

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA YANG
TERDAMPAK SISTEM ZONASI DI KOTA SURAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

ANNISA SOVIA ARIYAWATI

F100160018

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA YANG TERDAMPAK SISTEM
ZONASI DI KOTA SURAKARTA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

ANNISA SOVIA ARIYAWATI

F 100 160 018

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :

Dosen Pembimbing



Dr. Dra. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si

NIK.NIDN: 637

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA YANG TERDAMPAK SISTEM
ZONASI DI KOTA SURAKARTA**

OLEH :

ANNISA SOVIA ARIYAWATI

F 100 160 018

Telah Dipertahankan Didepan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

Dewan Penguji:

1. **Dr. Dra. Wiwien Dinar Pratisti, M. Si**
(Ketua Dewan Penguji)



2. **Dra. Zahrotul Uyun, M. Si, Psikolog**
(Anggota I Dewan Penguji)



3. **Aad Satria Permadi, S. Psi., MA**
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog

NIK.NIDN: 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 25 Mei 2020

Penulis


RIFKI ARFIANTO
B 100160177

HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA SISWA SMA YANG TERDAMPAK SISTEM ZONASI DI KOTA SURAKARTA

Abstrak

Sistem zonasi dalam penerimaan siswa baru, membuat pihak terkait harus berbenah diri. Tidak hanya orang tua yang bingung dengan situasi seperti itu, melainkan siswa juga harus melakukan penyesuaian diri agar lebih mudah dalam menjalani proses belajar selanjutnya. Penelitian ini memilih kematangan emosi, dan dukungan sosial sebagai variabel yang diduga cukup besar perannya dalam penyesuaian diri siswa yang terdampak zonasi. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji adanya hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa yang terdampak sistem zonasi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA yang terdampak sistem zonasi di Kota Surakarta. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 220 siswa, dengan rincian 110 siswa dari SMA 7 dan 110 dari SMA Muhammadiyah PK Surakarta. Metode pengambilan data berupa skala kematangan emosi, dukungan sosial, dan penyesuaian diri. Data yang diperoleh dianalisis dengan analisis regresi berganda dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan nilai R sebesar 0,746 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan terdapat korelasi yang sangat signifikan antara kematangan emosi, dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa terdampak sistem zonasi. Sedangkan korelasi antara kematangan emosi dan penyesuaian diri menunjukkan nilai r sebesar 0,733, taraf signifikansi sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi berkorelasi dengan penyesuaian diri secara sangat signifikan. Korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa terdampak sistem zonasi sebesar 0,421, taraf signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri secara sangat signifikan. Sumbangan efektif variabel kematangan emosi dan dukungan sosial pada penyesuaian diri sebesar 55,7%, dengan demikian masih terdapat 44,3% variabel lain yang turut mempengaruhi penyesuaian diri siswa terdampak sistem zonasi.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Kematangan Emosi, Penyesuaian Diri, Sistem Zonasi

Abstract

The zoning system in admitting new students makes related parties have to improve themselves. Not only parents who are confused by such situations, but students also have to make adjustments to make it easier to undergo the next learning process. This study chooses emotional maturity and social support as variables that are thought to have a significant role in the adjustment of students affected by zoning. The purpose of this study was to examine the relationship between emotional maturity and social support and the adjustment of students affected by the zoning system. The subjects in this study were high school students who were affected by the zoning system in Surakarta. The sample in this study were 220 students, with 110 students from SMA

7 and 110 from SMA Muhammadiyah PK Surakarta. The data collection methods are emotional maturity scale, social support, and self-adjustment. The data obtained were analyzed by multiple regression analysis with the help of SPSS. The results showed an R value of 0.746 with a significance level of 0.000, which indicates that there is a very significant correlation between emotional maturity, social support and self-adjustment in students affected by the zoning system. Meanwhile, the correlation between emotional maturity and self-adjustment shows an r value of 0.733, a significance level of 0.000, so it can be concluded that emotional maturity correlates with self-adjustment very significantly. The correlation between social support and self-adjustment of students affected by the zoning system is 0.421, a significance level of 0.000, which shows a very significant correlation between social support and self-adjustment. The effective contribution of the variable emotional maturity and social support for self-adjustment was 55.7%, thus there were 44.3% of other variables that also influenced the adjustment of students affected by the zoning system.

