



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (print) || ISSN 2541-2787 (online)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Research Based Article

Pengembangan Instrumen Penyesuaian Diri Remaja

Deasy Yunika Khairun¹, Ibrahim Al Hakim²

^{1,2} Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

Article History

Received: 22.02.2022
Received in revised form:
29.04.2022
Accepted: 23.05.2022
Available online: 14.07.2022

ABSTRACT

INSTRUMENTS DEVELOPMENT OF ADOLESCENT ADJUSTMENT. The research aims to produce a product in the form of a questionnaire instrument or self-adjustment questionnaire. The product is designed as a tool to identify self-adjustment. The method used is Research and Development. The purpose of research and development is to produce a particular product and test the effectiveness of a product. The stages of developing adolescent self-adjustment instruments are (1) potential problems, data collection, (3) product design, (4) design validation, and (5) usage trials. The results of the trial using the adolescent self-adjustment instrument with 62 statement items resulted in 40 items being declared valid and 22 items being declared invalid.

KEYWORDS: Questionnaire, Self-Adjustment, Teenager.

DOI: 10.30653/001.202262.183



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2022 Deasy Yunika Khairun, Ibrahim Al Hakim.

PENDAHULUAN

Fuhrahman (Hasmayni, 2014) mendefinisikan *self-adjustment* adalah interaksi individu yang berkelanjutan dengan diri individu itu sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Siswa disebut memiliki *well self-adjustment* ketika dirinya dapat melakukan adaptasi secara baik, mempunyai cara pandang yang akurat terhadap kenyataan hidup, mempunyai deskripsi atau profil positif, dapat menunjukkan apa yang dirasa secara tepat, dan dapat melakukan hubungan interpersonal yang baik. Permasalahan *self-adjustment* terjadi ketika individu tidak dapat menyelesaikan permasalahannya dan melakukan respon yang tidak baik, dan keadaan emosi yang tidak baik.

Permasalahan umum *self-adjustment* meliputi percaya diri yang rendah sebagai dampak ketidakmampuan dalam berinteraksi, berpikir tidak rasional yang berdampak pada pertimbangan seseorang sebelum dirinya berperilaku dan sulit menerima pendapat dari orang lain yang berdampak pada sulitnya untuk menerima saran yang diberikan oleh orang lain, dan sulitnya seseorang melakukan penyesuaian diri pada tugas-tugas akademik (Pritaningrum & Hendriani, 2013).

¹ Corresponding author's address: Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Jl. Raya Palka No.Km 3, Panancangan, Kec. Cipocok Jaya, Kabupaten Serang, Banten 42124, Indonesia. Email: ibrahimhakim@untirta.ac.id

Masalah penyesuaian diri yang muncul seperti rendahnya kepercayaan diri peserta didik dapat dilihat peserta didik tidak dapat mengemukakan pendapat, ketidakmampuan siswa menyesuaikan diri dengan guru dapat dilihat siswa tidak dapat menyesuaikan gaya belajar siswa dengan gaya mengajar guru, belum mampu memahami teman sebayanya dapat dilihat siswa tidak mengerti apa yang sedang dirasakan dan dibutuhkan temannya (Kumalasari & Ahyani, 2012). Rendahnya tingkat kepercayaan diri membuat siswa tidak mampu berinteraksi secara baik.

Angket atau kuesioner merupakan instrumen yang dapat digunakan dalam proses identifikasi penyesuaian diri remaja. Angket merupakan sekumpulan daftar pernyataan atau pertanyaan yang ditulis dan memerlukan jawaban tertulis (Wade & Tavris, 2017). Tujuan disusunnya kuesioner adalah menghimpun informasi-informasi dari responden. Informasi-informasi yang dimaksud sesuai dengan variable atau tujuan data yang ingin digali dari responden (Bisri & Ichsan, 2015).

