

## **PERAN HUBUNGAN TEMAN SEBAYA DAN KONTROL DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 11 KOTA BENGKULU**

Windi Yunita, Afifatus Sholihah  
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bengkulu  
[yunitawindi58@gmail.com](mailto:yunitawindi58@gmail.com), [bunda.afifah68@gmail.com](mailto:bunda.afifah68@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri. Desain penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan teknik korelasi. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu yang berjumlah 250 orang, sampel penelitian yang diambil 153 orang, dan teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dan korelasi ganda. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri dengan nilai ( $r_{x1y}$ ) sebesar 0,889, adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri terhadap penyesuaian diri dengan nilai ( $r_{x2y}$ ) sebesar 0,850, dan adanya hubungan yang signifikan antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri terhadap penyesuaian diri dengan nilai ( $R_{x1x2y}$ ) sebesar 0,903. Jadi ada hubungan yang signifikan antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri siswa.

**Kata Kunci:** Kontrol Diri, Penyesuaian Diri, Teman Sebaya.

### ***THE ROLE OF PEER RELATIONS AND SELF-CONTROL WITH THE SELF ADJUSTMENT OF THE EIGHT GRADE STUDENTS IN SMP NEGERI 11 BENGKULU CITY***

#### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between the level of peer relations and self-control with the self adjustment. This research design is a quantitative descriptive method with correlation techniquess. The population in this study were all eight grade students of SMP Negeri 11 Bengkulu City totaling 250 people, the research sample was taken only 153 people, and the sampling technique used was simple random sampling. The data collection technique used was a questionnaire. The data analysis technique was performed using the product moment correlation formula and multiple correlation. The result of this research is that there is a significant relationship between peer relations and the self-adjustment with value ( $r_{x1y}$ ) of 0,889, there is a significant relationship between self-control and self-adjustment with value ( $r_{x2y}$ ) of 0,850, and there is a significant relationship between peer relations and self-control towards self-adjustment to value ( $R_{x1x2y}$ ) of 0,903. So there is a significant relationship between peer relations and self-control with students' self adjustment.*

**Keywords:** Self Control, Self Adjustment, Peers.

## Pendahuluan

Manusia sebagai makhluk sosial yang kesehariannya saling berinteraksi antara satu dengan yang lain secara terus menerus sehingga dibutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain (Ibrahim, 2018:1). Manusia tidak dilahirkan dalam keadaan telah mampu menyesuaikan diri. Penyesuaian diri seseorang dipengaruhi oleh faktor lingkungan dimana kemungkinan proses berkembangnya penyesuaian diri siswa menjadi baik atau buruk. Penyesuaian diri yang sempurna dapat terjadi jika individu selalu dalam keadaan seimbang antara dirinya dan lingkungannya. Sekolah merupakan suatu lembaga yang memiliki peran penting terutama dalam mendidik dan menyiapkan sumber daya manusia yang berkualitas dari generasi sebelumnya (Rahmayati & Lubis, 2013:43). Sekolah diharapkan menjalankan fungsinya dengan mencerdaskan kehidupan bangsa dengan optimal dan mengamankan diri dari pengaruh negatif lingkungan sekitar.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ulfah, 2016:21) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai interaksi individu yang kontinyu dengan diri sendiri, orang lain dan dengan lingkungan individu tersebut. Penyesuaian diri sangat dibutuhkan oleh individu karena penyesuaian diri merupakan hal terpenting yang harus dimiliki oleh individu agar mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungan, baik lingkungan sekolah, maupun lingkungan masyarakat. Banyak siswa yang tidak mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar disebabkan tidak mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat pada umumnya sehingga siswa cenderung menjadi remaja yang rendah diri, tertutup, suka menyendiri, kurang percaya diri, serta merasa malu jika berada diantara orang lain atau situasi yang terasa asing baginya.

