.

pesantren sebagian santriwati mengalami kesulitan dalam bergaul pada teman baru saat memasuki pesantren. Haber & Richard memaparkan jika semua individu pastilah mengalami permasalahan untuk mencapai tujuan hidup serta penyesuaian diri sebagai kondisi ataupun proses.²

Penyesuaian diri merupakan sebuah proses dari hasil kelompok ataupun individu menghadapi kondisi baru pada lingkungan hidup, dan tingkah lakunya bisa diterima pada hidup bersama dengan masyarakat sekitar. Penyesuaian diri itu bisa terhambat ataupun lancar, seseorang tidak menghadapi kendala, jikalau terdapat bisa diselesaikan secara baik. Sedangkan, jika terdapat kendala yang tidak diselesaikan, hal ini bisa memunculkan penyesuaian diri negatif ataupun frustrasi.³ Penyesuaian diri yang negatif senantiasa memunculkan sejumlah permasalahan di kehidupan.

Manusia pada proses penyesuaian diri mereka menghadapi sejumlah cara hidup, mengatur hidupnya, serta menciptakan masyarakat guna usaha bersama yang diawali melalui teman, keluarga, kelompok organisasi selanjutnya akan terus maju serta memperoleh pengalaman serta pengetahuan. Pendidikan merupakan sebuah proses. Lewat proses ini, individu dapat menyesuaikan diri dengan unsur pengalaman yang menjadi kepribadian kehidupan modern kemudian untuk menyiapkan diri untuk kehidupan remaja yang sukses. Penyesuaian diri mempunyai fase pada

² Siti Lailatin Nishfi and Agustin Handayani, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang', *Journal of Psychological Perspective*, 3.1 (2021), 23–26

³ Khairuddin Hasanuddin, 'Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Negeri 2 Binjai', *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11.1 (2021), 60–71.

prosesnya, lama tidak ataupun sukses tidaknya fase sangatlah dipengaruhi budaya serta pengalaman pada lingkungan itu.

Berhasil tidaknya remaja melakukan penyesuaian diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor dari dalam diri (internal) dan faktor dari luar (eksternal). Salah satu faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Menurut Baron & Byrne dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial dapat diperoleh individu dari orang-orang terdekat, yaitu teman, pasangan, dan keluarga atau orangtua.

Dukungan sosial merupakan makna dari hadirnya orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Jadi pada dasarnya dukungan sosial merupakan hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi maupun bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai. Santrok mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai yang menghargai dan menghormati dan mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung. Hal ini termasuk salah satu dukungan emosional, seperti yang dikemukakan oleh Dumont & Provost menerangkan bahwa dukungan emosional yang diterima menjadi sebuah pesan bagi individu bahwa individu tersebut disayangi.

Dukungan sosial merupakan makna dari hadirnya orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya.⁴ Jadi, pada dasarnya dukungan sosial merupakan hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi maupun bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan mudah dalam penyesuaian diri dengan lingkungannya, karena dia akan selalu merasa tidak sendirian ketika harus menghadapi segala permasalahan yang ada.

Masa remaja disebut juga sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa remaja merupakan masa dimana seorang anak memiliki keinginan untuk mengetahui berbagai macam hal serta ingin memiliki kebebasan dalam menentukan apa yang ingin dilakukannya. Remaja awal biasanya menempuh pendidikan di sekolah menengah pertama (SMP) atau di pondok pesantren (ponpes). Bagi remaja yang menempuh pendidikan di pesantren biasa dikenal dengan sebutan santri. Santri adalah sebutan bagi seseorang yang mengikuti pendidikan Ilmu Agama Islam disuatu tempat yang dinamakan pesantren, biasanya menetap di tempat tersebut hingga pendidikannya selesai. Menurut Qomar pesantren didefinisikan sebagai suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pelajaran agama

⁴Siela Maimunah, 'Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8.2 (2020), 275

islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang bersifat permanen.

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang paling berpengaruh sampai sekarang. Keadaan di pondok yang telah diatur sedemikian rupa dari mulai situasi asrama hingga jadwal lainnya yang telah dibuat demi kepentingan santri ternyata membawa permasalahan tersendiri bagi santri, khususnya santri yang baru lulus SD menuju ke SMP. Pada masa transisi inilah santri dituntut untuk tinggal secara mandiri, terpisah dari orang tua dan keluarga, hidup dan tinggal dilingkungan pondok pesantren yang berbeda dengan tempat tinggal dirumah mengharuskan santri untuk mampu melakukan penyesuaian diri.

Sama halnya dengan Pondok Pesantren Al-Islam adalah salah satu pondok yang ada di Ponorogo. Pondok ini juga akan menerima santri baru disetiap tahunnya. Banyak santri yang berdatangan dari berbagai penjuru daerah, baik dalam daerah maupun luar daerah, bahkan luar pulau. Pondok Pesantren Al-Islam memiliki fasilitas Asrama yang dimana ini disediakan untuk santri yang memperdalam ilmu agama. Di asrama menerima santri dari tingkat MTs dan MA/SMK.

Setiap tahunnya pasti ada saja santri yang keluar dari pondok (boyong), baik santri baru maupun santri lama. Sebagian dari mereka merasa tidak kuat dengan segala ketentuan dan peraturan-peraturan yang ada, sebagian yang lain mengatakan bahwa dia tidak punya teman, dan ada juga yang tanpa memberikan penjelasan langsung mengatakan tidak betah di

pondok. Cara yang dilakukan juga beragam, mulai dari berawa rewel, susah diatur, sering melakukan pelanggaran, pura-pura sakit, bahkan ada yang kabur dari pondok.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di awal, maka penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul *"Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Baru di Pondok Pesantren Al-Islam"*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al- Islam?
2. Bagaimana tingkat penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam?
3. Adakah hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana dukungan sosial santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.
2. Untuk menjelaskan bagaimana tingkat penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.
3. Untuk menganalisis adakah hubungan antara dukungan sosial dengan

penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bahwa dukungan sosial adalah hal penting yang dapat dijadikan pertimbangan dalam proses penyesuaian diri santri. Selain itu, penelitian ini untuk memperkaya hasil penelitian-penelitian yang sudah ada, sehingga bisa memberikan gambaran bagi peneliti selanjutnya.

2. Kegunaan Praktis

a. Untuk santri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan modal kepada para santri, khususnya mereka yang baru bahwa proses penyesuaian diri di pondok dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial, sehingga dengan adanya dukungan sosial tersebut dapat memberikan suatu motivasi yang kuat untuk memenuhi proses penyesuaiannya.

b. Untuk Masyarakat Luas

Selain untuk para santri, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan bagi seluruh masyarakat secara luas terkait hubungan dukungan sosial terhadap keberhasilan proses penyesuaian diri, sehingga bisa menjadi acuan dalam menjalani proses penyesuaian diri yang sedang dialami

c. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang dibutuhkan serta dapat dijadikan perbandingan untuk bahan penelitian selanjutnya.

E. Sistematika Pembahasan

Bab Pertama, adalah pendahuluan yang berisi Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, kegunaan penelitian, dan Sistematika Pembahasan.

Bab kedua, adalah landasan teori yang terdiri dari kajian terdahulu, landasan teori terdiri dari pengertian Dukungan Sosial dan Komponen Dukungan Sosial. Pengertian Penyesuaian Diri, Komponen Penyesuaian diri, Aspek-aspek Penyesuaian Diri dan Faktor-faktor Penyesuaian Diri. Dan hipotesis Penelitian.

Bab ketiga, adalah metode penelitian berisi tentang rancangan penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional variabel, instrumen penelitian, lokasi, populasi dan sampel, tahap-tahap penelitian dan analisis data.

Bab ke empat, adalah hasil penelitian yang terdiri dari Statistik Deskriptif, Statistik Inferensial yang meliputi uji normalitas dan uji hipotesis.

Bab kelima, adalah pembahasan hasil penelitian.

Bab keenam adalah penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran. Diakhiri dengan daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan riwayat penulis.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Terdahulu

Berdasarkan hasil penelusuran yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap karya ilmiah, maka untuk langkah selanjutnya adalah menelaah skripsi dan jurnal yang memiliki relevansi dengan penelitian yang sedang diteliti. Ditemukan beberapa penelitian yang menjelaskan tentang Dukungan Sosial dan penyesuaian Diri Santri Baru. Peneliti akan menguraikan konsep yang berhubungan dengan tema penelitian berdasarkan hasil penelusuran dari skripsi dan jurnal sebagai berikut :

Pertama, Dari hasil penelitian yang di tulis oleh Imaidah, Cahya Putri. 2019. Penelitian dengan judul Hubungan Antara Dukungan Soasial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren “X”. Undergraduate thesis, Universitas Muhammayah Gresik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren X. Metode penelitian metode kuantitatif dengan jumlah populasi yang terdiri dari 113 santri. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik sampling Proportionate Stratified Random Sampling dengan perhitungan menggunakan rumus slovin sehingga berjumlah 113. Teknik analisis data menggunakan korelasi sperman rho dengan taraf signifikan 5%. Hasil korelasi diperoleh nilai r hitung = 0,696 lebih besar dari r tabel= 0,185 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil koefisien (r^2) dari dari $r = 0,696=0,48$ yang menunjukkan bahwa sumbangan

variabel antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri sebesar 48%, sedangkan sisanya 52% oleh variabel lain yang tidak diteliti. Berdasarkan analisis data, tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren X.⁵

Kedua, hasil dari Jurnal Psikologi dari Asmalia Alnadi, Citra Ayu Kumala Sari. 2021. Dengan judul Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatra Di UIN Sayyid Ali Rahmatullah. Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah, Tulungagung. Mahasiswa rantau menghadapi berbagai permasalahan dalam proses menempuh pendidikannya. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa rantau ini karena terdapat masalah dalam penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan adalah mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa di Sumatera UIN Sayyid Ali Rahmatullah. Jenis penelitian ini kuantitatif kausal komparatif. Sampel yang digunakan sebanyak 162 responden. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri, serta untuk uji hipotesis menggunakan regresi sederhana. Diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$ Dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,969 dan nilai R² sebesar 0,558 sama dengan 55,8%. Sehingga hasil penelitian ini menyatakan bahwa dukungan sosial

⁵ Cahya Putri Imaidah, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren "X"', *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 15.2 (2022), 100 <<https://doi.org/10.30587/psikosains.v15i2.4524>>.