Pertanyaan-pertanyaan di dalam kuesioner terdiri dari pertanyaan yang tertutup, pertanyaan yang terbuka, pertanyaan yang semi terbuka, dan pertanyaan yang terbuka (Rusilowati, 2013). Berikut penjelasan masing-masing jenis kuesioner:

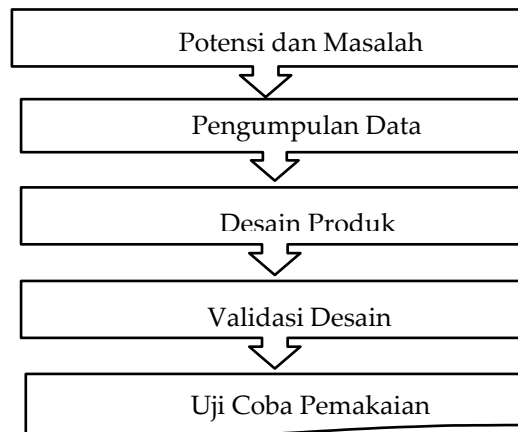
- a. Angket yang terbuka (*opened questionnaire*): jenis kuesioner yang item pertanyaannya memberikan keleluasaan kepada responden untuk menjawabnya.
- b. Angket yang tertutup (*closedquestionnaire*): jenis kuesioner yang item pertanyaannya tidak memberikan keleluasaan kepada responden untuk menjawabnya.
- c. Angket yang semi terbuka (*semi openedquestionnaire*): jenis kuesioner yang item pertanyaannya merupakan pertanyaan tertutup yang kemudian dilanjutkan dengan pertanyaan yang terbuka.

Berdasarkan latar belakang di atas, pengembangan instrumen angket atau kuesioner penyesuaian diri remaja sangat penting dilakukan. Diperlukan instrumen identifikasi yang tepat untuk mengungkap penyesuaian diri remaja. Untuk menghasilkan instrumen yang baik tidak terlepas dari tahapan-tahapan sistematis ketika mengembangkan sebuah instrumen. Dalam upaya menghasilkan instrumen yang baik, peneliti tertarik untuk mengembangkan instrumen penyesuaian diri remaja sesuai dengan tahapan-tahapan baku dan prosedural.

METODE

Pendekatan Penelitian

Metode yang dipakai pada penelitian adalah *Research and Development*. Tujuan *research and development* adalah penelitian yang memberikan sumbangsi *output* sebuah luaran tertentu dan menguji tingkat efektivitas dari luaran yang dihadirkan tersebut (Sugeng, 2007). Luaran yang dihasilkan dalam penelitian adalah sebuah instrumen kuesioner atau angket tentang penyesuaian diri pada tahap perkembangan usia remaja (Purwoko, et al., 2021). Instrumen kuesioner atau angket penyesuaian diri yang telah final nantinya akan dipakai oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengidentifikasi siswa SMA atau remaja.



Gambar 1. Bagan Tahapan-Tahapan Research and Development

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian yaitu siswa kelas X SMA Negeri 1 Petir pada tahun ajaran 2019/2020 yang berjumlah 189 siswa. Karakteristik dari populasi penelitian adalah remaja berusia 15-18 tahun. Berikut rincian populasi penelitian yang terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	IPA 1	18
2	IPA 2	19
3	IPA 3	19
4	IPA 4	19
5	IPA 5	19
6	IPS 1	19
7	IP2 2	19
8	IPS 3	19
9	IPS 4	19
10	IPS 5	19
Jumlah		189

Jumlah sampel penelitian adalah 30 siswa yang merupakan sasaran pengujian uji coba instrument *self-adjustment* remaja. Adapun penentuan dan teknik sampling pada penelitian adalah *simple random sampling*. Teknik sampling ini adalah teknik pemfilteran sampel dari anggota populasi dengan teknik random. Teknik sampling ini dilakukan tanpa melihat karakteristik tertentu atau strata pada populasi. *Simple random sampling* dilakukan dengan mengundi, memilih nomor dari daftar nomor secara random.

Metode Pengumpulan Data

Teori yang dipakai pada perancangan instrumen kuesioner atau angket tentang *self-adjustment* remaja adalah teori tentang *self-adjustment* remaja (Desmita, 2012). Penyesuaian diri terdiri dari dari empat aspek, yaitu (1) *emotional maturity*, (2) *intellectual maturity*, (3) *social maturity*, dan (4) *responsibility*.