Keywords: Social Support, Emotional Maturity, Self-Adjustment, Zoning System

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek yang penting dalam upaya mencerdaskan bangsa, maka dari itu, seluruh warga negara Indonesia memiliki hak dalam memperoleh pendidikan. Adanya hal tersebut pemerintah berupaya membentuk berbagai peraturan, salah satunya kebijakan pemerataan pendidikan berupa sistem zonasi melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 17 tahun 2017 mengenai sistem zonasi dalam penerimaan peserta didik baru (PPDB) dilaksanakan melalui 3 jalur yaitu 90% dengan menggunakan jalur zonasi, 5% menggunakan jalur prestasi, kemudian 5% untuk perpindahan tugas ayah ibu/wali (Permendikbud, 2017). Menurut Abidin dan Asrori (2018), Sistem zonasi adalah salah satu upaya sekolah dalam meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia. Adanya sistem ini dapat menciptakan pemerataan, sehingga siswa yang berprestasi tidak berkumpul dalam satu sekolah favorit, para siswa diharuskan mendaftar di sekolah terdekat dan tidak dapat mendaftarkan diri ke sekolah yang jaraknya jauh meskipun sekolah tersebut salah satu dari yang favorit. Salah satu yang terkena dampak dari sistem zonasi adalah siswa SMA (Siswa Menengah Atas).

Safarah & Wibowo (2018) pada penelitiannya menyatakan bahwa sekolah dengan sistem zonasi merupakan salah satu program pemerintah dibidang pendidikan

yang bertujuan supaya efektif dalam pemerataannya, adanya program ini diharapkan sekolah mampu bersaing dengan baik dan tidak adanya sekolah yang dianggap favorit. Selain persaingan bagi sekolah menjadi berkurang, Ula & Lestari (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa sistem zonasi yang diselenggarakan pemerintah yang mempunyai target dalam proses penerimaan peserta didik baru dengan salah satu unsur pendukungnya ditentukan dari jarak tempat tinggal siswa ke sekolah yang akan dituju dapat disimpulkan bahwa diadakannya sistem zonasi pada setiap sekolah negeri memegang dampak yang bermacam-macam bagi masyarakat maupun dunia pendidikan. Adanya penelitian sebelumnya membuktikan banyaknya pengaruh dari sistem zonasi di Indonesia.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sutisna, N.T., Nurhadi (2020) kepada 24 siswa mengenai sistem zonasi di salah satu SMA favorit Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo yang mengatakan bahwa adanya hambatan berupa ketidaksesuaian mulai dari kedisiplinan, cara interaksinya dan juga cara belajar peserta didik. Seperti adanya perbedaan cara berinteraksi para siswa yang berasal dari SMP dominan yang radiusnya terdekat dengan SMA favorit tersebut dengan siswa yang bukan berasal dari sekolah dominan yang mengakibatkan terhambatnya untuk berinteraksi secara akrab dan dalam mencari teman baru. Hambatan tersebut memberikan pengaruh terhadap lambatnya proses penyesuaian para siswa dengan harus mengikuti tahap tertentu agar dapat menyatu pada lingkungan baru.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Goldy Fariz Dharmawan (2019), menunjukkan bahwa PPDB dengan sistem zonasi telah dijalankan sejak tahun 2017, untuk melihat dampak awalnya Goldy melibatkan diri dalam Program RISE (*Research on Improving Systems of Education*) di Indonesia untuk melakukan studi bersama Pemerintah Kota Yogyakarta di 46 sekolah menengah pertama (SMP) negeri dan swasta yang risetnya dimulai Agustus 2018. Data awal yang ditemukan yaitu peserta didik baru yang melalui jalur sistem zonasi dalam komposisi yang masuk melalui sistem zonasi mempunyai nilai rendah dan lebih bermacam-macam dibandingkan siswa yang masuk melalui sistem prestasi. Dengan adanya hal ini menuntut Sumber Daya Manusia dalam bidang pendidikan seperti siswa, guru maupun kepala sekolah harus beradaptasi dalam jangka waktu yang cukup singkat.

Selanjutnya peneliti telah melakukan penelitian data awal kepada siswa di SMA Negeri maupun swasta sejumlah lima orang melalui wawancara secara langsung dan via *whatsapp*, dan memperoleh hasil bahwa siswa SMA Negeri dan Swasta sulit mengikuti pelajaran yang diberikan oleh guru dikarenakan adanya rasa malas dan bosan siswa yang memiliki teman sekolah dan bermain di satu lingkungan yang sama dan kemudian berpengaruh dalam cara bergaul siswa di sekolah. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan guru dari kedua sekolah tersebut yang mengatakan bahwa para guru sangat sulit untuk menyesuaikan dalam kegiatan belajar mengajar terhadap siswa yang berada di sistem zonasi yang disebabkan oleh kualitas pemahaman siswa tersebut berbeda dengan para siswa yang sebelum terkena dampak sistem zonasi. Latar belakang keluarga yang sangat berbeda seperti adanya kesenjangan ekonomi semakin menambah kesulitan para guru dalam kegiatan belajar mengajar. Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan wali siswa yang terkena dampak sistem zonasi yang menyatakan bahwa sistem ini dirasa kurang maksimal untuk dijadikan sebagai aturan dalam penerimaan peserta didik baru karena dari pemerintah sendiri kurang sportif seperti yang terdekat bisa masuk sekolah yang terdekat dan tidak memandang nilai, adanya gakin (keluarga miskin) menghambat proses belajar siswa sebab adanya kecemburuan dalam berlomba-lomba untuk mencapai prestasi yang lebih baik dan dapat menjadi bahan evaluasi untuk pemerintah.