berperan signifikan terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa di SumateraUIN Sayyid Ali Rahmatullah. Artinya jika dukungan sosial yang didapatkan tinggi, maka penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatera juga akan tinggi.⁶

Ketiga, skripsi yang ditulis oleh Nurhasanah, 2019, dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Minangkabau Di Yogyakarta, yang diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat-syarat memperoleh gelar sarjana strata 1. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya mahasiswa minangkabau yang merantau dan melanjutkan studinya di Yogyakarta sehingga membutuhkan suatu penyesuaian diri yang berbeda dengan tempat asalnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa minangkabau yang berada di Yogyakarta. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa Minangkabau yang ada di Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif sedangkan alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri, metode analisis data dengan menggunakan pengujian prasyarat analisis dan uji hipotesis dengan menggunakan korelasi dari pearson product moment

⁶ Asmalia Alnadi and Citra Ayu Kumala Sari, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera Di Uin Sayyid Ali Rahmatullah', *Proyeksi*, 16.2 (2021), 153.

dengan bantuan SPSS 23.0 for windows. Dengan hasil bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, dibuktikan dengan hasil koefisien korelasinya sebesar 0,502 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa minangkabau di Yogyakarta.⁷

Keempat, skripsi yang ditulis oleh Indy Maziyatun Udzma, 2020, dengan judul skripsi Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Pondok Pesantren Hasyim Asy'ari Tarub Tegal, yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S1) dalam Ilmu Psikologi (S. Psi). Santri baru adalah individu yang baru masuk di lingkungan pesantren dan memulai untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Salah satu faktor seorang santri bisa menyesuaikan diri dengan baik ialah adanya dukungan sosial dari lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui ada tidaknya hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Pondok Pesantren Hasyim Asyari Tarub Tegal. Alat yang diukur menggunakan skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri. Dengan hasil dari tingkat signifikansi korelasi $p = 0,000$ ($p > 0,050$) menunjukkan bahwa pada hipotesis terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru yang signifikan dan dapat diterima.⁸

⁷ Nurhasanah, 'Hubungan Anantara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian diri Mahasiswa Minangkabau Di Yogyakarta, skripsi, 2019.

⁸ Indy Maziyatun Udzma, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Pondok Pesantren Hasyim Asy'ari Tarub Tegal', *skripsi*, 2020, 61.

Kelima, skripsi yang ditulis oleh Silvia Qotrun Nada, 2021, dengan judul skripsi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Pondok Pesantren Roudhatul Muta'alimat 3 Jabon Sidoarjo, skripsi ini diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Strata Satu Sarjana Psikologi (S.Psi). Santri baru yang memasuki lingkungan baru, dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik. Jika santri baru mampu menyesuaikan dirinya maka akan mudah untuk menempatkan diri di dalam lingkup masyarakat. Maka dari itu salah satu yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk : (1) menjelaskan tingkat dukungan sosial pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo, (2) menjelaskan tingkat penyesuaian diri pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo, (3) menjelaskan pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif jenis korelasi yang dilakukan di Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo. Subyek penelitian berjumlah 75 santri baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis korelasi yang telah dilakukan diketahui nilai R (koefisien korelasi) adalah 0,554 dengan taraf signifikansi sekitar 0,000 ($<0,05$) hal tersebut menunjukkan bahwa H_0

ditolak dan H_a di terima artinya ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri baru.⁹

Keenam, dari jurnal psikologika yang ditulis oleh Andiani Ekanita, Dhian Riskiana Putri, 2019, dengan judul Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTs) Pondok Pesantren Di Sukoharjo, Penyesuaian diri yang baik dapat terjadi jika seorang individu mendapat dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang terdekat. Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santriwati kelas VII MTs di Pondok Pesantren Moderen Islam Assalam Sukoharjo yang berjumlah 111 santriwati. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik Deskriptif, dan korelasi Product Moment. dengan hasil penelitian Hasil uji korelasi dalam penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,595$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan korelasi positif yang sangat signifikan antar dukungan sosial dengan penyesuaian diri.¹⁰

⁹ Silvia Qotrun Nada, Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'alimat 3 Jambon Sidoarjo, 2021, 105.

¹⁰ Andiani Ekanita and Dhian Riskiana Putri, 'Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren Di Sukoharjo', *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24.2 (2019), 149–54 .

B. Pengertian Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri

1. Dukungan Sosial

a. Definsi Dukungan Sosial

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Seseorang pasti membutuhkan peran dan dukungan orang lain yang ada disekitar dalam hidupnya, bentuk bantuan dari sekitar kita itu seperti: perhatian, dukungan, kerja sama menghadapi tantangan hidup, sedangkan dukungan sosial bisa datang dari mana saja seperti, orang tua, guru, kerabat, sahabat maupun teman sebaya.

Dari Taylor berpendapat, Dukungan sosial merupakan salah satu bentuk untuk memberikan informasi dan merasakan cinta dan juga perhatian, dihormati dan dihargai merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama orang tua, kekasih/kerabat, teman, lingkungan sosial dan dalam komunitas.¹¹

Menurut Saronson bahwa dukungan sosial adalah sebuah perhatian atau kepercayaan dalam bentuk dorongan atau semangat yang diberikan kepada orang lain yang dimaksudkan untuk memberi bantuan. Johnson and Johnson memberikan pendapat dukungan sosial adalah memberikan sebuah bantuan atau pertolongan berupa emosi, materi dan informasi yang memiliki peran sebagai peningkatan kesejahteraan manusia. Pertolongan tersebut diberikan

¹¹ Seila Maimunah, Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri, Jurnal Ilmiah Psikologi, 2020,8.

dengan target tujuan pada individu yang memiliki masalah terkait perhatian dan dukungan.¹²

Di samping itu Etzion mengartikan dukungan sosial sebagai hubungan antar pribadi yang didalamnya terdapat satu atau lebih ciri-ciri, antara lain: bantuan atau pertolongan dalam bantuan fisik, perhatian emosional, pemberian informasi dan pujian. Brehm dan Kassin mengemukakan empat tipe definisi dukungan sosial, yaitu:

a) Berdasarkan Kontak Sosial

Dukungan sosial dilihat dari banyaknya kontak sosial yang dilakukan oleh individu. Pengukuran kontak sosial dalam konteks ini dilihat dari status perkawinan, hubungan saudara atau teman, keanggotaan dalam organisasi informal.

b) Berdasarkan Jumlah Pemberian Dukungan

Dukungan sosial diartikan sebagai jumlah individu yang memberikan bantuan kepada seseorang yang membutuhkan. Semakin banyak individu memberikan bantuan, semakin sehat kehidupan individu tersebut.

c) Berdasarkan Kedekatan Hubungan

Dukungan sosial disini didasarkan pada kualitas hubungan yang terjalin antara pemberi dan penerima dukungan, bukan kuantitas pertemuan.

¹² Didik Widiyanto, Sigit Nugroho, and Yanwar Arief, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4.1 (2019), 1–14

d) Berdasarkan Tersedianya Pemberi Dukungan

Individu yang yakin bahwa akan ada orang yang membantunya bila ia mengalami kesulitan, kecenderungan lebih percaya diri dan sehat daripada individu yang tidak merasa yakin bilamana ada orang yang bersedia membantunya.¹³

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan sosial tersebut yang membuat si penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Orang yang menerima dukungan sosial memahami makna dukungan sosial yang diberikan orang lain. Adapun orang yang menerima dukungan sosial memahami makna dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain.

b. Komponen Dukungan Sosial

Di dalam kehidupan sehari-hari dan dalam setiap aspek kehidupan, dukungan sosial sangat diperlukan. Dukungan sosial memiliki beberapa komponen diantaranya dijelaskan oleh House Schaefer:

1. Dukungan emosional (*emotional support*)

Dukungan emosional adalah suatu bentuk dukungan yang diekspresikan melalui empati, perhatian, kasih sayang dan

¹³ Neta Sepfitri, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MAN 6 Jakarta', *Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2015, 40-41.

kepedulian terhadap individu lain. Bentuk dukungan ini dapat menimbulkan rasa nyaman, perasaan dilibatkan dan dicintai pada individu yang bersangkutan. Dukungan ini juga meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

2. Dukungan penghargaan (*esteem support*)

Dukungan penghargaan adalah suatu bentuk dukungan yang terjadi melalui ekspresi seseorang dengan menunjukkan suatu penghargaan positif terhadap individu, dukungan atau persetujuan tentang ide-ide atau perasaan dari individu tersebut dan perbandingan positif dari individu dengan orang lain yang keadannya lebih baik atau lebih buruk. Bentuk dukungan ini bertujuan untuk membangkitkan perasaan berharga atas diri sendiri, kompeten dan bermakna.

3. Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Dukungan instrumental adalah bentuk dukungan langsung yang diwujudkan dalam bentuk bantuan material atau jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis. Contoh dukungan ini seperti pinjaman atau sumbangan uang dari orang lain, penyediaan layanan penitipan anak, penjagaan dan pengawasan rumah yang ditinggal pergi pemiliknya dan lain sebagainya yang merupakan bantuan nyata berupa materi atau jasa.

4. Dukungan informasi (*information support*)

Dukungan informasi adalah suatu dukungan yang diungkapkan dalam bentuk pemberian nasehat/saran, penghargaan, bimbingan/pemberian umpan balik, mengenai apa yang dilakukan individu, guna untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

5. Dukungan jaringan sosial (*network support*)

Dukungan yang berasal dari jaringan ini merupakan bentuk dukungan dengan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam hal minat dan aktivitas sosial.¹⁴

c. Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Menurut Stanley yang dikutip oleh Irwan dalam bukunya disebutkan, faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut :

1. Kebutuhan fisik

Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial. Adapun kebutuhan fisik meliputi sandang, pangan dan papan. Apabila seseorang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka seseorang tersebut kurang mendapat dukungan sosial.

2. Kebutuhan sosial

Dengan aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih kenal

¹⁴ Namira Salsabila Aprilia and Nono Hery Yoenanto, 'Pengaruh Regulasi Emosi Dan Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi', *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2.1 (2022), 19–30.

oleh masyarakat daripada orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Orang yang mempunyai aktualisasi diri yang baik cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan masyarakat. Untuk itu pengakuan sangat diperlukan untuk memberikan penghargaan.