Analisis Data

Data dianalisis dengan menggunakan bantuan *Microsoft Excel* dengan rumus *pearson correlation*. Kemudian dilakukan perbandingan hasil *r* hitung dengan *r* table setelah

diperoleh nilai *pearson correlation*. Item kuesioner dinyatakan valid ketika r hitung $>$ r table. Taraf signifikansi yang digunakan oleh peneliti adalah 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini berfokus pada proses dan hasil yang berupa produk instrument angket atau kuesioner penyesuaian diri remaja. Berikut proses pengembangan yang dilakukan:

Potensi dan Masalah

Spielberger (Mubarak, 2012) memakai kata *adaptation* yang merujuk pada konsep perubahan yang relatif stabil pada diri seseorang atau sekelompok orang sebagai respon dari tuntutan lingkungan. Perilaku seseorang tersebut merupakan sebuah proses yang dapat membantu membangun kecocokan diri dengan lingkungan. *Self-adjustment* secara umum memiliki beberapa jenis sebagai berikut:

- 1) Asimilasi: seseorang yang melakukan perubahan sesuai dengan tuntutan lingkungannya.
- 2) Separasi: seseorang yang mengubah lingkungannya supaya sesuai dengan keinginan dirinya. Apabila individu resisten maka dirinya akan cenderung menjauh dari lingkungannya.
- 3) Akulturasi: seseorang yang telah menemukan kecocokan antara dirinya dan lingkungannya atau biasa disebut *well adapted*.

Hubungan yang baik terbentuk dari *well self-adjustment* dengan keadaan atau kondisi yang baru (Ningrum, 2013). Seseorang akan merasakan kebahagiaan atau kepuasan pada diri dan lingkungannya ketika dirinya berhasil melakukan *Self-Adjustment*. Keseimbangan psikologis didapat dari kemampuan diri dalam melepaskan hambatan-hambatan yang sedang dialami ataupun permasalahan hidup. *Self-adjustment* yang dilakukan individu dilakukan secara normative supaya tidak menimbulkan permasalahan lebih lanjut. Kemampuan individu untuk melakukan *self-adjustment* yang normatif adalah faktor yang menentukan apakah dirinya dapat melaksanakan *self-adjustment* yang baik atau sebaliknya pada lingkungannya.

Siswa belum mampu menguasai tugas-tugas *self-adjustment* pada dirinya. Permasalahan-permasalahan yang dialami siswa terkait *self-adjustment* berdasarkan data hasil pengadministrasian Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) di SMA Negeri 1 Petir diantaranya pengendalian emosi yang belum baik (2.04%), kemandirian diri yang masih kurang (2.89%), tanggung jawab terhadap diri yang masih kurang (2.57%), dan pengenalan sekolah atau lingkungan baru yang masih kurang (2.14%).

Dampak-dampak negatif akan terjadi apabila seorang individu tidak mampu melakukan *self-adjustment* dalam kehidupannya (Nuryani, 2019). Salah satunya adalah dampak pada prestasi belajar siswa. Prestasi belajar siswa adalah suatu perubahan dalam kecakapan perilaku atau kemampuan yang masih dapat berkembang dalam kurun waktu tertentu. Prestasi belajar tidak dipengaruhi oleh pertumbuhan, melainkan dipengaruhi oleh situasi belajar. *Self-adjustment* adalah pengertian secara spesifik dari kecakapan perilaku seseorang. Selain dampak prestasi belajar, *self-adjustment* berdampak pada stress. Stress terjadi ketika seorang individu merasa tertekan secara fisik dan psikologis karena dirinya gagal dalam mencapai tuntutan-tuntutan di dalam kehidupannya. Seorang

individu menganggap tuntutan internal atau eksternal sebagai suatu kondisi yang membahayakan bagi dirinya karena ketidakmampuan dalam melampauinya.

Pengumpulan Data

Teori dari Desmita (2012) adalah teori yang digunakan sebagai dasar pengembangan instrumen angket *self-adjustment* remaja. Aspek-aspek dalam *self-adjustment* adalah (1) *emotional maturity*, (2) *intellectual maturity*, (3) *social maturity*, (4) *responsibility*.

Emotional Maturity: adalah kemampuan seseorang dalam memberikan respon yang baik atau tidak menunjukkan gangguan emosional ketika mengalami stimulus emosional yang tidak baik. *Emotional maturity* dapat dikatakan baik apabila respon perasaannya stabil ketika dihadapkan paa permasalahan. Individu tersebut dapat membuat keputusan yang baik dan dapat berperilaku sebagai hasil pemikiran yang matang dan tidak bergantung pada perubahan suasana hati yang seringkali berubah. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *emotional maturity* yang baik adalah a) *Stability of emotional life athmosfere*, b) *Stability of the athmosfere of life together with others*, c) *Ability to relax, be happy and express annoyance*, d) *Attitudes and feelings towards one's own abilities and reality*.