Bulmer (2015) yang menyatakan bahwa ketidakmampuan seseorang dalam beradaptasi dengan beberapa hal yang muncul di lingkungan baru yang dikenalnya, yang merupakan arti dari penyesuaian diri yang gagal. Penyesuaian diri dipengaruhi dari berbagai faktor, salah satunya berupa kematangan emosi. Kematangan emosi menunjukkan peran yang signifikan bagi penyesuaian diri seseorang. Hasil penelitian Mahanta dan Kannan, (2015) mengemukakan bahwa adanya hubungan antara penyesuaian dan kematangan emosi. Hasilnya menunjukkan positif signifikan hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Emosi yang matang membuat seseorang lebih mudah mengontrol emosinya, tidak mudah terpancing emosi, dan mampu mengelola emosinya secara seimbang sehingga bisa menurunkan rasa malas, memiliki motivasi kuat untuk berprestasi sesuai dengan pendapat Yusuf (2011) bahwa kematangan emosi juga diartikan sebagai keahlian seseorang dalam

bertingkah laku toleran, adanya rasa nyaman, memiliki kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain, serta dapat mengungkapkan perasaannya secara konstruktif dan imajinatif.

Selain kematangan emosi, dukungan sosial juga menunjukkan peran yang signifikan bagi penyesuaian diri seseorang. Hasil penelitian Andiani, E. dan Dhian, R. P., (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri. Dukungan sosial yang dipersepsi secara positif membuat seseorang merasa aman, nyaman, tenang, tidak mengalami kecemasan ketika menghadapi lingkungan baru. Sesuai dengan hasil penelitian Lau, Chan, dan Lam (2018) yang mengungkapkan bahwa dengan adanya dukungan keluarga dan teman sebaya yang cukup besar membuat penyesuaian diri individu menjadi lebih baik, yang membuktikan bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang. Hal tersebut membuat siswa menjadi senang belajar dan berprestasi tinggi sesuai dengan teori yang dikemukakan Ahmed, Wondimu., Minnaert, Alexander., Werf, Gretje van der., et al. (2010) Dukungan sosial bisa didapatkan dari orang tua, guru dan lingkungan sosial siswa. Dengan adanya dukungan dari lingkungan sosialnya menambah emosi positif dari siswa tersebut.

Menurut Chaplin, (2011) kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi untuk mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional seperti anak-anak, kematangan emosional seringkali berhubungan dengan kontrol emosi. Menurut Hurlock (2011) Kematangan emosi adalah suatu kondisi atau perasaan atau reaksi perasaan yang stabil terhadap obyek permasalahan sehingga untuk mengambil suatu keputusan atau bertingkah laku didasari dengan suatu pertimbangan dan tidak mudah berubah-ubah dari satu suasana hati ke dalam suasana hati yang lainnya. Yusuf, (2011) Kematangan emosi juga diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, memiliki kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain, serta dapat menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Adapun aspek-aspek kematangan emosi menurut Walgito (2004) antara lain:

- 1) Dapat menerima keadaan dirinya dan orang lain.

Dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain sesuai dengan objektifnya. Bahwa orang yang telah matang emosinya dapat menerima baik

keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya.

2) Tidak bersifat *impulsive*

Pada umumnya tidak bersifat impulsive, orang yang bersifat impulsive, yang segera bertindak sebelum dipikirkan dengan baik, satu pertanda emosinya belum matang.

3) Dapat mengontrol emosi

Dapat mengontrol emosinya dengan baik dan dapat mengontrol ekspresi emosinya walaupun dalam keadaan marah.

4) Berfikir objektif

Dapat berfikir objektif sehingga akan bersifat sabar, penuh pengertian dan cukup mempunyai toleransi yang baik.

5) Mempunyai tanggung jawab

Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri.

Kemudian Muhammad Ali dan Asrori (2012) mengemukakan sejumlah faktor yang mempengaruhi kematangan emosi remaja, yaitu: (a) Perubahan jasmani ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Pada taraf permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja yang mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Dan ketidakseimbangan ini diduga berpengaruh pada perkembangan emosi remaja. Tidak setiap remaja menerima perubahan kondisi tubuh seperti itu, sehingga dapat menyebabkan rangsangan di dalam tubuh remaja dan sering menimbulkan masalah pada perkembangan emosinya, (b) Perubahan pola interaksi dengan orangtua terhadap anak remaja termasuk sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja (orangtua) sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orangtua seperti ini dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja, (c) Perubahan interaksi dengan teman sebaya remaja sering membangun interaksi sesama dengan teman sebayanya secara khas, dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk geng, (d) Perubahan pandangan luar Faktor penting yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja selain perubahan-

perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri adalah pandangan dari dunia luar dirinya.

Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial, yaitu keluarga, rekan kerja dan teman dekat Sheridan, (1992). Sarafino, (1994) menjelaskan bahwa dukungan sosial yaitu bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong. Santrock (2006) dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai, yang menghargai dan menghormati, mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung.

Aspek *perceived social support* didasarkan pada aspek dukungan sosial menurut House (1981) yaitu :

1) Dukungan Emosional

Dukungan ini mencakup empati, kepedulian dan perhatian. Bentuk dukungan emosional adalah mendengarkan keluhan atau memberikan pengertian terhadap masalah.

2) Dukungan penghargaan

Dukungan ini berbentuk penghargaan positif, persetujuan dengan gagasan atau perasaan, dan perbandingan positif dengan orang lain.

3) Dukungan Intrumental

Dukungan intrumental merupakan dukungan berupa materi seperti menerima pinjaman uang atau memperoleh fasilitas.

4) Dukungan informatif

Dukungan informatif mencakup nasehat, petunjuk-petunjuk, atau saran. Dukungan ini membantu individu dalam memahami dan mencari alternatif untuk menyelesaikan masalah.

Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Cohen dan Syme, (1985) adalah sebagai berikut :

- 1) Pemberian dukungan. Orang-orang yang memiliki arti penting dalam pencapaian hidup sehari-hari.
- 2) Jenis dukungan yang akan diterima. Dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan

situasi yang ada.

- 3) Penerimaan dukungan. Seperti kepribadian, kebiasaan dan peran sosial akan menentukan keefektifan dukungan.
- 4) Permasalahan yang dihadapi. Dukungan yang tepat dipengaruhi oleh kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang ada.
- 5) Waktu pemberi dukungan. Dukungan sosial akan optimis disatu situasi tetapi akan menjadi tidak optimal dalam situasi lain. Lamanya pemberian dukungan tergantung pada kapasitas.

Menurut Schneider, (1964) menyebutkan bahwa penyesuaian merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Menurut Ghufroon & Risnawita, (2011) Penyesuaian diri adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri atau reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan. Adapun menurut Kartini Kartono, (2002) penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, pransangka, depresi, kemarahan, dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Schneiders, (1964) menyatakan bahwa penyesuaian diri memiliki empat aspek, yaitu :

- 1) *Adaptation*, artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik, berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam kondisi fisik.
- 2) *Conformity*, artinya seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya.
- 3) *Mastery*, artinya orang yang mempunyai penyesuaian diri baik mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respons diri.
- 4) *Individual variation*, artinya seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik mampu menyesuaikan diri dengan perbedaan antar individu.

Schneiders, (1964) Salah satu faktor yang mempengaruhi adaptasi adalah keadaan psikologis. Kondisi pikiran orang yang sehat adalah kondisi psikologis. Mereka yang dapat mengatur perilaku secara efektif adalah orang-orang yang sehat secara mental.

Ada kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, faktor lingkungan dan budaya, yang merupakan beberapa faktor lain yang mempengaruhi adaptasi individu.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa yang terdampak sistem zonasi. Hipotesis mayor yang diajukan peneliti adalah adanya hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa yang terdampak sistem zonasi di Surakarta. Untuk hipotesis minor penelitian ini yaitu adanya hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi kematangan emosinya maka semakin tinggi penyesuaian dirinya, Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kematangan emosinya maka rendah pula penyesuaian dirinya. Kemudian, adanya hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosialnya maka semakin tinggi penyesuaian dirinya, Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosialnya maka semakin rendah pula penyesuaian dirinya. Sugiyono, (2018) menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Menurut Hidayat Huang, (2019) hubungan adalah mengukur derajat keeratan (korelasi) antara dua variabel baik yang sudah jelas secara literatur berhubungan atau sesuatu masalah yang akan diteliti. Namun analisis hubungan tidak menjelaskan arah hubungan dengan landasan teori baku. Sedangkan analisis pengaruh meneliti pola kausalitas atau fungsi sebab akibat dari sebuah variabel atau lebih terhadap variabel lain berlandaskan teori tertentu. Dengan kata lain, terdapat variabel yang secara teoritik mempengaruhi (independent variabel) kemudian melihat efek dari variabel tersebut terhadap variabel lain yang dipengaruhi (dependent variabel). Manfaat dari penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa mengenai bagaimana pentingnya menyesuaikan diri agar siswa tidak mengalami gangguan pada perkembangan selanjutnya dan mampu belajar dengan lebih baik. Manfaat teoritis penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu referensi psikologi pendidikan khususnya tentang hubungan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa yang terdampak

sistem zonasi.