Kontrol diri merupakan kapasitas untuk mengubah respon seseorang agar sesuai dengan standar mereka, seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial serta untuk mendukung pencapaian tujuan jangka panjang (Baumeister, Vohs, & Tice, dalam Ramdani, 2016:575). Kontrol diri yang rendah membuat individu tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya sehingga muncul tindakan yang tidak terkontrol seperti perilaku kenakalan remaja. Hal ini sering dialami oleh siswa dimana masa remaja ditandai dengan emosi yang cenderung tidak dapat dikontrol, karena itu perlunya mengembangkan kontrol diri pada siswa.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada saat melaksanakan magang 2 di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu mulai dari tanggal 11 September sampai 11 November 2019, khususnya siswa kelas VII yang saat ini sudah naik kelas VIII diketahui bahwa sebagian siswa mampu beradaptasi dengan kehidupan sekolah namun sebagian lagi masih bermasalah dengan proses penyesuaian diri. Hal ini terlihat masih kurangnya tanggung jawab siswa dalam mematuhi peraturan sekolah yang menjadi tuntutan sebagai siswa di sekolah. Selain masalah tersebut, terdapat siswa yang membawa vape buatan sendiri dan mengajak teman di kelas untuk mencoba, berkata kasar kepada orang lain, bertengkar dengan teman hingga dipanggil ke ruang BK, serta sukar menangkap dan mengikuti pelajaran.

Masih terdapat berbagai masalah-masalah yang terkait dengan penyesuaian diri siswa di sekolah, hal ini dapat diketahui dari berbagai penelitian sebelumnya. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Azhari, Mayangsari, & Erlyani (2015:23) pada 99 siswa tahun pertama SMP dapat diketahui terdapat 46 subjek (46,5%) siswa memiliki penyesuaian diri pada kategori sedang dan 53 subjek (53,5%) siswa memiliki penyesuaian diri pada kategori tinggi.

Hubungan teman sebaya sangat mempengaruhi perkembangan siswa karena siswa lebih banyak melakukan interaksi dengan teman sebayanya. Santrock (2003:232) mengatakan teman sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Sehingga banyak diantara siswa lebih banyak mencurahkan masalah yang siswa alami kepada teman sebaya dibandingkan mencurahkan kepada orang tuanya. Hubungan teman sebaya memiliki peran yang sangat penting bagi siswa dimana teman sebaya dapat pembentukan kepribadian siswa menjadi lebih sempurna. Tanpa teman sebaya, siswa kurang dapat mengenal kehidupan sosial lebih luas. Melalui teman sebaya individu bisa belajar menghargai orang-orang disekitarnya. Namun, pengaruh negatif dalam pergaulan teman sebaya yang kurang baik, maka akan mengakibatkan perkembangan kepribadian individu kurang baik juga.

Untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri maka diangkatlah judul “Peran Hubungan Teman Sebaya dan Kontrol Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu”. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan hubungan teman sebaya dan

kontrol diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan membuat perencanaan kegiatan bimbingan dan konseling yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa guna terselenggaranya fungsi bimbingan dan konseling di sekolah terutama dalam penyesuaian diri.

### **Metode penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan teknik korelasi. Menurut Yatim Riyanto (dalam Zuriah, 2009:56) penelitian korelasi atau korelasional adalah penelitian yang akan melihat hubungan antara variabel atau beberapa variabel dengan variabel lain. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu sebanyak delapan kelas. Jumlah seluruh populasi pada penelitian ini adalah 250 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sample*. Sampel pada penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu: sampel uji coba dan sampel penelitian. Sampel uji coba berjumlah 30 orang dan sampel penelitian berjumlah 153 orang.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan angket, yang terdiri dari : angket hubungan teman sebaya, angket kontrol diri, dan angket penyesuaian diri. Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala Likert. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi ganda, yang dilakukan dengan bantuan aplikasi komputer yaitu program *Statistical Package for Social Science* (SPSS). Analisis hasil uji coba pada penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS versi 22 *for windows*. Uji validitas butir angket dengan melakukan uji coba ke sejumlah responden sampel uji coba. Berdasarkan hasil uji validitas angket diperoleh hasil bahwa angket hubungan teman sebaya disebarkan ke 30 responden yang terdiri dari 72 item pernyataan didapatkan 6 item dinyatakan gugur dan 66 item yang dinyatakan valid. Berdasarkan hasil uji validitas angket diperoleh hasil bahwa angket kontrol diri yang disebarkan ke 30 responden yang terdiri dari 64 item pernyataan didapatkan 1 item dinyatakan gugur dan 63 item yang dinyatakan valid. Berdasarkan hasil uji validitas angket diperoleh hasil bahwa angket penyesuaian diri disebarkan ke 30 responden yang terdiri dari 56 item pernyataan didapatkan 4 item dinyatakan gugur dan 62 item yang dinyatakan valid.

Uji reliabilitas dilihat pada nilai *Alpha-Cronbach* untuk reliabilitas keseluruhan item dalam satu variable. Jika nilai *Alpha Croanbach's*  $> 0,7$  maka suatu kuesioner dikatakan baik dan sebaliknya. Hasil uji reliabilitas untuk instrument hubungan teman sebaya diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,983 atau lebih besar dari 0,70 yang berarti instrument hubungan teman sebaya yang digunakan memiliki reabilitas yang baik. Hasil uji reliabilitas untuk instrument kontrol diri diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,983 atau lebih besar dari 0,70 yang berarti instrument kontrol diri yang digunakan memiliki reabilitas yang baik. Hasil uji reliabilitas untuk instrument penyesuaian diri diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,971 atau lebih besar dari 0,70 yang berarti instrument kontrol diri yang digunakan memiliki reabilitas yang baik.

Teknik analisis data dalam penelitian yang diteliti yakni dengan teknik Analisis Statistik Deskriptif. Hasil uji normalitas yang dilakukan peneliti, terdapat hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* skor data hubungan teman sebaya adalah 0,070 dengan  $p > 0,05$ , sehingga dengan demikian nilai data hubungan teman sebaya dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* skor data kontrol diri adalah 0,067 dengan  $p > 0,05$ , sehingga dengan demikian nilai data kontrol diri dinyatakan berdistribusi normal. Sedangkan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* skor data penyesuaian diri adalah 0,078 dengan  $p > 0,05$ , sehingga dengan demikian nilai data penyesuaian diri dinyatakan berdistribusi normal.

Uji linearitas menunjukkan bahwa nilai linieritas pada taraf signifikan sebesar 0.00 dengan  $p < 0,05$  (linier), dan nilai *deviation from Linearity* berada pada taraf signifikansi sebesar 0,061  $p > 0,05$  (linier), sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara hubungan teman sebaya dengan penyesuaian diri. Sedangkan nilai *deviation from Linearity* berada pada taraf signifikansi sebesar 0,082  $p > 0,05$  (linier), sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kontrol diri dengan penyesuaian diri.

## Hasil dan Pembahasan

Deskripsi data adalah deskripsi tentang masing-masing variabel. Variabel penelitian ini terdiri dari hubungan teman sebaya (X1) dan kontrol Diri (X2) dengan penyesuaian diri (Y) siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu. Deskripsi data hubungan teman sebaya, variabel hubungan teman sebaya pada penelitian ini diukur

dengan 66 item pernyataan. Angket tersebut dinilai menggunakan skala Likert dengan nilai 1-4. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 1. Deskripsi Hasil Angket Hubungan Teman Sebaya**

Deskripsi	Jumlah
Jumlah Sampel (N)	153
Skor Minimum	66
Skor Maximum	264
Rata-Rata ( $\mu$ )	165

Tabel 1 memperlihatkan bahwa nilai skor minimum pada variabel hubungan teman sebaya adalah sebesar 66 dan skor maksimum adalah sebesar 264, nilai rata-rata variabel sebesar 165 dengan nilai standar deviasi sebesar 33. Dari Tabel 2 kategorisasi hubungan teman sebaya dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki hubungan teman sebaya dalam kategori kurang baik sebanyak 0,65 %, subjek yang memiliki hubungan teman sebaya dalam kategori sedang sebanyak 47,05 %, dan subjek yang memiliki hubungan teman sebaya dalam kategori baik sebanyak 52,28 %. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu dapat dikatakan memiliki tingkat hubungan teman sebaya yang baik.

**Tabel 2. Kategorisasi Hubungan Teman Sebaya**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik	66-131	1	0,65%
Sedang	132-197	72	47,05%
Baik	198-264	80	52,28%

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa skor per indikator hubungan teman sebaya dikategorikan sedang. Artinya rata-rata hubungan teman sebaya yang dilakukan siswa dilihat dari hasil skor siswa mengisi angket hubungan teman sebaya pada setiap indikator, memiliki beberapa pernyataan yang dikategorikan dalam 4 indikator sedang.

**Tabel 3. Skor Per Indikator Hubungan Teman Sebaya**

No	Indikator	Jumlah	$\Sigma$ Skor	Persentase	Kategori
----	-----------	--------	---------------	------------	----------

Soal					
1	Kepedulian	17	8.143	0,6%	Rendah
				44,6%	Sedang
				42,3%	Tinggi
2	Kebersamaan	16	7.500	1,7%	Rendah
				46,3%	Sedang
				39,4%	Tinggi
3	Bimbingan	15	7.045	1,7%	Rendah
				48,6%	Sedang
				37,1%	Tinggi
4	Adanya Pengakuan	18	8.610	0,6 %	Rendah
				45,1%	Sedang
				41,7%	Tinggi

Deskripsi data kontrol diri, variabel kontrol diri pada penelitian ini diukur dengan 63 item pernyataan. Item tersebut dinilai dengan skala Likert nilai 1-5.

**Tabel 4. Deskripsi Hasil Angket Kontrol Diri**

Deskripsi	Jumlah
Jumlah Sampel (N)	153
Skor Minimum	63
Skor Maximum	252
Rata-Rata ( $\mu$ )	157,5
Standar Deviasi ( $\sigma$ )	31,5

Tabel 4 memperlihatkan bahwa nilai skor minimum pada variabel kontrol diri adalah sebesar 63 dan skor maksimum adalah sebesar 252, nilai rata-rata variabel sebesar 157,5 dengan nilai standar deviasi sebesar 31,5. Dari Tabel 5 kategorisasi kontrol diri dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki kontrol diri dalam kategori kurang baik sebanyak 0,65 %, subjek yang memiliki kontrol diri dalam kategori sedang sebanyak 43,79 %, dan subjek yang memiliki kontrol diri dalam kategori baik sebanyak

55,55 %. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu dapat dikatakan memiliki tingkat kontrol diri yang baik.

**Tabel 5. Kategorisasi Kontrol Diri**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik	63-125	1	0,65%
Sedang	126-188	67	43,79%
Baik	189-252	85	55,55%

Berdasarkan Tabel 6 dapat dilihat bahwa skor per indikator kontrol diri dikategorikan sedang dan tinggi. Artinya rata-rata kontrol diri yang dilakukan siswa dilihat dari hasil skor siswa mengisi angket kontrol diri pada setiap indikator, memiliki beberapa pernyataan yang di kategorikan 2 indikator sedang dan 1 indikator tinggi.

**Tabel 6. Skor Per Indikator Kontrol Diri**

No	Indikator	Jumlah Soal	ΣSkor	Persentase	Kategori
1	<i>Behavioral control</i>	24	11445	0,7%	Rendah
				49,0%	Sedang
				50,3%	Tinggi
2	<i>Kognitif control</i>	16	7717	1,3%	Rendah
				51,6%	Sedang
				47,1%	Tinggi
3	<i>Decisional control</i>	23	10888	0,7%	Rendah
				51,6%	Sedang
				47,7%	Tinggi

Deskripsi data Penyesuaian Diri, variabel penyesuaian diri pada penelitian ini diukur dengan 52 item pernyataan. Item tersebut dinilai dengan skala Likert nilai 1-5.

**Tabel 7. Deskripsi Hasil Angket Penyesuaian Diri**

Deskripsi	Jumlah
-----------	--------



Jumlah Sampel (N)	153
Skor Minimum	52
Skor Maximum	208
Rata-Rata ( $\mu$ )	130
Standar Deviasi ( $\sigma$ )	26

Tabel 7 memperlihatkan bahwa nilai skor minimum pada variabel penyesuaian diri adalah sebesar 52 dan skor maksimum adalah sebesar 153, nilai rata-rata variabel sebesar 130 dengan nilai standar deviasi sebesar 26. Dari Tabel 8 kategorisasi penyesuaian diri dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki penyesuaian diri dalam kategori kurang baik sebanyak 0,65 %, subjek yang memiliki penyesuaian diri dalam kategori sedang sebanyak 44,44 %, dan subjek yang memiliki penyesuaian diri dalam kategori baik sebanyak 54,90 %. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Kota Bengkulu dapat dikatakan memiliki tingkat penyesuaian diri yang baik.

**Tabel 8. Kategorisasi Penyesuaian Diri**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik	52-103	1	0,65%
Sedang	104-155	68	44,44%
Baik	156-208	84	54,90%

Berdasarkan Tabel 9 dapat dilihat bahwa skor per indikator penyesuaian diri dikategorikan sedang. Artinya rata-rata penyesuaian diri yang dilakukan siswa dilihat dari hasil skor siswa mengisi angket penyesuaian diri pada setiap indikator, memiliki beberapa pernyataan yang di kategorikan 2 indikator sedang.

**Tabel 9. Skor Per Indikator Penyesuaian Diri**

No	Indikator	Jumlah Soal	$\Sigma$ Skor	Persentase	Kategori
1	Penyesuaian	25	11778	0,7%	Rendah

Pribadi				56,2%	Sedang
				43,1%	Tinggi
				0,7%	Rendah
2	Penyesuaian Sosial	27	12660	52,9%	Sedang
				46,4%	Tinggi

Hasil uji hipotesis *Product Moment* terhadap hubungan teman sebaya (X1) dengan penyesuaian diri (Y). Berdasarkan hasil perhitungan korelasi antara hubungan teman sebaya dengan penyesuaian diri menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{x1y}$ ) sebesar 0,889 dengan tingkat signifikansi 0,000  $p < 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak. Jika hubungan teman sebaya tinggi maka penyesuaian diri tinggi. Terdapat hubungan signifikan antara hubungan teman sebaya dengan penyesuaian diri.

Hasil uji hipotesis *Product Moment* terhadap kontrol diri (X2) dengan penyesuaian diri (Y). Berdasarkan hasil perhitungan korelasi antara kontrol diri dengan penyesuaian diri menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{x2y}$ ) sebesar 0,850 dengan tingkat signifikansi 0,000  $p < 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak, jika kontrol diri tinggi maka penyesuaian diri siswa tinggi. Terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan penyesuaian diri.

**Tabel 10. Uji Korelasi Ganda**

Model	R	R <sup>2</sup>	Sig F Change
1	0,903	0,815	0,000

Berdasarkan tabel 10 hasil menunjukkan koefisien korelasi ganda ( $R_{x1x2y}$ ) sebesar 0,903 dengan tingkat signifikansi 0,000 yang berarti  $p < 0,05$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri siswa. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) 0,815 apabila diubah dalam bentuk persentase menjadi 81,5% artinya hubungan teman sebaya dan kontrol diri mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 81,5%.

Hasil pengujian hipotesis penelitian diperoleh hasil bahwa hubungan teman sebaya dan kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri, semakin

baik hubungan teman sebaya dan kontrol diri secara bersama-sama, maka semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa. Demikian sebaliknya semakin kurang baik hubungan teman sebaya dan kontrol diri secara bersama-sama, maka semakin kurang baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa. Murtana (2014:4) berpendapat bahwa kelompok teman sebaya merupakan sarana bagi seorang anak untuk bersosialisasi. Siswa yang baik bersosialisasi dengan teman sebayanya maka akan mendapatkan informasi mengenai hal-hal baru yang sedang terjadi di lingkungannya, dan teman sebaya merupakan tempat mengemukakan pendapat serta tempat menemukan jati dirinya.

Menurut Santrock (2003:232) salah satu fungsi utama dari kelompok teman sebaya adalah untuk menyediakan berbagai informasi mengenai dunia di luar keluarga, dari kelompok teman sebaya remaja menerima umpan balik mengenai kemampuan mereka. Hubungan teman sebaya dapat menimbulkan perilaku dimana remaja lebih percaya terhadap teman sebaya daripada orang tua, teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting dalam membimbing dan mengarahkan kehidupan siswa. Namun apabila siswa salah dalam memilih teman sebaya maka akan berdampak pada kontrol diri yang tidak dapat dikendalikan.

Remaja dengan kontrol diri yang rendah memiliki karakteristik yang labil yang menyebabkan seseorang untuk melakukan tindakan – tindakan pidana atau tindakan yang menyimpang lainnya. Dengan demikian siswa akan mudah terpengaruh oleh lingkungannya karena sulit mengontrol diri. Berdasarkan hasil penelitian siswa cenderung mengalami kontrol diri yang tinggi pada kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan. Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai dan menyatukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan, sedangkan kontrol pengambilan keputusan yaitu sebagai kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujui.

Kemampuan mengontrol perilaku ini dirinci menjadi dua komponen yakni kemampuan mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi perilaku. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan, apakah dirinya

sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan sumber eksternal. Sedangkan kemampuan memodifikasi perilaku merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi oleh individu (Averill dalam Sari, 2014:3).

Hubungan teman sebaya dan kontrol diri akan memberikan pengaruh yang baik terhadap penyesuaian diri siswa jika kontrol diri dari teman sebayanya adalah penyesuaian diri yang baik. Jika hubungan teman sebaya dan kontrol dirinya adalah yang menyimpang maka akan berdampak pada penyesuaian diri siswa. Peranan kontrol diri sangat diperlukan untuk mengontrol perilaku siswa agar memiliki hubungan teman sebaya yang baik untuk penyesuaian dirinya. Berkaitan dengan hal ini, guru pembimbing adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, dan hak secara penuh dalam kegiatan Bimbingan dan Konseling terhadap sejumlah peserta didik, termasuk dalam memberikan layanan Bimbingan dan Konseling kepada semua peserta didik agar mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tersebut bahwa hubungan teman sebaya dan kontrol diri memiliki kecenderungan memengaruhi penyesuaian diri. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri. Semakin baik hubungan teman sebaya dan semakin baik kontrol diri maka semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa. Demikian sebaliknya semakin kurang baik hubungan teman sebaya dan semakin kurang baik kontrol diri, maka semakin kurang baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa.

## **Simpulan**

Kesimpulan dari penelitian ini didapatkan bahwa penyesuaian diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu pada kategori tinggi sebesar 54,90%, sedangkan tingkat hubungan teman sebaya siswa pada kategori tinggi sebesar 52,28%, dan tingkat kontrol diri siswa pada kategori tinggi sebesar 55,55%. Serta hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa nilai koefisieni antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri sebesar 0,903, sehingga terdapat korelasi yang signifikan antara hubungan teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri. Semakin baik hubungan teman sebaya dan kontrol diri secara bersama-sama, maka semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa. Demikian sebaliknya semakin kurang baik

hubungan teman sebaya dan kontrol diri secara bersama-sama, maka semakin kurang baik penyesuaian diri yang dimiliki siswa.

Implikasi hasil penelitian ini terhadap BK di sekolah yaitu agar dapat memberikan kontribusi terhadap perencanaan pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang menyangkut jenis-jenis layanan dan kegiatan pendukung BK, seperti layanan informasi, layanan penguasaan konten, dan layanan bimbingan kelompok, serta aplikasi instrumentasi dan himpunan data. Agar siswa dapat lebih memahami tentang hubungan teman sebaya dan kontrol diri.

Dari penelitian sekolah diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, bekerja sama dengan guru BK, wali kelas serta pihak sekolah yang lain untuk menindaklanjuti permasalahan-permasalahan di sekolah terutama tentang penyesuaian diri siswa. Guru pembimbing hendaknya dapat memberikan informasi tentang hubungan teman sebaya, kontrol diri, dan informasi tentang penyesuaian diri dengan cara melalui pemberian layanan bimbingan konseling dan juga kegiatan pendukung bimbingan dan konseling. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti secara spesifik hubungan antara teman sebaya dan kontrol diri dengan penyesuaian diri. Seperti melakukan penelitian lebih dalam, dengan metode kualitatif melalui pemberian *treatment* berupa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling antara lain layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling kelompok.

## Daftar Pustaka

- Azhari, Mayangsari, & E. (2015). Siswa Tahun Pertama di SMP Relationship Between Assertive Behavior and Self-Adjustment in First Year Students at Junior High School. *Jurnal Ecopsy*, 02(1), 20–25.
- Ibrahim, M. (2018). Hubungan Antara Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di SMP Negeri 12 Kota Gorontalo. *Skripsi*: Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.
- Murtana, A. (2014). Hubungan Antara Harga Diri dan Interaksi Teman Sebaya dengan Stres Belajar. (*Doctoral dissertation*: Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rahmadani, N. (2018). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Kontrol Diri Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 14 Kota Bengkulu. *Skripsi*. Bengkulu: Universitas Bengkulu.
- Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2013). Hubungan Efikasi Diri Akademik dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri. *Jurnal Psikologi*, 05(2), 43–49.

- Ramdani, A. (2016). Hubungan antara kontrol diri dan kepatuhan terhadap aturan sekolah dengan perilaku merokok siswa SMK Negeri 3 Tanah Grogot. *Psikoborneo*, 04(3), 574–582.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, P., W. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Facebook. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ulfah, M. (2016). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan Motivasi Belajar Terhadap Penyesuaian Diri Santri. *TAZKIYA Jurnal of Psychology*, 04(2), 17–32.
- Zuriah, N. (2009). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan: Teori Aplikasi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.