3. Kebutuhan psikis

Dalam kebutuhan psikis pasien pre operasi di dalamnya termasuk rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius, tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Apalagi jika orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai.¹⁵

2. Penyesuaian Diri

a. Definisi Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dalam perspektif disiplin ilmu psikologi adalah suatu proses perubahan dalam diri dan lingkungan, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hidup dan menghadapi keadaan tersebut sehingga tercapai kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Ghufro dan Risnawati menyebutkan penyesuaian diri sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan,

¹⁵ D Qo, 'Faktor Dukungan Sosial', *Dukungan Sosial*, 2020, 13–32.

baik dari dalam diri maupun lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan. Kemudian, tercipta keselarasan antara individu dan realita. Penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan dan frustrasi-frustrasi secara efisien.¹⁶ Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.¹⁷

Dari pemaparan di atas dapat kita ambil kesimpulannya yaitu bahwa penyesuaian diri adalah interaksi yang terus berlanjut dengan diri sendiri, lingkungan, dan orang lain, kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasikan respon-respon yang akan diberikan dengan tujuan agar dapat mengatasi konflik secara efisien dan mampu membuat hubungan baik dengan diri sendiri orang lain maupun lingkungan sekitar.

¹⁶ Kanzul Atiyah, Abd. Mughni, and Nur Ainiyah, 'Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja', *Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 2.2 (2020), 42–51 .

¹⁷ Syarifah Masraini Assagaf, Rilla Sovitriana, and Evi Nilawati, 'Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Di Panti Sosial Jakarta', *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5.1 (2021), 39–42.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri dan Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Runyon dan Haber menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima karakteristik sebagai berikut:

1) Persepsi terhadap realita

Pemahaman individu terhadap realita berbeda-beda, meskipun realita yang dihadapi adalah sama. Meskipun memiliki persepsi yang berbeda dalam menghadapi realita, tetapi individu dengan penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang objektif, yaitu bagaimana orang mengenali konsekuensi dan tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai dengan konsekuensi tersebut.

2) Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres

Pada dasarnya setiap individu tidak senang bila mengalami tekanan, umumnya mereka menghindari hal-hal yang menimbulkan tekanan, mereka menyenangi pemenuhan kepuasan yang dilakukan segera. Namun individu yang mampu menyesuaikan diri, tidak selalu menghindari tekanan mereka justru belajar untuk mentoleransi tekanan yang dialami dan dapat menunda kepuasan selama diperlukan demi tujuan yang lebih penting.

3) Mempunyai gambaran diri yang positif

Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Hal tersebut mengarah pada apakah individu bisa melihat dirinya secara

harmonis atau sebaliknya, dia melihat adanya berbagai konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang banyak melihat pertentangan dalam dirinya bisa menjadi indikasi adanya kekurangmampuan dalam menyesuaikan diri.

4) Kemampuan untuk mengekspresikan emosi dengan baik

Salah satu ciri individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik memiliki kehidupan emosi yang sehat. Individu tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosi tersebut dalam lingkup yang luas. Orang yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap dibawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sebaliknya, penyesuain diri yang buruk ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mengekspresikan emosi secara berlebihan.

5) Memiliki hubungan interpersonal yang baik

Individu dikatakan memiliki hubungan interpersonal yang baik apabila individu mampu menjalin hubungan yang dekat dengan lingkungan sosialnya, mempunyai kemampuan dan merasa nyaman dalam berinteraksi dalam lingkungan tersebut. Individu merasa senang apabila disukai dan dihormati oleh individu lain, ia akan merasakan suatu kebahagiaan dengan membuat individu lain nyaman atas kehadirannya. Individu yang memiliki

penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial.¹⁸

c. Faktor-faktor Penyesuaian Diri

Menurut Soeparwoto terdapat dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu:

1. Faktor internal

- a) Motif adalah impuls yang memberi energi pada tindakan manusia yang berkaitan pada proses kognitif dan pemuasan kebutuhan.
- b) Konsep diri adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri atau penafsiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan. Konsep diri yakni bagaimana individu memandang dirinya sendiri baik dalam aspek fisik, aspek psikologis dan aspek sosial.
- c) Persepsi adalah pengamatan dan penilaian individu terhadap objek atau suatu peristiwa yang melibatkan proses afeksi maupun kognisi. Persepsi adalah proses interpretasi, proses pemberian makna yang berasal dari proses belajar dan pengalaman terhadap suatu stimulus yang datang dari lingkungan.
- d) Sikap adalah suatu proses dalam diri seseorang untuk mengarahkan dan menentukan respon seseorang terhadap berbagai objek serta situasi yang dialami. Individu yang bersikap positif akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian

¹⁸ Nurmala, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Pondok Pesantren Ummu Sulaim Pekanbaru', 3 (2015), 13-42 <<https://repository.uin-suska.ac.id/20074/3/3.ABSTRAK.pdf>>.

diri dengan baik. Salah satu bentuk dari sikap positif adalah sikap asertif.

- e) Intelegensi dan minat Intelegensi adalah hal paling mendasar yang dibutuhkan individu untuk menganalisis dan melakukan proses penalaran yang akan menjadi acuan dalam melakukan penyesuaian diri, dan apabila individu memiliki minat terhadap sesuatu maka akan semakin mudah proses penyesuaian dirinya.
- f) Kepribadian Tipe juga memberikan pengaruh pada proses penyesuaian diri. Kepribadian ekstrovert yang memiliki karakteristik lebih dinamis dan fleksibel cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dibanding tipe kepribadian introvert yang statis dan kaku.

2. Faktor eksternal

- 1) Keluarga merupakan lingkungan paling mendasar yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Keterbukan, dukungan dan pola asuh yang baik akan memberikan keefektifan pada kemampuan penyesuaian diri individu.
- 2) Kondisi sekolah yang sehat akan mempengaruhi keharmonisan penyesuaian diri individu.
- 3) Teman sebaya pada umumnya individu terutama pada usia remaja atau usia sekolah memiliki teman sebaya, hal ini akan memberikan keuntungan atau bahkan menjadi faktor penghambat pada proses penyesuaian diri.

- 4) Prasangka sosial, lebel yang diberikan oleh masyarakat terhadap individu juga memberikan dampak pada penyesuaian diri individu tersebut. misalnya remaja yang dilabel negatif, nakal, susah diatur akan menjadi kendala bagi proses penyesuaian diri.
- 5) Hukum dan norma sosial, ketika masyarakat konsekuen dan benar - benar menegakkan norma dan hukum yang berlaku hal itu akan membantu individu untuk mampu menyesuaikan diri, terutama remaja.¹⁹

Shcneiders penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu sebagai berikut:

1. Faktor kondisi fisik, yang meliputi faktor keturunan, kesehatan, bentuk tubuh dan halhal lain yang berkaitan dengan fisik.
2. Faktor perkembangan dan kematangan, yang meliputi perkembangan intelektual, sosial, moral, dan kematangan emosional.
3. Faktor psikologis, yaitu faktor-faktor pengalaman individu, frustasi dan konflik yang dialami, dan kondisi-kondisi psikologis seseorang dalam penyesuaian diri.
4. Faktor lingkungan, yaitu kondisi yang ada pada lingkungan, seperti kondisi keluarga, kondisi rumah.
5. Faktor budaya, termasuk adat istiadat dan agama yang turut mempengaruhi penyesuaian diri seseorang.²⁰

¹⁹ Dwi Nektaviani, Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Santrid di Pondok Pesantren , skripsi, 2019,50.

²⁰ Yusup Adi Saputro and Rini Sugiarti, 'Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kelas X', *PHILANTHROPY: Journal of*

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Hipotesis pada umumnya dinyatakan dalam bentuk hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0). H_a adalah pernyataan yang diharapkan akan terjadi sedangkan H_0 adalah pernyataan yang menunjukkan tidak ada perubahan.²¹

Hipotesis merupakan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap suatu permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis statistika dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesa Kerja (H_a)

Hipotesa Kerja (H_a) adalah hipotesa alternatif yang menyatakan adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yaitu “Ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam”.

2. Hipotesis Nihil (H_0)

Hipotesis nihil adalah hipotesis yang menyatakan tidak adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yaitu “Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam”.

Psychology, 5.1 (2021), 59 <<https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>>.

²¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kalitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Ditinjau dari permasalahan yang ada, peneliti akan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono pendekatan kuantitatif adalah suatu penelitian yang hasilnya disajikan dalam bentuk deskripsi dengan menggunakan angka-angka. Pendekatan ini dipilih karena penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis kegiatan penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana, dan terstruktur sejak awal mulai dari pembuatan desain penelitian, baik itu tentang tujuan penelitian, subjek penelitian, objek penelitian, sampel data, sumber data maupun metodologinya. Variabel penelitian terukur dengan berbagai bentuk skala pengukuran, yaitu skala nominal, ordinal, interval, maupun rasio.

Dalam pendekatan ini peneliti menggunakan angket untuk memperoleh data. Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan dan pernyataan tertulis kepada responden.²² Angket dibagikan kepada santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam kelas 1 MTs . Setelah didapat kemudian data diolah secara statistik.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian ini merupakan penelitian yang mengarah pada studi korelasional. Studi korelasi ini merupakan hubungan antar dua variabel.

Sesuai dengan fenomena permasalahan penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian korelasional, yang menghubungkan dua variabel yaitu

²²Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012) 142.

dukungan sosial dan penyesuaian diri untuk meneliti sejauh mana variasi- variasi pada suatu faktor berkaitan.

Dari desain penelitian tersebut, ditetapkan bahwa:

- a. Penelitian ini meneliti dua variabel yaitu dukungan sosial dan penyesuaian diri.
- b. Penelitian ini menguji hubungan antara dua variabel tersebut. Dimana dukungan sosial berkedudukan sebagai variabel bebas, sedangkan penyesuaian diri sebagai variabel terikat.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1) Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini mencakup variabel independen dan variabel dependen.

1. Variabel independen (variabel bebas) adalah variabel yang mempengaruhi variabel dependen. Variabel independennya yaitu dukungan sosial.
2. Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi variabel bebas.

Variabel dependen penelitian ini yaitu penyesuaian diri.

2) Definisi Operasional

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data.