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif korelasional. Pada penelitian ini terdapat 3 variabel yaitu kematangan emosi (X_1) dan dukungan sosial (X_2) serta penyesuaian diri (Y). Menurut Sugiyono, (2014) Variabel adalah sebagai atribut seseorang atau obyek yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau suatu obyek dengan obyek lain. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA di Surakarta. Sampel yang dipilih adalah SMA 7 Surakarta dan SMA Muhammadiyah Program Khusus Surakarta. Adapun jumlah total siswa yang menjadi subjek penelitian ini adalah 220 orang dengan rincian 110 orang dari SMA 7 Surakarta dan 110 orang dari SMA Muhammadiyah PK Surakarta, dengan berdasarkan perhitungan pengambilan sampel oleh Azwar (2019). Pengambilan sampel menggunakan teori Azwar yaitu dengan menggunakan *cluster random sampling*.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan *google form* dengan alat pengumpulan datanya menggunakan skala kematangan emosi, skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri dengan bentuk pilihan jawaban kesesuaian yang terdiri dari 4 respon jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Skala kematangan emosi diambil dan dimodifikasi dari penelitian Rosikhotul Ulum (2017) dengan aspek kematangan emosi menurut Walgito (2004) yakni pertama dapat menerima keadaan dirinya dan orang lain, tidak bersifat *impulsive*, dapat mengontrol emosi, berfikir objektif dan mempunyai tanggung jawab. Jumlah aitem sebanyak 23 butir pernyataan yang terdiri dari 15 aitem *favourable* dan 8 aitem *unfavourable*. Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi penelitian Ignatius Seno Aji Prasetyo (2018) dengan aspek dukungan sosial menurut House (1981) yaitu dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informatif dan dukungan penghargaan, dengan jumlah aitem sebanyak 27 butir pernyataan yang terdiri dari 14 aitem *favourable* dan 13 aitem *unfavourable*. Skala penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi dari penelitian Kassyafaeny Pratama Widiananda (2016) dengan aspek yang dijelaskan oleh Schneiders (1964) yaitu *adaptation*,

conformity, mastery, dan individual variation yang terdiri dari 29 aitem *favourable* dan 9 aitem *unfavourable*.

Nilai validitas untuk skala kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa SMA yang terdampak sistem zonasi di Kota Surakarta berada pada rentang 0,625 – 0,9375. Skala kematangan Emosi berdasarkan hasil reliabilitas diperoleh reliabilitas *Chronbach Alpha* sebesar 0.846, untuk skala dukungan sosial diperoleh reliabilitas *Chronbach Alpha* sebesar 0.894 dan untuk skala penyesuaian diri diperoleh reliabilitas *Chronbach Alpha* sebesar 0.907. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan regresi linear berganda dengan menggunakan program dari SPSS 16.0, adanya 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat sehingga peneliti menggunakan teknik tersebut. Terlebih dahulu melakukan uji prasyarat analisis dengan menguji normalitas dan linieritas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil penelitian

Hasil uji normalitas peneliti memperoleh melalui *Kolmogrov-Smirnov Test* dengan hasil normalitas dari variabel penyesuaian diri sebesar 0,057 dengan sig. 0,077 yang berarti $p > 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran variabel tersebut normal. Untuk uji linearitas dapat ditinjau dari *Anova Table* diperoleh hasil dari variabel kematangan emosi dengan penyesuaian diri yaitu $p = 0,000$ pada sig. *linearity* dan $p = 0,397$ pada *deviation from linearity*, yang dapat disimpulkan bahwa variabel penyesuaian diri dengan variabel kematangan emosi mempunyai korelasi yang linear. Selanjutnya uji linearitas untuk variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri yaitu $p = 0,000$ pada *linearity* dan $p = 0,008$ pada *deviation from linearity*, yang dapat disimpulkan bahwa adanya korelasi yang linear antara variabel penyesuaian diri dengan variabel dukungan sosial. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa hasil uji linearitas dapat menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki korelasi yang searah atau linier.

Berdasarkan hasil uji dari normalitas dan linearitas tersebut maka dapat dikatakan bahwa penelitian terbukti normal dan linear, kemudian dapat melengkapi persyaratan untuk menggunakan uji regresi berganda dalam pengujian hipotesis. Didapatkan hasil hipotesis minor peneliti untuk nilai korelasi yaitu adanya hubungan

positif yang signifikan antara variabel penyesuaian diri dengan variabel kematangan emosi diperoleh dari nilai $(r) = 0,733$ dengan sig. 0.000 ($p < 0,01$). Kemudian untuk hipotesis minor peneliti untuk nilai korelasi adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel penyesuaian diri dengan variabel dukungan sosial diperoleh dari nilai $(r) = 0,421$ dengan sig. 0,000 ($p < 0,01$). Selanjutnya untuk hipotesis mayor dapat dilihat pada tabel anova yaitu adanya hubungan kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa SMA yang terdampak sistem zonasi di Kota Surakarta diperoleh dari nilai $R = 0,746$, dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,001$)