Intellectual Maturity: adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan nalar dan logika ketika dihadapkan dalam permasalahan, memiliki pertimbangan yang baik sebelum mengambil keputusan, mengambil keputusan secara efektif dan efisien. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *intellectual maturity* yang baik adalah a) *Ability to achieve self insight*, b) *Ability to understand other people and their diversity*, c) *Decision making ability*, d) *Openness in knowing the environment*.

Social Maturity: keterampilan dalam memelihara diri dan kemampuan berpartisipasi dalam aktivitas kelompok pada lingkungan sosial.. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *social maturity* yang baik adalah a) *Familiarity in association*, b) *Willingness to cooperate*, c) *Leadership Ability*, d) *Attitude and Tollerance*.

Responsibility: kesadaran seseorang bahwa perilaku yang dilakukannya adalah perbuatan yang baik atau sebaliknya. Seseorang yang mampu bertanggung jawab artinya dirinya memiliki kesadararan akan kewajiban dirinya sebagai manusia. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *responsibility* yang baik adalah a) *Productive in self-development*, b) *Awareness of ethics and honest living*, c) *Seeing behavior in terms of consequences on the basis of a value system*, d) *Ability to act independently*.

Desain Produk

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Self-Adjustment Sebelum Uji Coba

Indikator	Subindikator	No Item	No Item	Jumlah
		(+)	(-)	
<i>Emotional Maturity</i>	a. <i>Stability of emotional life athmosfere</i>	1,19	36,5	4
	b. <i>Stability of the athmosfere of life together with others</i>	37,2	20,39	4
	c. <i>Ability to relax, be happy and express annoyance</i>	55,21	3,38	4
	d. <i>Attitudes and feelings towards one's own abilities and reality</i>	4,40	22,6	4
<i>Intellectual Maturity</i>	a. <i>Ability to achieve self-insight</i>	57,7	41,23	4

Indikator	Subindikator	No Item	No Item	Jumlah
		(+)	(-)	
	<i>b. Ability to understand other people and their diversity</i>	24,8	42,56	4
	<i>c. Decision making ability</i>	10,25	43,27	4
	<i>d. Openness in knowing the environment</i>	44,9	26,58	4
	<i>Social Maturity</i>			
	<i>a. Familiarity in association</i>	11,35	45,28	4
	<i>b. Willingness to cooperate</i>	12,34	29,46	4
	<i>c. Leadership Ability</i>	47,30	33,13	4
	<i>d. Attitude and Tolerance</i>	48,31	14,32	4
<i>Responsibility</i>	<i>a. Productive in self-development</i>	59,49	15,61	4
	<i>b. Awareness of ethics and honest living</i>	50,62	16,52	4
	<i>c. Seeing behavior in terms of consequences on the basis of a value system</i>	51,17	60	3
	<i>d. Ability to act independently</i>	53,18	54	3
Jumlah				62

Validasi Desain

Construct validity adalah mengukur sejauh mana sebuah instrumen berdasar pada sebuah teori (Yusuf, 2003). Proses *construct validity* dilakukan oleh *judgement expert* dalam bidang bimbingan dan konseling. Adapun hasil yang didapat untuk perbaikan instrumen penelitian yaitu:

- 1) Penggunaan bahasa yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan remaja
- 2) Mengganti kata-kata yang memungkinkan responden menerima dua penafsiran
- 3) Mengganti kata-kata yang rancu menjadi lebih spesifik.

Uji Coba Pemakaian

Content validity adalah validitas yang mengukur kesahihan dan menyatakan tingkat representatif dari setiap aspek di dalam sebuah instrumen (Yusuf, 2003). Dalam melakukan uji validitas isi, peneliti melakukan uji coba instrumen kepada 30 siswa.