Dalam penelitian ini, definisi operasional variabel sebagai berikut:

a. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah merupakan salah satu bentuk untuk memberikan informasi dan merasakan cinta dan juga perhatian, dihormati dan dihargai merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama orang tua, kekasih/kerabat, teman, lingkungan sosial dan dalam komunitas. Ada 4 dimensi dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif.

b. Penyesuaian diri

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi perubahan atau tekanan sehingga lebih dapat mengekspresikan perasaan dan memahami perubahan yang dialami baik yang bersumber dari diri sendiri ataupun lingkungan, lebih positif melihat diri sendiri yang kemudian berdampak pada kesuksesan dalam menjalin hubungan baik dengan individu lain.

C. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono instrument penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian yang diteliti. Jumlah instrument penelitian tergantung pada jumlah variabel penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan variabel skala dukungan sosial menurut teori House Schaefer dan variabel dukungan sosial menurut teori Runyon & Huber. Dengan penjelasan semainama berikut:

1. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini mengacu kepada teori yang dikemukakan oleh House Schaefer, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif dan dukungan instrumental.

Tabel 3. 1
Blue Print Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Dukungan Emosional	Empati atau kepedulian atau Perhatian	1, 14	8,10	4
2.	dukungan penghargaan	Penghargaan dalam bentuk penghormatan atau persetujuan, atau memberikan hadiah	2	13	2
3.	dukungan informatif	Pemberian nasehat atau pemberian petunjuk atau saran-saran atau umpan balik	3,5, 6,	9,17, 16	6
4.	Dukungan Instrumental	Pemberian bantuan langsung atau menolong dengan pekerjaan	4,7, 15	11,12	5
Jumlah			9	8	17

2. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri disusun berdasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Runyon & Huber. Adapun karakteristik penyesuaian diri menurut Runyon & Huber yaitu: memiliki persepsi yang akurat terhadap realitas, kemampuan beradaptasi dengan tekanan dan stres, mempunyai gambaran diri positif, kemampuan untuk mengespresikan emosi dengan baik, memiliki hubungan interpersonal yang baik

Tabel 3. 2
Blue Print Skala Penyesuaian Diri

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			F	UF	
1.	memiliki persepsi yang akurat terhadap realitas	Menentukan tujuan secara realistis sesuai kemampuan Mengenali konsekuensi dan mengarahkan tingkah laku sesuai dengan konsekuensinya	1,6	11	3
2.	kemampuan beradaptasi dengan tekanan dan stres	Mampu mengatasi masalah yang ada Mampu bertahan dan menerima kegagalan yang dialami	2,7	12	3
3.	mempunyai gambaran diri positif	Persepsi tentang diri yang positif Menyadari dan mengakui kekurangan diri menyadari dan mengakui kelebihan diri	3	17,15	3
4.	kemampuan untuk mengespresikan emosi dengan baik	Mengidentifikasi emosi Mengekspresikan emosi dengan baik memperhatikan keadaan lingkungan	5,8	14,16	4
5.	memiliki hubungan interpersonal yang baik	Mampu berinteraksi dengan orang lain Merasa nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain Mampu mencapai kecocokan dan keakraban dalam hubungan sosial	4,9,10	13	4
Jumlah			10	7	17

D. Lokasi, Populasi dan Sampel

1) Lokasi

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, penelitian ini dilaksanakan di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam, yang beralamatkan di Jl. Madura, Joresan, Mlarak, Ponorogo, Jawa Timur. Dengan alasan menarik untuk diteliti karena belum pernah ada penelitian yang serupa.

2) Populasi

Sugiyono menyatakan bahwa populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah santri usia MTs kelas 1 di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam yang berjumlah 134 santri.

3) Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto, sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sedangkan menurut Sugiyono sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sehingga suatu sampel yang dapat diambil dari suatu populasi harus benar-benar dapat mewakili (representatif). Pada sampel yang akan peneliti ambil dalam penelitian ini yaitu pada santri MTs di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam yang duduk di kelas VII sebanyak 91 santri dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Dengan memilih secara acak kelas yang digunakan untuk sampel peneliti.

E. Tahap-tahap penelitian

Tahapan-tahapan penelitian ada tiga dan ditambah dengan tahap terakhir, yaitu tahap penulisan laporan hasil penelitian. Tahapan-tahapan penelitian tersebut adalah:

1. Tahapan perumusan, yang meliputi: menyusun rancangan penelitian, memilih lokasi penelitian, menyusun perizinan, menjajaki dan menilai keadaan lokasi, memilih dan memanfaatkan informan, dan menyiapkan perlengkapan penelitian yang menyangkut persoalan penelitian.

2. Tahapan pengumpulan data, yang meliputi: pembagian angket serta sambil mengumpulkan data.
3. Tahapan analisis data, yang meliputi: analisis selama dan setelah pengumpulan data.
4. Tahap penulisan hasil laporan penelitian.

F. Analisis Data

Analisis data merupakan upaya untuk mengelola data menjadi sebuah informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data dapat dengan mudah dipahami dan dimanfaatkan untuk menjawab rumusan masalah. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *korelasi produk moment* yang diolah menggunakan bantuan program *SPSS for Windows*.

Korelasi produk moment merupakan teknik statistika yang digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel independen dengan satu dependen. Jika besarnya korelasi $> 0,5$ maka dapat diartikan bahwa memang terdapat hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut.

1. Uji Instrumen (Validitas dan Reliabilitas)

a. Uji Validitas

Menurut Azwar, validitas mengacu pada aspek ketepatan dan kecermatan hasil pengukuran. Pengukuran sendiri dilakukan untuk mengetahui berapa banyak suatu aspek psikologis yang ada dalam diri seseorang yang ditunjukkan dengan skornya pada *instrument* pengukur yang bersangkutan.²³

²³ Saifuddin Azwar, *Realibitas dan Validitas*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2012), 110.

Pada penelitian ini uji validitas yang digunakan adalah validitas konstruk. Validitas konstruk merupakan validitas yang digunakan untuk membuktikan apakah hasil pengukuran yang didapat melalui item-item tes berkorelasi tinggi dengan konstruk teoritik yang mendasari penyusunan tes tersebut.²⁴ Peneliti menggunakan 30 responden uji coba yaitu santri baru kelas 1 MTs yang ada di asrama.

Teknik yang digunakan dalam uji validitas konstruk adalah teknik korelasi *Product Moment*, dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N (\sum XY) - (\sum x \cdot \sum y)}{\sqrt{N \sum X^2 - (\sum X)^2} \sqrt{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi / tingkat validitas

X : Jumlah skor tiap butir

Y : Jumlah skor tiap responden

N : Jumlah responden.

X^2 : Jumlah kuadrat skor X

Y^2 : Jumlah kuadrat skor Y

XY : Jumlah perkalian skor dan skor setiap responden

Dalam pengolahan data ini, peneliti menggunakan aplikasi untuk membantu proses perhitungan hasil, aplikasi yang digunakan adalah SPSS *Statistic 23*. Data yang didapat dari hasil sebaran kuisioner akan dimasukan dalam SPSS kemudian dihitung secara otomatis.²⁵

²⁴ Ibid, 116.

²⁵ Ibid, 56.

Adapun responden yang digunakan dalam uji coba instrumen penelitian adalah berjumlah 30 responden. Kemudian dilakukan uji dengan item 34 instrumen yang terdiri dari dua variabel yaitu 17 item yang merupakan skala variabel dukungan sosial, dan 17 item dari skala variabel penyesuaian diri.

Valid atau tidaknya suatu instrumen dapat diketahui dengan membandingkan indeks korelasi *product moment* dengan nilai signifikan yang digunakan. Dalam penelitian ini menggunakan nilai signifikan 0,05%. Terdapat kriteria penilaian untuk menentukan uji validitas dengan bantuan SPSS 23, sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan nilai r_{hitung} dan nilai r_{tabel}
 - a) Apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka item kuisisioner tersebut valid.
 - b) Apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka item kuisisioner tersebut tidak valid.
- 2) Berdasarkan nilai Sig. Hasil SPSS
 - a) Jika nilai Sig $< 0,05$, maka item kuisisioner tersebut valid.
 - b) Jika nilai Sig $> 0,05$, maka item kuisisioner tersebut tidak valid.

Tabel 3. 3

Validitas Instrumen Pernyataan Dukungan Sosial

Pernyataan	r Hitung	r Tabel	P / Sig	Keterangan
P1	0,719	0,361	0,000	Valid
P2	0,783	0,361	0,000	Valid
P3	0,412	0,361	0,024	Valid
P4	0,484	0,361	0,007	Valid
P5	0,512	0,361	0,004	Valid
P6	0,407	0,361	0,026	Valid
P7	0,449	0,361	0,013	Valid

P8	0,538	0,361	0,002	Valid
P9	0,668	0,361	0,000	Valid
P10	0,466	0,361	0,009	Valid
P11	0,415	0,361	0,023	Valid
P12	0,499	0,361	0,005	Valid
P13	0,781	0,361	0,000	Valid
P14	0,605	0,361	0,000	Valid
P15	0,505	0,361	0,004	Valid
P16	0,726	0,361	0,000	Valid
P17	0,500	0,361	0,005	Valid

Berdasarkan rekapitulasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwasanya instrument dukungan sosial dinyatakan valid semua dengan jumlah 17 soal.

Tabel 3. 4

Validitas Instrumen Pernyataan Penyesuain Diri

Pernyataan	r Hitung	r Tabel	P/ Sig	Keterangan
P1	0,493	0,361	0,006	Valid
P2	0,648	0,361	0,000	Valid
P3	0,518	0,361	0,003	Valid
P4	0,321	0,361	0,084	Tidak valid
P5	0,450	0,361	0,013	Valid
P6	0,521	0,361	0,003	Valid
P7	0,627	0,361	0,000	Valid
P8	0,346	0,361	0,061	Tidak valid
P9	0,240	0,361	0,202	Tidak valid
P10	0,530	0,361	0,003	Valid
P11	0,378	0,361	0,040	Valid
P12	0,795	0,361	0,000	Valid
P13	0,729	0,361	0,000	Valid
P14	0,615	0,361	0,000	Valid
P15	0,514	0,361	0,004	Valid
P16	0,791	0,361	0,000	Valid
P17	0,741	0,361	0,000	Valid

Berdasarkan rekapitulasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwasanya instrument penyesuaian diri yang valid untuk digunakan pada sampel penelitian sesungguhnya, yaitu yang berjumlah 15 soal. Kemudian 3 soal lainnya yang tidak valid tidak diikutkan pada analisis selanjutnya.

b. Uji Reliabilitas

Azwar menjelaskan, reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran yang dapat dipercaya yaitu ketika dilakukan beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama juga. Dengan demikian, reliabilitas adalah sejauh mana instrumen menghasilkan pengukuran yang relatif sama walaupun dilakukan dalam waktu yang berbeda. Dalam penelitian ini untuk menguji reliabilitas rumus yang digunakan adalah *Alpha Cronbach*. Data ini diperoleh dari satu kali pengujian. Suatu angket dikatakan reliabilitas jika *Cronbach alpa* $> 0,6$.

Tabel 3. 5

Uji Reliabilitas Instrumen Variabel

Variabel	Cronbach's Alpa	Syarat	Keterangan
Dukungan Sosial	0,861	0,6	Reliabel
Penyesuaian Diri	0,860	0,6	Reliabel

Dari keterangan di atas, diketahui bahwa variable instrumen memiliki *Cronbach alpa* $> 0,6$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosional dan penyesuaian diri dalam penelitian ini bersifat

reliabel. Dengan demikian, angket-angket yang digunakan dalam penelitian ini mendapatkan data yang konsisten. Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas serta hasil dari keduanya valid dan reliabel, maka instrumen tersebut dapat digunakan untuk penelitian.

2. Uji Asumsi (uji normalitas dan uji asumsi)

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi. Dalam penelitian uji normalitas dibantu dengan menggunakan program SPSS 23 dengan rumus *kolmogorof smirnof* dengan taraf signifikansi 5%. Sebaran data dikatakan normal jika lebih besar dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$).²⁶

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan sebuah uji yang hasilnya digunakan sebagai penentu untuk menerima atau menolak hipotesis.²⁷ Dalam penelitian ini peneliti menguji hipotesis dengan rumus korelasi *product moment* yang menguji hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent*.

Dalam penelitian ini uji hipotesis digunakan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan kepercayaan diri santri. Kaidah pengajuan hipotesisnya meliputi:

²⁶ Singgih Santoso, *Statistik Multivariat Konsep dan Aplikasi dengan SPSS* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010), 43

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2016), 175.

- 1) Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, yang artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.
- 2) Jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$, maka H_a ditolak dan H_0 diterima, yang artinya tidak adanya hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.

Jika menggunakan bantuan program SPSS V.23 analisis korelasi *product moment* dapat dilakukan dengan uji *correlate-Bivariate*. Kemudian untuk menentukan signifikansi antara variabel X dan Variabel Y harus melakukan pengujian sebagai berikut:

H_a : Ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

H_0 : Tidak Ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Melakukan kriteria pengujian, yaitu:

- 1) Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima dan tidak ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.
- 2) Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima dan ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah berdirinya pondok pesantren

Berdirinya Pondok Pesantren "Al-Islam" yang berlokasi di desa Joresan Kecamatan Mlarak Kabupaten Ponorogo Jawa Timur ini dilatarbelakangi oleh keadaan krisis kualitas kehidupan Islam Indonesia khususnya di Ponorogo pada tahun enam puluhan. Pada masa itu sarana pengembangan kehidupan umat Islam, kaderisasi umat Islam, dan anak-anak putus sekolah sebagai akibat dari keterbelakangan dan kemiskinan yang melingkupi kehidupan sebagian besar masyarakat Ponorogo pada waktu itu, terutama yang tinggal di daerah pedesaan.

Kondisi yang memprihatinkan tersebut menggugah kepedulian para ulama yang tergabung Majelis Wakil Cabang Nahdlatul Ulama (MWC-NU) Kecamatan Mlarak untuk ikut serta memerangi keterbelakangan pendidikan dalam masyarakat. Dalam pertemuan MWC-NU kecamatan Mlarak pada waktu itu diketuai oleh KH. Imam Syafaat, kepedulian tersebut dirumuskan dalam agenda rapat yang membahas tentang pendirian sebuah lembaga pendidikan Islam tingkat menengah di Kecamatan Mlarak.

Kemudian untuk lebih menguatkan tekad dan semangat akan didirikannya lembaga pendidikan Islam tersebut diadakan pertemuan ulang sebanyak dua kali. Yang pertama di rumah KH. Hasbullah desa

Joresan yang bertepatan dengan peringatan Haul Almarhum Kyai Muhammad Thoyyib pendiri desa Joresan. Pertemuan yang kedua di rumah salah satu tokoh NU Mlarak KH. Abdul Karim dari desa Joresan.

Pada pertemuan selanjutnya yakni di rumah KH. Imam Syafaat di desa Gandu Mlarak Ponorogo yang dihadiri oleh tokoh-tokoh Nahdliyyin seperti: KH. Imam Syafaat, KH. Maghfur Hasbullah, KH. Mahfudz Hakiem, BA, Kafrawi, H. Farhan Abdul Qodir, K. Qomari Ridwan, K. Imam Mahmudi, Ibnu Mundzir, Bazi Haidar, K. Markum, Ashmu'i Abdul Qodir, Ahmad Hudlari Ibnu Hajar, dan Hirzuddin Hasbullah, berkat ridlo Allah SWT lahirlah cikal bakal Pondok Pesantren tepatnya pada tanggal 12 Muharram 1386 H bertepatan dengan tanggal 2 Mei 1966 M.

Pada awalnya bernama Madrasah Tsanawiyah "Al-Islam". Kemudian setelah berjalan selama empat tahun, setelah adanya kelas IV akhirnya namanya ditambah dengan Madrasah Tsanawiyah Aliyah "Al-Islam". Dan Alhamdulillah sampai saat ini dengan hampir tiga ribu santri yang datang dari berbagai lapisan masyarakat seluruh Indonesia untuk berkhidmat belajar di Pondok Pesantren tercinta ini. Dalam rangka mempersiapkan generasi yang tangguh dan percaya diri dalam menghadapi hidup dan kehidupan yang sangat banyak cobaan, rintangan dan tantangan yang tidak menentu, serta menerima segala cobaan tersebut dengan sabar, tabah dan tawakal, maka dirumuskan Panca Jiwa, Panca Tujuan dan Asrama Putri Pondok Pesantren "AL-ISLAM".

Asrama Putri Pondok Pesantren “Al-Islam” adalah salah satu sarana yang disediakan Pondok Pesantren “Al-Islam” untuk bermukim dan memperdalam ilmu agama bagi santriwati. Selain ilmu agama, Asrama Putri juga membekali santriwatinya dengan pelajaran tambahan yang berbasis masyarakat dan tetap menjunjung tinggi nilai-nilai religius dan *akhlaq al-karimah*.

Bagi santri yang bermukim di asrama mendapatkan pelajaran tambahan, seperti kajian kitab, *tasyji’ al-lughah* dan bimbingan ibadah amaliyah serta belajar bersama secara intensif. Adapun materi kajian kitab meliputi: Kitab Tauhid, Fiqih, Akhlak, dan Ilmu Alat. Materi-materi tersebut akan didapatkan sesuai tingkatan kelas madrasah diniyah. Sedangkan untuk melatih kefasihan makhraj dan kebenaran tajwid dalam membaca Al-Qur’an, santri diwajibkan mengikuti sorogan Al-Qur’an.

2. Para Tokoh Pendiri

- a. KH. Magfur Hasbullah - Joresan Mlarak Ponorogo
- b. KH. Imam Syafaa t- Gandu Mlarak Ponorogo
- c. KH. Mahfudz Hakiem, BA – Gandu Mlarak Ponorogo
- d. Kafrawi - Joresan Mlarak Ponorogo
- e. H. Farhan Abdul Qodir - Joresan Mlarak Ponorogo
- f. Ibnu Mundzir Abdul Karim - Joresan Mlarak Ponorogo
- g. Bazi Haidar Abdul Karim - Joresan Mlarak Ponorogo
- h. K. Markum - Wonojati Suren Mlarak Ponorogo

- i. Ahmad Hudlori Ibnu Hajar – Joresan Mlarak Ponorogo
 - j. K. Hirzuddin Hasbullah - Joresan Mlarak Ponorogo
 - k. Asmu'i Abdul Qodir - Joresan Mlarak Ponorogo
 - l. Tumiran Ahmadi - Gandu Mlarak Ponorogo
 - m. K. Moh. Qomari Ridwan - Gandu Mlarak Ponorogo
 - n. K. Imam Mahmudi - Bajang Mlarak Ponorogo
 - o. Mohammad Yasa' - Jalen Ngrukem Mlarak Ponorogo
 - p. H. Masruri - Jalen Ngrukem Mlarak Ponorogo
3. Pimpinan Pondok Pesantren
- a. Maghfur Hasbullah-Direktur-1966-1967
 - b. KH. Mahfudz Hakiem, BA-Direktur-1967-1991
 - c. Irhamni Dahlan, BA-PJ Direktur-1991-1992
 - d. H. Zainal Arifin, Lc-Direktur-1992-2003
 - e. Irhamni Dahlan, BA-Direktur-2003-2008
 - f. Drs. H. M. Ali Fikri, M.Pd.I-Direktur-2008-2013
 - g. Drs. H. Usman Yudi, M.Pd.I-Direktur-2013-sekarang
4. Program kegiatan
- a. Kegiatan harian

No.	Waktu	Kegiatan
1.	03.30-04.00	Sholat Malam Berjama'ah
2.	04.00-05.00	Sholat Subuh Berjama'ah
3.	05.00-05.50	Madrasah Diniyah (setoran hafalan bagi santri tahfidz)
4.	05.50-06.15	Sholat Dhuha berjama'ah

5.	06.15-06.30	Makan pagi dan persiapan sekolah
6.	06.30-14.00	Kegiatan Pembelajaran di Sekolah
7.	12.00-14.00	Makan Siang dan Shalat Dhuhur
8.	14.00-15.30	Istirahat
9.	15.30-16.00	Sholat Ashar Berjamaah
10.	16.00-17.00	Ngaji Wetonan (Muroja'ah bagi Santri Tahfidz)
11.	17.00-18.00	Makan Malam
12.	18.00-18.30	Sholat Maghrib Berjamaah
13.	18.30-19.15	Sorogan Al-Qur'an
14.	19.15-19.45	Sholat Isya' Berjamaah
15.	19.45-20.00	Pengembangan kosakata bahasa Arab dan Inggris
16.	20.00-22.00	Belajar bersama (setoran hafalan bagi santri tahfidz)
17.	22.00-03.30	Tidur Malam

b. Kegiatan mingguan

No.	Waktu	Kegiatan
1.	Kamis (18.30-21.30)	Tahlil, Dibaiyyah, Barzanji
2.	Jum'at (20.00-21.00)	Lalaran
3.	Sabtu (20.00-21.00)	Fashohah
4.	Senin (20.00-22.00)	Muhadloroh 4 bahasa
5.	Selasa dan Rabu (20.00-21.00)	Tasyji'ul Lughoh (Arab dan Inggris)

c. Kegiatan bulanan

No.	Waktu	Kegiatan
1.	Jumat (ba'da subuh)	Membaca Asmaul Husna, Olahraga, dan Ro'an.

2.	Jumat Wage	Sima'an Al-Qur'an
3.	Jumat Pon	Sima'an Al-Qur'an bersama Masyarakat Joresan / Ziarah Makam Aulia'
4.	Jumat Legi	Membaca Surat Munjiyat
5.	Jum'at Pahing	Kajian Fiqh

d. Kegiatan tahunan

- 1) Peringatan Hari Besar Islam (Maulid Nabi SAW, Isra' Mi'raj, Nuzulul Qur'an dan Sima'an)
- 2) Peringatan HARLAH Asrama Putri
- 3) Haflah Akhirussanah & Khotmil Qur'an
- 4) Ziarah Wali (2 Tahun Sekali)
- 5) Silaturahmi dengan Wali Santri
- 6) Silaturahmi kepada Masyayikh pondok
- 7) Seminar/Pelatihan

B. Hasil Analisis Data

1. Statistik Deskriptif

Deskripsi data Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam yang diperoleh dari angket yang dibagikan kepada responden. Adapun skor jawaban angket tersebut adalah berupa angka yang diinterpretasikan sehingga mudah dipahami. Sistem pemberian skor menggunakan *skala likert* dengan ketentuan pernyataan positif dan negatif. Ketentuan yang digunakan adalah:

P O N O R O G O

Tabel 4. 1
Skala Likert

Jawaban	Skor pertanyaan	
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

Berdasarkan penyebaran angket, peneliti mencoba menguraikan variabel dukungan Sosial dan penyesuaian diri, sebagai berikut:

a. Dukungan Sosial Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Untuk mendapatkan data mengenai dukungan sosial pada santri, peneliti menggunakan metode penyebaran kuesioner secara langsung menemui responden di kelas-kelas mereka dan membantu menjelaskan kuesioner yang berhubungan dengan kecerdasan emosional dan penyesuaian diri kepada 91 responden. Dalam penelitian ini yang menjadi responden adalah santri yang berusia kelas 1 MTs. Adapun hasil skor angket variabel dukungan sosial, sebagai berikut:

Tabel 4. 2
Hasil Skor Angket Dukungan Sosial

No.	Skor Dukungan Sosial	Frekuensi
1.	33	1
2.	38	2
3.	39	3
4.	40	2
5.	41	3
6.	42	3
7.	43	3
8.	44	4
9.	45	4
10.	46	7
11.	47	7
12.	48	3
13.	49	7
14.	50	7
15.	51	4
16.	52	3
17.	53	4
18.	54	3
19.	55	1
20.	56	3
21.	57	4
22.	58	2
23.	59	1
24.	60	2

25.	61	1
26.	63	3
27.	64	1
28.	67	1
Jumlah		91

Tabel 4. 3

Mean Dan Standar Deviasi Dukungan Sosial

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial	91	33	67	49,37	6,736
Valid N (listwise)	91				

Dari hasil perhitungan data menggunakan program SPSS versi 23 diperoleh deskripsi statistik dengan responden sebanyak 91 santri, dengan demikian dapat digambarkan bahwa pada data statistik didapatkan nilai antara 33 sampai dengan 67, dimana 33 merupakan nilai terendah dan 67 adalah nilai tertinggi. Dari data yang diperoleh nilai *mean* (rata-rata) sebesar 49,37 dan standar deviasi 6,736.

Untuk mendapatkan skor dukungan sosial, maka data akan dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan perhitungan sebagai berikut:

$$1) X \geq \text{Mean} + 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= X \geq 49,37 + 1. 6,736$$

$$= X \geq 56,106$$

$$2) M + 1.\text{Standar Deviasi} > X \geq M - 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= 49,37 + 1. 6,736 > X \geq 49,37 - 1. 6,736$$

$$= 56,106 > X \geq 42,634$$

$$3) X < \text{Mean} - 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= X < 49,37 - 1. 6,736$$

$$= X < 42,634$$

Dapat diketahui bahwa skor lebih dari/sama dengan 56,106 dikategorikan tingkat tinggi, skor antara 42,634 – 56,106 dikategorikan sebagai tingkat sedang dan skor kurang dari 42,634 dikategorikan tingkat rendah. Kategorisasi dan presentase variabel kecerdasan emosional santri pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 4

Kategori Dan Persentase Dukungan Sosial

No.	Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	56,106	Tinggi	15	17%
2	42,634 – 56,106	Sedang	62	68%
3	< 42,634	Rendah	14	15%
Jumlah			91	100%

b. Tingkat Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Untuk mendapatkan data mengenai penyesuaian diri santri, peneliti menggunakan metode penyebaran kuesioner secara langsung menemui responden di kelas-kelas mereka dan membantu menjelaskan kuesioner yang berhubungan dengan dukungan sosial dan penyesuaian diri kepada 91 responden. Dalam penelitian ini yang menjadi responden adalah santri kelas 1 MTs. Adapun hasil skor angket variabel penyesuaian diri, sebagai berikut

Tabel 4. 5
Hasil Skor Angket Penyesuaian Diri

No.	Skor Penyesuaian Diri	Frekuensi
1.	29	1
2.	31	3
3.	32	2
4.	33	4
5.	34	3
6.	35	4
7.	36	3
8.	37	7
9.	38	9
10.	39	9
11.	40	7
12.	41	6
13.	42	9

14.	43	4
15.	44	2
16.	45	3
17.	46	6
18.	47	1
19.	48	3
20.	49	2
21.	51	1
22.	54	2
Jumlah		91

Tabel 4. 6
Hasil Uji Statistik Deskriptif Penyesuaian Diri

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Penyesuaian Diri	91	29	54	40,03	5,130
Valid N (listwise)	91				

Dari hasil perhitungan data menggunakan program SPSS versi 23 diperoleh deskripsi statistic dengan responden sebanyak 91 santri, dengan demikian dapat digambarkan bahwa pada data statistik didapatkan nilai antara 29 sampai dengan 54, dimana 29 merupakan nilai terendah dan 54 adalah nilai tertinggi. Dari data yang diperoleh nilai *mean* (rata-rata) sebesar 40,03 dan standar deviasi 5,130.

Untuk mendapatkan skor penyesuaian diri, maka data akan dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan perhitungan sebagai berikut:

$$4) X \geq \text{Mean} + 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= X \geq 40,03 + 1. 5,130$$

$$= X \geq 45,16$$

$$5) M + 1.\text{Standar Deviasi} > X \geq M - 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= 40,03 + 1. 5,130 > X \geq 40,03 - 1. 5,130$$

$$= 45,16 > X \geq 34,9$$

$$6) X < \text{Mean} - 1.\text{Standar Deviasi}$$

$$= X < 40,03 - 1. 5,130$$

$$= X < 34,9$$

Dapat diketahui bahwa skor lebih dari/sama dengan 45,16 dikategorikan tingkat tinggi, skor antara 34,9 – 45,16 dikategorikan sebagai tingkat sedang dan skor kurang dari 34,9 dikategorikan tingkat rendah. Kategorisasi dan presentase variabel penyesuaian diri santri pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 7

Kategori Dan Persentase Penyesuaian Diri

No.	Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$\geq 45,16$	Tinggi	18	19%
2	34,9 – 45,16	Sedang	37	41%
3	$< 34,9$	Rendah	36	40%
Jumlah			91	100%

2. Statistik Inferensial

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* untuk menguji hubungan antar variabel. Penelitian ini terdiri dari 2 variabel, variabel X (dukungan sosial), dan variabel Y (penyesuaian diri). Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti perlu melakukan uji normalitas terlebih dahulu. Hal ini dilakukan agar mengetahui data setelah melakukan distribusi normal sebelum hipotesis diuji. Berikut adalah hasil perhitungan menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistik 23*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan alat yang digunakan untuk mengukur variabel dependen dan variabel independen agar dapat diketahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan rumus *kolmogorof-smirnov*. Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka data dapat dikatakan berdistribusi normal. Namun, jika sebaliknya yaitu signifikansi kurang dari 0,05 maka data dinyatakan tidak normal.

Tabel 4. 8

Hasil Uji Normalitas

		One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
		DUKUNGAN SOSIAL	PENYESUAIAN DIRI
N		91	91
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49.37	40.03
	Std. Deviation	6.736	5.130
Most Extreme Differences	Absolute	.078	.087

	Positive	.078	.087
	Negative	-.036	-.057
Test Statistic		.078	.087
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.086 ^c

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 4.11 dapat diketahui bahwa nilai *asymp. Sig. (2-tailed)* nya adalah 0,200. Dengan demikian berarti nilai signifikansi data tersebut $> 0,05$, sehingga data tersebut berdistributor normal.

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan ditolak atau diterima. Dalam penelitian ini peneliti menguji hipotesis dengan teknik korelasi *product moment* yang dilakukan menggunakan bantuan SPSS V.23. Kaidah pengajuan hipotesis adalah sebagai berikut:

- Jika signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima.
- Jika signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima.

Tabel 4. 9

Uji Hipotesis

Correlations

		DUKUNGAN SOSIAL	PENYESUAIAN DIRI
DUKUNGAN SOSIAL	Pearson Correlation	1	.671**
	Sig. (2-tailed)		.000

	N	91	91
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	.671**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	91	91

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 4.9 Merupakan *output* spss dari hasil uji hipotesis menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan memperoleh *r* hitung sebesar 0,671 dengan signifikansi sebesar 0,000. Berdasarkan data tersebut dapat dilakukan pengujian hipotesis yang sesuai kaidah. Jika *r* hitung > *r* tabel maka H_a diterima dan H_o ditolak. Jika *r* hitung < *r* tabel maka H_a ditolak dan H_o diterima. Dengan taraf signifikansi 5% maka diperoleh *r* tabel sebesar 0,207, sehingga *r* hitung lebih dari *r* tabel yaitu $0,671 > 0,207$, maka H_a diterima dan H_o ditolak.

Selain dilihat dengan nilai *r* hitung, peneliti juga melihat dengan nilai signifikansi yang didapat lebih besar dari 0,05 yaitu $0,000 < 0,05$. Dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru di asrama putri Pondok Al Islam Joresan.

BAB V

PEMBAHASAN

Dalam penelitian yang dilakukan di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan ini, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam terkait hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan. Berikut penjelasan yang dipaparkan oleh peneliti berdasarkan penelitian yang dilakukan:

1. Tingkat Dukungan Sosial Pada Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Dukungan sosial merupakan hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi maupun bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai. Santri baru pasti membutuhkan dukungan dari orang-orang sekitarnya ketika ia mengalami masalah atau persoalan di pondok pesantren.

Di paparkan dalam teori House Schaefer²⁸, yaitu: a. Dukungan emosional adalah suatu bentuk dukungan yang diekspresikan melalui empati, perhatian, kasih sayang dan kepedulian terhadap individu lain. Bentuk dukungan ini dapat menimbulkan rasa nyaman, perasaan dilibatkan dan dicintai pada individu yang bersangkutan. Dukungan ini juga meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah

²⁸ Ibid, 16

orang lain. b. Dukungan penghargaan adalah suatu bentuk dukungan yang terjadi melalui ekspresi seseorang dengan menunjukkan suatu penghargaan positif terhadap individu, dukungan atau persetujuan tentang ide-ide atau perasaan dari individu tersebut dan perbandingan positif dari individu dengan orang lain yang keadannya lebih baik atau lebih buruk. Bentuk dukungan ini bertujuan untuk membangkitkan perasaan berharga atas diri sendiri, kompeten dan bermakna. c. Dukungan instrumental adalah bentuk dukungan langsung yang diwujudkan dalam bentuk bantuan material atau jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis. Contoh dukungan ini seperti pinjaman atau sumbangan uang dari orang lain, penyediaan layanan penitipan anak, penjagaan dan pengawasan rumah yang ditinggal pergi pemiliknya dan lain sebagainya yang merupakan bantuan nyata berupa materi atau jasa. d. Dukungan informasi adalah suatu dukungan yang diungkapkan dalam bentuk pemberian nasehat/saran, penghargaan, bimbingan/pemberian umpan balik, mengenai apa yang dilakukan individu, guna untuk memecahkan masalah yang dihadapi. e. Dukungan jaringan sosial yaitu yang berasal dari jaringan ini merupakan bentuk dukungan dengan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok serta berbagi dalam hal minat dan aktivitas sosial.

Dari hasil penelitian teori tersebut dikuatkan oleh kajian terdahulu, yaitu dari skripsi yang ditulis oleh Silvia Qotrun Nada, 2021, dengan judul skripsi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Baru Pondok Pesantren Roudhatul Muta'alimat 3 Jabon Sidoarjo, skripsi ini diajukan

kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Strata Satu Sarjana Psikologi (S.Psi). Santri baru yang memasuki lingkungan baru, dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik. Jika santri baru mampu menyesuaikan dirinya maka akan mudah untuk menempatkan diri di dalam lingkup masyarakat. Maka dari itu salah satu yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk : (1) menjelaskan tingkat dukungan sosial pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo, (2) menjelaskan tingkat penyesuaian diri pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo, (3) menjelaskan pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada santri baru Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif jenis korelasi yang dilakukan di Pondok Pesantren Roudhotul Muta'allimat 3 Jabon Sidoarjo²⁹.

Hasil dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan. Penelitian ini juga menemukan bahwa santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan memiliki skor kategorisasi dukungan sosial yang tinggi dan penyesuaian diri berada pada kategori sedang. Ini dapat terjadi karena banyak subjek yang mendapatkan dukungan sosial sehingga mampu memberikan dampak kepada

²⁹ Ibid, 12

penyesuaian diri pada santri baru. Walaupun dampaknya tidak besar tetapi secara tidak langsung memang dukungan sosial santri yang lain memberikan dukungan yang membuat santri baru mendapatkan penyesuaian diri pada yang lain. Perlu diketahui juga bahwa seiring dengan berkembangnya waktu banyak sekali faktor-faktor lain yang menjadi pengaruh timbulnya penyesuaian diri, dengan demikian dukungan sosial bukanlah satu-satunya faktor atau yang mendasari timbulnya penyesuaian diri santri baru.

2. Tingkat Penyesuaian Diri Pada Santri Baru di Pondok Pesantren Al-Islam

Penyesuaian diri merupakan proses yang terjadi secara terus menerus yang dilakukan oleh seseorang dengan dirinya sendiri kepada orang lain, serta lingkungannya untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan rasa frustrasi sehingga tercipta suatu hubungan yang serasi antara dirinya dengan lingkungan.

Dipaparkan dalam teori Runyon dan Haber³⁰ menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima karakteristik sebagai berikut: 1). Persepsi terhadap realita yaitu pemahaman individu terhadap realita berbeda-beda, meskipun realita yang dihadapi adalah sama. Meskipun memiliki persepsi yang berbeda dalam menghadapi realita, tetapi individu dengan penyesuain diri yang baik memiliki persepsi yang objektif, yaitu bagaimana orang mengenali konsekuensi dan tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai dengan konsekuensi tersebut. 2). Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres yaitu pada dasarnya setiap individu tidak senang bila mengalami tekanan, umumnya mereka menghindari hal-hal yang menimbulkan

³⁰ Ibid, 21

tekanan, mereka menyenangi pemenuhan kepuasan yang dilakukan segera. Namun individu yang mampu menyesuaikan diri, tidak selalu menghindari tekanan mereka justru belajar untuk mentoleransi tekanan yang dialami dan dapat menunda kepuasan selama diperlukan demi tujuan yang lebih penting. 3). Mempunyai gambaran diri yang positif yaitu pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Hal tersebut mengarah pada apakah individu bisa melihat dirinya secara harmonis atau sebaliknya, dia melihat adanya berbagai konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang banyak melihat pertentangan dalam dirinya bisa menjadi indikasi adanya kekurangmampuan dalam penyesuaian diri. 4). Kemampuan untuk mengekspresikan emosi dengan baik yaitu salah satu ciri individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik memiliki kehidupan emosi yang sehat. Individu tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosi tersebut dalam lingkup yang luas. Orang yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap dibawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sebaliknya, penyesuaian diri yang buruk ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mengekspresikan emosi secara berlebihan. 5). Memiliki hubungan interpersonal yang baik yaitu individu dikatakan memiliki hubungan interpersonal yang baik apabila individu mampu menjalin hubungan yang dekat dengan lingkungan sosialnya, mempunyai kemampuan dan merasa nyaman dalam berinteraksi dalam lingkungan tersebut. Individu merasa senang apabila disukai dan dihormati oleh

individu lain, ia akan merasakan suatu kebahagiaan dengan membuat individu lain nyaman atas kehadirannya. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial.

Dari pemaparan teori tersebut dikuatkan oleh jurnal psikologika yang ditulis oleh Andiani Ekanita, Dhian Riskiana Putri, 2019, dengan judul Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTs) Pondok Pesantren Di Sukoharjo, Penyesuaian diri yang baik dapat terjadi jika seorang individu mendapat dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang terdekat. Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain.³¹

Dari penelitian dan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri pada santri baru di Asram Putri Pondok Pesantren Al-Islam juga di pengaruhi oleh dukungan sosial. Penyesuaian diri pada individu tidak hanya terjadi saat berinteraksi dengan Tuhan, lingkungan dan orang disekitarnya, akan tetapi juga berhubungan dengan dirinya sendiri. Penyesuaian pada diri sendiri ini diantaranya dengan memenuhi semua kebutuhannya seperti fisiologis. Seseorang individu dikatakan dapat menghargai diri sendiri diantaranya juga mampu memperhatikan kesehatannya dan mencari bekal untuk kehidupan yang akan datang.

³¹ Ibid, 14

3. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti akan menjelaskan gambaran hasil penelitian pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Tricahyani & Wideasavitri yang menjelaskan bahwa terjadinya peningkatan pada nilai variabel dukungan sosial, maka terjadi peningkatan pula pada nilai variabel penyesuaian diri, begitu pun sebaliknya³². Smet berpendapat apabila individu merasa mendapatkan dukungan oleh lingkungan disekitarnya, maka segala sesuatu akan dapat dihadapi lebih mudah ketika mengalami suatu kejadian yang menekan. Sebaliknya, apabila individu kurang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan disekitarnya, maka individu cenderung akan menimbulkan perasaan kesepian dan kehilangan yang juga dapat mengganggu proses penyesuaian diri³³.

Dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam. Penelitian ini juga menemukan bahwa santri baru di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan memiliki skor kategorisasi dukungan sosial yang tinggi dan penyesuaian diri berada pada kategori sedang. Ini dapat terjadi karena banyak

³² Fitniwillis Fitniwillis and Dania Rachma Aaqilah, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas VIII', *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7.1 (2024), 454–59

³³ M A Kafi, P A Raihana, and S Psi, 'Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri', 2023, 1–13

subjek yang mendapatkan dukungan sosial sehingga mampu memberikan dampak kepada penyesuaian diri pada santri baru. Walaupun dampaknya tidak besar tetapi secara tidak langsung memang dukungan sosial santri yang lain memberikan dukungan yang membuat santri baru mendapatkan penyesuaian diri pada yang lain. Perlu diketahui juga bahwa seiring dengan berkembangnya waktu banyak sekali faktor-faktor lain yang menjadi pengaruh timbulnya penyesuaian diri, dengan demikian dukungan sosial bukanlah satu-satunya faktor atau yang mendasari timbulnya penyesuaian diri santri baru.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian tersebut peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Tingkat dukungan sosial pada santri baru Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam sebagian besar berada di kategori sedang. Ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh, yaitu sebesar 15% pada kategori rendah dengan jumlah frekuensi 14 santri, sebesar 68% santri pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 62 santri, dan 17% santri pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 15 santri.
2. Tingkat penyesuaian diri pada santri baru Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Joresan sebagian besar berada kategori sedang. Ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh, yaitu sebesar 40% pada kategori rendah dengan jumlah frekuensi 36 santri, sebesar 37% santri pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 37 santri, dan 19% santri pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 18 santri.
3. “Ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri baru Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam”. Hal ini ditunjukkan sesuai hasil uji regresi sederhana dengan nilai r_{hitung} sebesar 0,671. Jika dibandingkan dengan nilai r_{tabel} 0,207 maka r_{hitung} 0,671 \geq r_{tabel} 0,207, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat pengaruh positif signifikan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Artinya jika dukungan sosial pada santri baru berjalan baik dan mengalami peningkatan, maka semakin besar pula

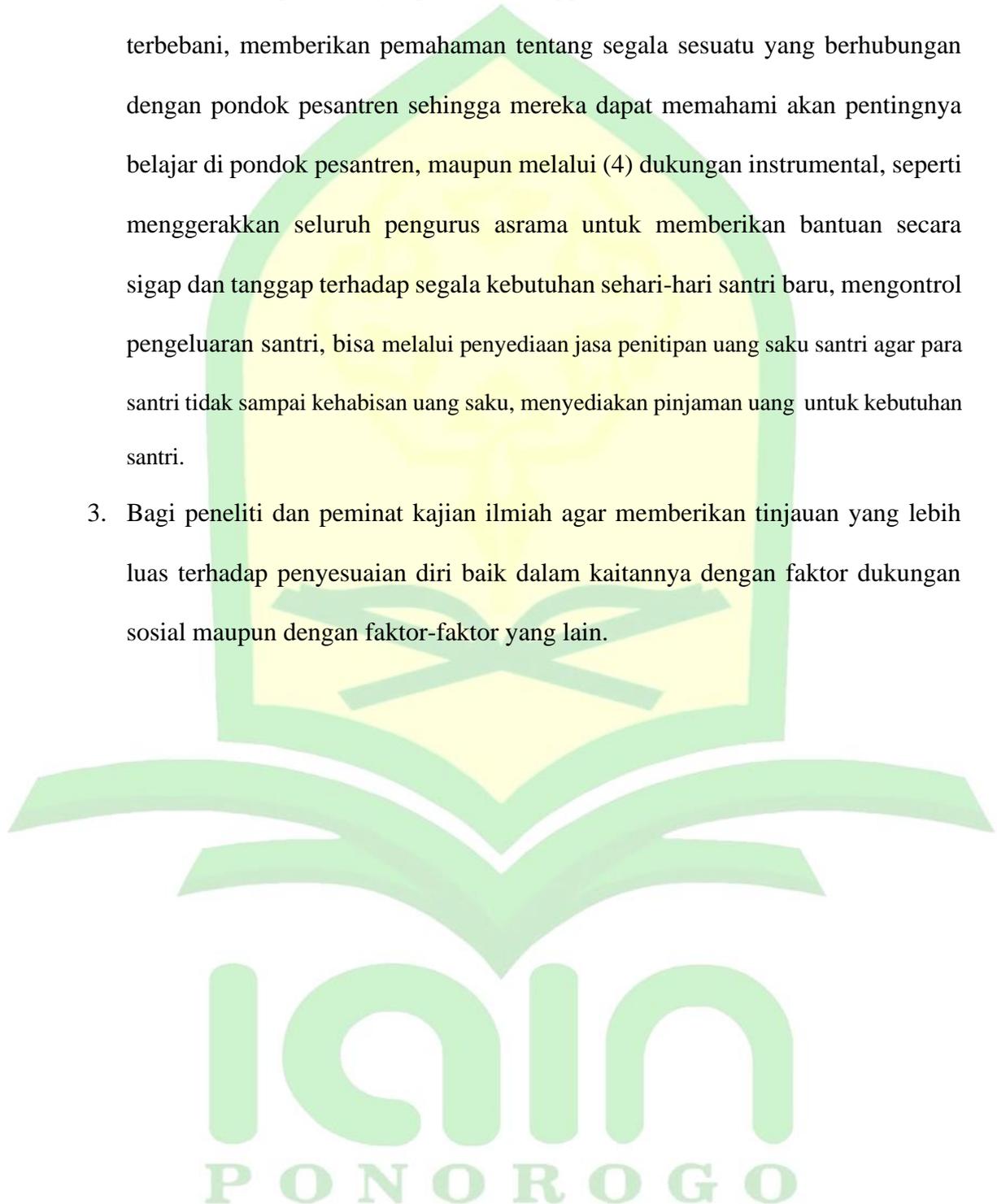
tingkat penyesuaian diri santri tersebut.

B. Saran

1. Bagi santri agar dapat meningkatkan dukungan sosial terhadap sesama santri baik melalui (1) dukungan emosional, seperti saling peduli, saling mendukung keputusan-keputusan yang diutarakan, saling memberikan perhatian terhadap sesama santri baru ketika mendapatkan musibah, (2) dukungan penghargaan, seperti memberikan pujian atas prestasi yang diperoleh oleh teman di kelas sekecil apapun itu, tidak merendahkan dan meremehkan sesama teman kelas apabila ada yang mengalami kesulitan memahami materi, (3) dukungan informatif, seperti saling memberikan saran dan nasehat akan segala keputusan yang mereka ambil, memberi teguran ketika ada teman yang berbuat salah, maupun melalui (4) dukungan instrumental, seperti membantu memberikan pemahaman materi ketika ada tugas yang tidak dipahami, saling tolong menolong terhadap teman yang membutuhkan bantuan, mau meminjamkan uang ketika ada teman yang membutuhkan.
2. Bagi pengurus asrama agar mengoptimalkan pemberian dukungan sosial terhadap santri baru, baik melalui (1) dukungan emosional, seperti sering memberikan motivasi, melakukan pendekatan-pendekatan terhadap santri baru sehingga mereka tidak merasa kesepian dan memiliki tempat curhat untuk menuangkan masalah yang mereka alami, (2) dukungan penghargaan, seperti memberikan hadiah terhadap warga asrama yang mendapatkan prestasi, dan memberikan semangat terhadap warga lain yang belum mendapatkan juara, (3) dukungan informatif, seperti memberikan arahan dan masukan-masukan terhadap santri baru yang mengalami kesulitan, memberikan perhatian penuh

terhadap santri baru yang masih belum mampu menyesuaikan diri dengan baik, selalu memberikan teguran dan nasehat terhadap santri baru yang melakukan kesalahan dengan cara yang halus sehingga mereka tidak merasa tertekan dan terbebani, memberikan pemahaman tentang segala sesuatu yang berhubungan dengan pondok pesantren sehingga mereka dapat memahami akan pentingnya belajar di pondok pesantren, maupun melalui (4) dukungan instrumental, seperti menggerakkan seluruh pengurus asrama untuk memberikan bantuan secara sigap dan tanggap terhadap segala kebutuhan sehari-hari santri baru, mengontrol pengeluaran santri, bisa melalui penyediaan jasa penitipan uang saku santri agar para santri tidak sampai kehabisan uang saku, menyediakan pinjaman uang untuk kebutuhan santri.

3. Bagi peneliti dan peminat kajian ilmiah agar memberikan tinjauan yang lebih luas terhadap penyesuaian diri baik dalam kaitannya dengan faktor dukungan sosial maupun dengan faktor-faktor yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Alnadi, Asmalia, and Citra Ayu Kumala Sari, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera Di Uin Sayyid Ali Rahmatullah', *Proyeksi*, 16.2 (2021), 153
<<https://doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>>
- Aprilia, Namira Salsabila, and Nono Hery Yoenanto, 'Pengaruh Regulasi Emosi Dan Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi', *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2.1 (2022), 19–30 <<https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31924>>
- Assagaf, Syarifah Masraini, Rilla Sovitriana, and Evi Nilawati, 'Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Di Panti Sosial Jakarta', *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5.1 (2021), 39–42
- Atiyah, Kanzul, Abd. Mughni, and Nur Ainiyah, 'Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja', *Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 2.2 (2020), 42–51
<<https://doi.org/10.35316/maddah.v2i2.844>>
- Ekanita, Andiani, and Dhian Riskiana Putri, 'Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren Di Sukoharjo', *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24.2 (2019), 149–54
<<https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5>>

- Fitniwillis, Fitniwillis, and Dania Rachma Aaqilah, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas VIII', *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7.1 (2024), 454–59 <<https://doi.org/10.54371/jiip.v7i1.3586>>
- Hasanuddin, Khairuddin, 'Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Negeri 2 Binjai', *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11.1 (2021), 60–71
- Imaidah, Cahya Putri, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren "X"', *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 15.2 (2022), 100 <<https://doi.org/10.30587/psikosains.v15i2.4524>>
- Kafi, M A, P A Raihana, and S Psi, 'Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri', 2023, 1–13 <<https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/116432>>
- Maimunah, Siela, 'Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8.2 (2020), 275 <<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4911>>
- Nishfi, Siti Lailatin, and Agustin Handayani, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang', *Journal of Psychological Perspective*, 3.1 (2021), 23–26 <<https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>>
- Nurmala, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Pondok Pesantren Ummu Sulaim Pekanbaru', 3 (2015), 13–42

<<https://repository.uin-suska.ac.id/20074/3/3. ABSTRAK.pdf>>

Qo, D, 'Faktor Dukungan Sosial', *Dukungan Sosial*, 2020, 13–32

<http://www.nikkei.com/article/DGXNASFB0705B_X00C13A2L01000/>

Saputro, Yusup Adi, and Rini Sugiarti, 'Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Siswa SMA Kelas X', *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5.1 (2021), 59

<<https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>>

Sepfitri, Neta, 'Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MAN 6 Jakarta', *Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2015, 40–41

Siswa, Pada, Kelas X Sma, and Negeri Pematang, '[Volume 01 Nomor 01 (Agustus) (2023) Faktor Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas x Sma Negeri 2 Pematang', 01 (2023), 401–10

Udzma, Indy Maziyatun, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Pondok Pesantren Hasyim Asy'ari Tarub Tegal', *Https://Eprints.Walisongo.Ac.Id*, 2020, 61

<https://eprints.walisongo.ac.id/15273/1/1507016070_Indy Maziyatun Udzma_Full Skripsi - Sabit Akdami.pdf>

Widiantoro, Didik, Sigit Nugroho, and Yanwar Arief, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4.1 (2019), 1–14

<<https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>>