Untuk sumbangan efektif variabel kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri sebesar $R^2 = 0.557$ yang menunjukkan bahwa sumbangan dari kedua variabel bebas dalam mempengaruhi variabel tergantungnya yaitu penyesuaian diri sebesar 55,7% yang berarti masih terdapat 44,3% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dengan rincian kematangan emosi mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 50% dan dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 5,7%. Hal tersebut membuktikan bahwa dari variabel kematangan emosi merupakan faktor utama pada variabel penyesuaian diri dibandingkan variabel dukungan sosial. Temuan lain dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kematangan emosi dengan dukungan sosial ($r = -0,399$, $p < 0,05$) yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin rendah dukungan sosial atau semakin rendah kematangan emosi maka semakin tinggi dukungan sosial.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel kematangan emosi ditemukan untuk rerata hipotetik (RH) sebesar 57,5 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 74,24 dengan frekuensi terbanyak pada kategori sedang yang dapat dikatakan bahwa kematangan emosi siswa tergolong sedang sebesar 76, urutan kedua pada kategori tinggi sebesar 52, lalu ketiga ditempati oleh kategori sangat tinggi, selanjutnya ditempati oleh kategori rendah dan yang terakhir ditempati oleh kategori sangat rendah sebesar 13. Variabel hasil kategorisasi variabel dukungan sosial ditemukan untuk rerata hipotetik (RH) sebesar 67,5 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 85,50 dengan frekuensi terbanyak pada kategori sedang sebesar 67 yang dapat dikatakan bahwa dukungan sosial siswa tergolong sedang, berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa urutan kedua untuk frekuensinya terdapat pada kategori sangat

tinggi sebesar 56, lalu ketiga ditempati oleh kategori tinggi, selanjutnya ditempati oleh kategori rendah dan yang terakhir ditempati oleh kategori sangat rendah sebesar 7. Variabel hasil kategorisasi variabel penyesuaian diri ditemukan untuk rerata hipotetik (RH) sebesar 95 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 119,13 dengan frekuensi terbanyak pada kategori rendah sebesar 58 yang dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri siswa tergolong rendah, berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa urutan kedua untuk frekuensinya terdapat pada kategori tinggi sebesar 56, lalu ketiga ditempati oleh kategori sedang, selanjutnya ditempati oleh kategori sangat tinggi dan yang terakhir ditempati oleh kategori sangat rendah sebesar 21.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda terhadap data yang diperoleh menunjukkan hasil adanya hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri dilihat dari nilai R sebesar 0,746 dengan sig. 0,000 ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa kematangan emosi dan dukungan sosial merupakan variabel yang mempengaruhi penyesuaian diri pada siswa SMA terdampak zonasi. Secara umum, peran variabel kematangan emosi dan dukungan sosial pada penyesuaian diri siswa sebesar 55,7% sehingga masih ada 44,3% variabel lainnya.

Secara detail, hasil korelasi antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa diketahui nilainya $r_{xy} = 0,733$ dengan taraf signifikansi 0,00 ($p < 0,01$) yang artinya kematangan emosi berkorelasi secara positif dan sangat signifikan dengan penyesuaian diri pada siswa SMA yang terdampak zonasi, semakin matang pengelolaan emosinya maka siswa menjadi lebih mudah dalam penyesuaian diri akibat terdampak sistem zonasi. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aridhona (2017), Lingga (2017), Susanto (2018) dan Karyawati (2019). Menurut Susanto, (2018) dan Lingga, (2017), berdasarkan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh kematangan emosi, karena terdapat korelasi signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Berdasarkan kategorisasi penyesuaian diri dan kematangan emosi yang berbeda-beda, juga mendukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Karyawati (2019). Karyawati (2019) menjelaskan bahwa kematangan emosi yang berbeda disesuaikan dengan tahap perkembangan, bagi individu yang

matang secara emosional, akan mampu menerima diri apa adanya sehingga lebih mudah dalam menyesuaikan diri. Aridhona (2017) menambahkan bahwa penyesuaian diri dilakukan dengan menggapai keseimbangan antara individu dan lingkungannya, sehingga rasa kebencian, prasangka, dengki, depresi, iri hati, kemarahan dan perasaan negatif sebagai tanggapan individu yang kurang sebanding dan tidak efisien mampu dihilangkan.

Hasil analisis data lainnya menunjukkan korelasi antara kematangan emosi dan dukungan sosial ($r = -0,399$) yang dapat diartikan bahwa semakin matang emosi maka semakin rendah dukungan sosial yang dibutuhkan, atau semakin rendah kematangan emosi maka semakin membutuhkan dukungan sosial. Hasil ini juga sesuai dengan hasil penelitian Karyawati (2019) bahwa individu yang matang secara emosional mampu menerima diri apa adanya sehingga dukungan sosial dari lingkungan tidak dibutuhkan secara optimal, sebaliknya individu yang kurang matang secara emosional membutuhkan dukungan sosial yang lebih kuat. Sementara itu menurut hasil penelitian Mahanta dan Kannan (2015) menunjukkan bahwa perbedaan jenis kelamin tidak mempengaruhi penyesuaian diri.

Hasil analisis antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri yaitu $r_{xy} = 0,421$ dengan sig. 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya dukungan sosial dan penyesuaian diri terdapat hubungan positif yang signifikan. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula penyesuaian diri individu tersebut. Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tricahyani & Wideasavitri (2016). Dukungan sosial dapat diperoleh dari guru maupun keluarga (Gutiérrez et al., 2017), atau individu lain atau kelompok berupa pengakuan, rasa dihargai, diperhatikan, disayangi dan ditolong (Sarafino, 2007).

Hasil penelitian sebelumnya oleh Puput (2019) menunjukkan bahwa dampak dari pelaksanaan sistem zonasi dapat dirasakan oleh guru, siswa, sekolah maupun orangtua siswa dimana semua pihak membutuhkan penyesuaian diri. Penyesuaian diri ini mempunyai macam-macam aspek, salah satunya ialah kematangan emosional seperti yang disampaikan oleh Desmita (2016) bahwa salah satu aspek penyesuaian diri yaitu kematangan emosional. Terdapat juga faktor dukungan sosial yang memunculkan adanya kesesuaian pada dirinya. Ali & Asrori (2015) mengemukakan bahwa adanya beberapa faktor seperti psikologis, fisiologis, perkembangan dan

kematangan, lingkungan, budaya dan agama yang merupakan faktor dari penyesuaian diri.

Hasil perhitungan analisis, data dapat dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Hasil kategori variabel penyesuaian diri didapatkan rerata hipotetik (RH) sebesar 95 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 119,13 dengan jumlah frekuensi terbanyak pada kategori rendah yang dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri siswa tergolong rendah. Hasil kategori pada variabel kematangan emosi didapatkan rerata hipotetik (RH) sebesar 57,5 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 74,24 dengan jumlah frekuensi terbanyak pada kategori sedang yang dapat dikatakan bahwa kematangan emosi siswa tergolong sedang. Hasil analisis kategori pada variabel dukungan sosial didapatkan rerata hipotetik (RH) sebesar 67,5 dan untuk rerata empirik (RE) sebesar 85,50 dengan jumlah frekuensi terbanyak pada kategori sedang yang dapat dikatakan bahwa dukungan sosial siswa tergolong sedang.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi, dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada siswa yang terdampak sistem zonasi. Emosi yang matang dalam menyikapi zonasi, ditambah dukungan positif dari orang tua dan orang-orang di sekitar siswa membuat siswa lebih mudah melakukan penyesuaian diri.

Secara parsial, menunjukkan bahwa kematangan emosi berkorelasi secara positif dan signifikan dengan penyesuaian diri. Dengan kata lain bahwa semakin matang emosi siswa maka akan lebih mudah menyesuaikan diri. Demikian pula, dukungan sosial menunjukkan korelasi yang positif dan signifikan dengan penyesuaian diri siswa terdampak zonasi, yang dapat diartikan bahwa dukungan sosial yang dipersepsi secara positif dapat mendorong siswa untuk lebih mudah melakukan penyesuaian diri.

Untuk variabel kematangan emosi dan dukungan sosial mempunyai sumbangan efektif (SE) sebesar 55,7% dengan rincian kematangan emosi

mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 50% dan dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri sebesar 5,7%, dan untuk variabel lainnya sebesar 44,3%.

4.2 Saran

Penelitian yang telah dipaparkan maka peneliti mengajukan saran diharapkan dapat bermanfaat bagi seluruh pihak terutama untuk pihak yang terkait dalam penelitian. Bagi siswa terdampak zonasi, Bagi siswa terdampak zonasi, dikarenakan dalam kategorisasi penyesuaian diri siswa rendah oleh karena itu kepada siswa sebaiknya untuk meningkatkan penyesuaian diri dengan cara segera menerima dan menyadari situasi dengan baik, lalu juga dapat menilai dukungan sosial keluarga secara lebih positif. Bagi orang tua, diharapkan bisa memberikan dukungan sosial yang dibutuhkan oleh putra-putrinya sehingga lebih cepat menyesuaikan diri. Bagi guru, dukungan sosial dapat diberikan kepada siswa-siswinya sehingga siswa-siswi tersebut lebih cepat melakukan penyesuaian diri. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian secara langsung dan dapat mempelajari ataupun meneliti lebih jauh mengenai faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa yang terdampak sistem zonasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, M. Z. (2018). Peranan Sekolah Kawasan Berbasis Sistem Zonasi dalam Pembentukan Karakter di SMP Negeri 15 Kedung Cowek Surabaya. *Jurnal Pendidikan Islam*, 7.
- Ahmed, Wondimu., Minnaert, Alexander., Werf, Gretje van der., et al.(2010) Perceived Social Support and Early Adolescents Achievement: The Mediatonal Roles of Motivational Beliefs and Emotions. *J Youth adolescence*. 39, 36-46
- Ali, M. &. Asrori (2015). *Psikologi remaja, perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Andiani, E., & Dhian, R. P. (2019). Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTs) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* , 24, 149-154.
- Aridhona, J. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 2.

- Arikunto, S. (2013). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Azwar, S. 2000. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar
Jogja Offset.
- Azwar, S. 2011. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas Dan Validitas, 4th edn*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode Penelitian Psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bimo, Walgito. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: C.V Andi.
- Bulmer, M. (2015). *The social basis of community care (routledge revivals)*. New York : Routledge .
- Chaplin. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Issue in the study and application of social support: Social support and health*. . London: Academic Press Inc.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ghufron dan Risnawati. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Goldy, F. D. (2019, Juni 24). *Dampak sistem zonasi penerimaan peserta didik baru di sekolah negeri bagi para guru dan siswa*. Diambil kembali dari The Conversation: <https://theconversation.com/dampak-sistem-zonasi-penerimaan-peserta-didik-baru-di-sekolah-negeri-bagi-para-guru-dan-siswa-119294>
- Hidayat, H. (2019, Januari 29). *Globalstatistik academic*. Retrieved from <https://www.globalstatistik.com/perbedaan-antara-hubungan-dengan-pengaruh/>.
- House, J. (1981). *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan. Edisi kelima*. Penerbit Erlangga .
- Ignatius, S. A. (2018). *Pengaruh Perceived Social Support Pada Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Penulis Skripsi di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. 1-45.
- Kartini, K. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta .
- Karyawati. (2019). *Hubungan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Menantu Perempuan yang Tinggal Bersama Ibu Mertua di Kabupaten Polewali Mandar*.
- Kassyafaeny, P. W. (2016). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Santriwati Ponpes Daarul Ukhuwah Cemorokandang*. 1-128.
- Lau, E. Y. H., Chan, K. K. S., & Lam, C. B. (2018). *Social support and adjustment outcomes of first-year university students in hong kong: Self-esteem as a*

- mediator. *Journal of College Student Development*, 59(1), 129-134.
- Lingga, Z. (2017). HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA MTSN KABANJAHE KABUPATEN KARO. *Jurnal ANSIRU PAI*, 1, 57-66.
- Mahanta, D. &. (2015). Emotional Maturity and Adjustment in First Year Undergraduates of Delhi University:An Empirical Study. *Indian Journal of Psychological Science*, 5 (2), 84-90.
- Mulia, L. O., Elita, V., & Woferst, R. ((2014)). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Resiliensi Remaja. *Jom Psik*, 1, 1-9.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 17 Tahun 2017 tentang Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB).*
- Prof. Dr. Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Puput, A. N. (2019). Implementasi Kebijakan Sistem Zonasi (Studi Kasus di SMA N 1 Kebumen Tahun Ajaran 2018/2019). 1-113.
- Rosikhotul, U. (2017). Hubungan Kematangan Emosi dengan Kepatuhan Mahasiswa Mabna Faza di Ma'had Putri UIN Malang. 1-67.
- Santrock, J. W. (2006). Adolescence (Perkembangan Remaja). Terjemahan Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Safarah, A. A. (2018). Program Zonasi Sekolah Dasar Sebagai Upaya Pemerataan Kualitas Pendidikan di Indonesia. *Lentera Pendidikan*, 21 (2), 2016–2213.\
- Sarafino. (1994). *Health Psychology*. USA: John Wiley&Sons.
- Sarafino, E. P. (2007). *Health Psychology: Biopsychosocial interactions, sixth edition*. John Wiley & Sons.
- Schneiders, A. (1964). *PeWinstonrsonal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart & Winston.
- Sheridan, C. L. (1992). *Health Psychology : challenging the biomedical model*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sutisna, N. N. (2020). Didik Pasca Penerapan Sistem Zonasi di SMA Negeri 1 Penyesuaian Diri peserta Kartasura. *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 2 (1), 35-48.
- Tricahyani, I. A., & Wideasavitri, P. N. (2016). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA

AWAL DI PANTI ASUHAN KOTA DENPASAR. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3, 542-550.

- Ula, D. M. (2019). Imbas Sistem Zonasi Bagi Sekolah Favorit dan Masyarakat. *Reorientasi Profesionalisme Pendidik Dalam Menghadapi Tantangan Revolusi Industri 4.0*, 195–201.
- Walgito, P. D. (2004). Pengantar Psikolog Umum. *Yogyakarta : ANDI*.
- Yusuf, S. (2011). Psikologi perkembangan anak dan remaja. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.