Berdasarkan validitas instrumen didapat item pertanyaan tidak valid berjumlah 22 item dan item pertanyaan valid berjumlah 40 item. Maka item tidak valid dianggap gugur dan tidak dipergunakan dalam pengambilan sampel. Berikut adalah kisi-kisi valid setelah uji coba:

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen *Self-Adjustment* Setelah Uji Coba

Indikator	Subindikator	No Item	No Item	Jumlah
		(+)	(-)	
<i>Emotional Maturity</i>	<i>a. Stability of emotional life athmosfere</i>	1,14		2
	<i>b. Stability of the athmosfere of</i>	24,2		2

Indikator	Subindikator	No Item	No Item	Jumlah
		(+)	(-)	
	<i>life together with others</i>			
	c. <i>Ability to relax, be happy and express annoyance</i>	35	25	2
	d. <i>Attitudes and feelings towards one's own abilities and reality</i>	3,26	15	3
Intellectual Maturity	a. <i>Ability to achieve self insight</i>	4		1
	b. <i>Ability to understand other people and their diversity</i>	16,5	36	3
	c. <i>Decision making ability</i>	7,12	27,18	4
	d. <i>Openness in knowing the environment</i>	28,6		2
Social Maturity	a. <i>Familiarity in association</i>	8,23	29,19	4
	b. <i>Willingness to cooperate</i>	9,22		2
	c. <i>Leadership Ability</i>	30	10	2
	d. <i>Attitude and Tolerance</i>	31,20	11,21	4
Responsibility	a. <i>Productive in self-development</i>	37,32	39	3
	b. <i>Awareness of ethics and honest living</i>	40	12	2
	c. <i>Seeing behavior in terms of consequences on the basis of a value system</i>	33,13	38	3
	d. <i>Ability to act independently</i>		34	1
	Jumlah			40

SIMPULAN

Instrumen penyesuaian diri remaja yang dikembangkan melewati tahapan-tahapan baku, yaitu desain produk, validasi desain, dan uji coba pemakaian. Aspek-aspek yang digunakan sebagai dasar pengembangan instrumen angket *self-adjustment* remaja adalah (1) *emotional maturity*, (2) *intellectual maturity*, (3) *social maturity*, (4) *responsibility*. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *emotional maturity* yang baik adalah a) *Stability of emotional life atmosphere*, b) *Stability of the atmosphere of life together with others*, c) *Ability to relax, be happy and express annoyance*, d) *Attitudes and feelings towards one's own abilities and reality*. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *intellectual maturity* yang baik adalah a) *Ability to achieve self insight*, b) *Ability to understand other people and their diversity*, c) *Decision making ability*, d) *Openness in knowing the environment*. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *social maturity* yang baik adalah a) *Familiarity in association*, b) *Willingness to cooperate*, c) *Leadership Ability*, d) *Attitude and Tolerance*. Indikator-indikator perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang memiliki *responsibility* yang baik adalah a) *Productive in self-development*, b) *Awareness of ethics and honest living*, c) *Seeing behavior in terms of consequences on the basis of a value system*, d) *Ability to act independently*. Instrumen awal yang dikembangkan terdiri dari 62 item, setelah melewati validasi desain dan uji coba pemakaian instrumen akhir berjumlah 40 item.

REFERENSI

- Bisri, H., & Ichsan, M. (2015). Penilaian otentik dengan teknik nontes di sekolah Dasar. *Jurnal Sosial Humaniora*, 6(2), 81-93.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 6(2), 98-104.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Mubarok, A. F. (2012). Penyesuaian diri para pendatang di lingkungan baru. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(1), 21-27.
- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 39-44.
- Nuryani. (2019). Dampak kesulitan menyesuaikan diri pada santri. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 174-179.
- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada tahun pertama. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(3), 134-143.
- Purwoko, A. A., Burhanuddin, B., Andayani, Y., Hadisaputra, S., Yulianti, L., Fitri, Z. N., & Pariza, D. (2021). Validitas Instrumen Dalam Rangka Pengembangan Metode Pembelajaran Inovatif Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa. *Prosiding SAINTEK*, 3, 94-102.
- Rusilowati, A. (2013). Pengembangan Instrumen Nontes. In *Seminar Nasional Evaluasi Pendidikan Tahun 2013* (pp. 7-21). Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sugeng, (2007). Pengembangan Instrumen untuk Menganalisis Keefektifan SKB di Kalimantan Selatan. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 9(1), 117-129.
- Wade, C., & Tavris, C. (2017). *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Yusuf. (2003). *Statistik Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana.