

Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 2 Kabupaten Bogor

Alya Ratu Nijma¹, Noneng Siti Rosidah², Muhammad Faishal Hidayat³

^{1,2}*Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Ibn Khaldun Bogor*

³*Program Studi Manajemen Haji dan Umrah, Universitas Ibn Khaldun Bogor*

Email: ratinijma@gmail.com, noneng.strosidah@uika-bogor.ac.id, m.faishal@uika-bogor.ac.id

Abstrak

Transisi ke kelas X menuntut siswa beradaptasi dengan tuntutan akademik, relasi sosial, aturan, dan budaya sekolah yang baru. Dukungan sosial teman sebaya diperkirakan menjadi sumber daya kontekstual yang membantu proses tersebut. Penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi dukungan sosial teman sebaya dalam memprediksi penyesuaian diri siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bogor. Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional prediktif dengan pendekatan potong lintang. Dari populasi 288 siswa, sebanyak 167 siswa dipilih melalui simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan skala Likert empat respons untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri. Analisis mencakup statistik deskriptif, uji normalitas residual, uji linearitas, dan regresi linear sederhana dengan SPSS versi 26. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memprediksi penyesuaian diri secara positif dan signifikan, $B = 0,442$, $SE = 0,056$, $\beta = 0,522$, $t(165) = 7,853$, $p < 0,001$. Model menjelaskan 27,2% variasi penyesuaian diri ($R^2 = 0,272$; adjusted $R^2 = 0,268$). Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan dari teman sebaya dapat menjadi sumber daya penting bagi siswa pada masa transisi sekolah. Implikasinya, layanan bimbingan dan konseling dapat mengembangkan program teman sebaya, pendampingan siswa baru, dan bimbingan kelompok. Karena desain penelitian bersifat potong lintang dan menggunakan laporan diri pada satu sekolah, hasil ditafsirkan sebagai kontribusi prediktif, bukan bukti hubungan sebab-akibat.

Kata kunci: *Dukungan Sosial Teman Sebaya, Penyesuaian Diri, Siswa Kelas X, Transisi Sekolah, Madrasah Aliyah*

PENDAHULUAN

Peralihan dari sekolah menengah pertama menuju kelas X merupakan fase transisi yang menuntut remaja menata kembali rutinitas belajar, jaringan pertemanan, hubungan dengan guru, serta pemahamannya terhadap aturan dan budaya sekolah. Penyesuaian diri pada fase ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengikuti pembelajaran, tetapi juga mencakup penerimaan diri, keterlibatan sosial, pengelolaan emosi, kepatuhan terhadap tuntutan sekolah, dan kemampuan membangun relasi yang mendukung (Trianisa, 2024). Literatur mutakhir menunjukkan bahwa penyesuaian sekolah dipengaruhi oleh interaksi antara karakteristik individu dan sumber daya kontekstual di rumah, kelas, serta sekolah (Basharpoor et al., 2022; Hillekens et al., 2023; Sánchez-Sandoval & Verdugo, 2021).

Penyesuaian yang memadai penting karena berkaitan dengan keterlibatan belajar, persepsi kompetensi akademik, kesejahteraan psikologis, dan keberlanjutan partisipasi siswa di sekolah. Sebaliknya, kesulitan menyesuaikan diri dapat tampak dalam bentuk keterasingan, rendahnya partisipasi, konflik interpersonal, kecemasan, atau ketidakteraturan belajar. Arslan dan Coşkun (2020) menunjukkan bahwa fungsi sekolah dan penyesuaian psikologis

berhubungan erat dengan kesejahteraan subjektif remaja. Kajian longitudinal juga menegaskan bahwa rasa menjadi bagian dari sekolah pada masa remaja berkaitan dengan kondisi kesehatan mental pada masa dewasa muda (Allen et al., 2024). Dengan demikian, proses penyesuaian pada awal jenjang pendidikan menengah merupakan isu perkembangan sekaligus isu layanan pendidikan.

Salah satu sumber daya yang menonjol pada masa remaja adalah dukungan sosial teman sebaya. Pada fase ini, interaksi dengan teman menjadi ruang penting untuk memperoleh penerimaan, validasi, informasi, bantuan praktis, dan rasa memiliki. Dukungan teman sebaya dapat berbentuk perhatian dan empati, bantuan nyata, saran atau informasi, serta penguatan yang membuat individu merasa dihargai (Sarafino & Smith, 2011). Hubungan sebaya yang suportif juga berpotensi mengurangi perasaan terisolasi dan menyediakan kesempatan untuk belajar menghadapi tuntutan sosial secara bersama-sama. Meta-analisis Mitic et al. (2021) memperlihatkan bahwa hubungan teman sebaya yang suportif berkelindan dengan faktor kesejahteraan, identitas, keterampilan, perilaku, dan lingkungan sekolah pada awal masa remaja.

Dukungan sosial tidak bekerja semata-mata sebagai bantuan sesaat. Dukungan dapat memperkuat keyakinan bahwa siswa memiliki orang yang dapat dipercaya ketika mengalami kesulitan, sehingga tekanan transisi lebih mudah dikelola. Dukungan juga dapat meningkatkan keterlibatan dan rasa memiliki terhadap sekolah. Martinot et al. (2022) menemukan bahwa dukungan guru dan teman sebaya merupakan sumber dukungan yang kuat bagi keterlibatan sekolah, baik secara langsung maupun melalui rasa memiliki terhadap sekolah. Kajian meta-analitik Korpershoek et al. (2020) juga menunjukkan bahwa rasa memiliki terhadap sekolah berkaitan dengan hasil motivasional, sosial-emosional, perilaku, dan akademik. Dalam konteks siswa sekolah menengah atas, kualitas hubungan sebaya dan dukungan belajar dari teman turut berkaitan dengan kesejahteraan studi (Tikkanen et al., 2024).

Penelitian lintas negara semakin memperjelas bahwa dukungan sosial berhubungan dengan indikator penyesuaian remaja. Fernández-Lasarte et al. (2020) menunjukkan peran dukungan sosial dalam penyesuaian sekolah pada pendidikan menengah. Azpiazu et al. (2024) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya dan guru, resiliensi, serta afek positif memprediksi indikator penyesuaian sekolah. Penelitian berikutnya menunjukkan bahwa dukungan sosial, konsep diri, dan resiliensi berfungsi sebagai faktor protektif terhadap maladjustment sekolah (Azpiazu et al., 2025). Pada siswa sekolah menengah di Tiongkok, dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian sosial melalui kesejahteraan subjektif dan resiliensi psikologis (Yu et al., 2024). Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sebaya mungkin bekerja melalui berbagai jalur psikologis, meskipun jalur-jalur tersebut tidak diuji dalam penelitian ini.

Konteks relasi juga perlu diperhatikan. Dukungan keluarga, guru, teman sekelas, dan sahabat dekat dapat memiliki fungsi yang berbeda. Bi et al. (2021) menunjukkan bahwa hubungan antara sumber dukungan dan kepuasan hidup remaja bervariasi lintas negara atau wilayah. Azpiazu et al. (2021) menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan kepuasan hidup melalui regulasi emosi dan resiliensi. Ahn et al. (2024) juga memperlihatkan

bahwa dukungan yang terstruktur dapat berkaitan dengan perubahan hubungan sebaya dan penyesuaian sekolah pada remaja dari keluarga multikultural. Oleh sebab itu, dukungan teman sebaya layak dikaji sebagai sumber daya yang spesifik, bukan sekadar bagian umum dari dukungan sosial.

Bukti di Indonesia memperlihatkan pola yang relatif konsisten. Dukungan sosial teman sebaya berkaitan dengan penyesuaian diri siswa kelas X (Saputro & Sugiarti, 2021; Wahyuni et al., 2024), siswa pesantren (Damayanti et al., 2021; Zalika & Rusmawati, 2022), serta remaja yang tinggal di lingkungan pendidikan berasrama (Nishfi & Handayani, 2021). Penelitian Saputri et al. (2024) juga melaporkan kontribusi dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa SMP. Pada konteks yang lebih luas, dukungan sosial berkaitan dengan penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis siswa (Hasanuddin & Khairuddin, 2021), serta membantu proses adaptasi individu yang berpindah lingkungan (Christianti & Setiawati, 2023; Naibaho & Murniati, 2023).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan pada sekolah umum, pesantren, atau mahasiswa. Kajian pada siswa kelas X madrasah aliyah masih terbatas, padahal konteks madrasah memiliki kombinasi tuntutan akademik, pembelajaran keagamaan, tata tertib, budaya kelembagaan, serta relasi sosial yang khas. Siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bogor sedang menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan pada saat yang sama membangun jejaring pertemanan yang dapat berfungsi sebagai sumber dukungan. Kekhususan konteks tersebut menjadikan penelitian pada madrasah penting untuk menguji apakah dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi prediktif terhadap penyesuaian diri siswa.

Penelitian ini juga memperbaiki kehati-hatian interpretatif yang diperlukan dalam penelitian potong lintang. Regresi linear dapat menunjukkan kemampuan sebuah variabel dalam memprediksi variasi variabel lain, tetapi tidak dengan sendirinya membuktikan hubungan sebab-akibat. Hubungan teman sebaya dan penyesuaian diri bahkan dapat bersifat timbal balik: dukungan dapat membantu penyesuaian, sementara siswa yang lebih mampu menyesuaikan diri mungkin lebih mudah membangun relasi suportif. Temuan longitudinal mengenai perubahan hubungan sebaya dan penyesuaian sekolah juga menunjukkan pentingnya mempertimbangkan dinamika waktu (Ahn et al., 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi dukungan sosial teman sebaya dalam memprediksi penyesuaian diri siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bogor. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor positif dan signifikan bagi penyesuaian diri. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang memanfaatkan kekuatan relasi sebaya selama masa transisi sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional prediktif dan pengambilan data secara potong lintang. Desain tersebut digunakan untuk menilai seberapa besar variasi penyesuaian diri dapat diprediksi oleh dukungan sosial teman sebaya pada saat pengukuran yang sama. Oleh karena itu, istilah kontribusi atau prediksi dalam penelitian ini merujuk pada hubungan statistik, bukan kausalitas eksperimental.

Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas X MAN 2 Kabupaten Bogor sebanyak 288 siswa. Ukuran sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 167 siswa. Responden dipilih menggunakan simple random sampling agar setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala dengan empat pilihan respons Likert. Skala dukungan sosial teman sebaya mengukur persepsi siswa terhadap dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan yang diterima dari teman. Skala penyesuaian diri mengukur kemampuan menerima diri, menerima lingkungan, melakukan perubahan perilaku agar sesuai dengan tuntutan lingkungan, serta membangun hubungan timbal balik yang konstruktif (Fatimah, 2010). Kerangka indikator diringkas pada Tabel 1. Sebelum digunakan, isi instrumen ditelaah oleh ahli bimbingan dan konseling. Analisis butir dilakukan menggunakan korelasi product-moment Pearson, sedangkan konsistensi internal diperiksa menggunakan alpha Cronbach; item yang memenuhi kriteria digunakan dalam pengumpulan data.

Tabel 1. Operasionalisasi Variabel Penelitian

Variabel	Definisi operasional	Dimensi utama
Dukungan sosial teman sebaya	Persepsi siswa mengenai bantuan, perhatian, informasi, dan penguatan yang diterima dari teman sebaya.	Emosional; instrumental; informasional; penghargaan.
Penyesuaian diri	Kemampuan siswa membangun keselarasan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan sekolah.	Penerimaan diri; penerimaan lingkungan; adaptasi perilaku; hubungan timbal balik dengan lingkungan.

Catatan. Instrumen menggunakan skala Likert empat pilihan respons. Dimensi disarikan dari kerangka instrumen yang digunakan dalam penelitian.

Analisis dilakukan dengan SPSS versi 26. Statistik deskriptif digunakan untuk melaporkan jumlah responden, rentang skor, rerata, dan simpangan baku. Uji normalitas dilakukan terhadap residual tak terstandar menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Linearitas diperiksa melalui signifikansi komponen linearity dan deviation from linearity. Hipotesis diuji menggunakan regresi linear sederhana dengan dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor (X) dan penyesuaian diri sebagai variabel kriteria (Y). Hasil dilaporkan menggunakan koefisien tidak terstandar (B), galat baku (SE), koefisien terstandar (β), nilai t, nilai p, interval kepercayaan 95%, serta koefisien determinasi (R^2).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Statistik Deskriptif

Sebanyak 167 respons dianalisis. Dukungan sosial teman sebaya memiliki skor antara 41 dan 86 dengan rerata 65,83 (SD = 8,86). Penyesuaian diri memiliki skor antara 41 dan 85 dengan rerata 64,14 (SD = 7,51). Simpangan baku kedua variabel menunjukkan adanya variasi antarsiswa yang memadai untuk analisis prediktif.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	n	Minimum	Maksimum	M (SD)
Dukungan sosial teman sebaya	167	41	86	65,83 (8,86)
Penyesuaian diri	167	41	85	64,14 (7,51)

Catatan. M = rerata; SD = simpangan baku.

Uji Prasyarat Analisis

Residual model berdistribusi normal berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov, $D = 0,058$, $p = 0,200$. Hubungan kedua variabel juga memenuhi asumsi linearitas. Komponen linearity signifikan, $F(1, 125) = 64,560$, $p < 0,001$, sedangkan deviation from linearity tidak signifikan, $F(40, 125) = 1,194$, $p = 0,229$. Dengan demikian, tidak ditemukan penyimpangan bermakna dari pola linear.

Tabel 3. Ringkasan Uji Normalitas dan Linearitas

Uji	Statistik	df1	df2	p
Normalitas residual (K-S)	$D = 0,058$	-	-	0,200
Linearity	$F = 64,560$	1	125	$< 0,001$
Deviation from linearity	$F = 1,194$	40	125	0,229

Catatan. K-S = Kolmogorov-Smirnov. Nilai p untuk deviation from linearity $> 0,05$ mendukung asumsi hubungan linear.

Kontribusi Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri

Regresi linear sederhana menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor positif dan signifikan bagi penyesuaian diri, $B = 0,442$, $SE = 0,056$, $\beta = 0,522$, $t(165) = 7,853$, $p < 0,001$, 95% CI [0,331, 0,553]. Persamaan regresinya adalah $Y = 35,062 + 0,442X$. Secara statistik, setiap peningkatan satu poin skor dukungan sosial teman sebaya berasosiasi dengan kenaikan rata-rata 0,442 poin skor penyesuaian diri.

Korelasi model sebesar $R = 0,522$ dan koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,272$ (adjusted $R^2 = 0,268$). Artinya, model menjelaskan 27,2% variasi skor penyesuaian diri dalam sampel. Sisa variasi sebesar 72,8% merupakan variasi yang tidak dijelaskan oleh model satu-prediktor ini; angka tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai persentase yang secara langsung disebabkan oleh faktor tertentu yang tidak diukur.

Tabel 4. Hasil Regresi Linear Sederhana

Prediktor	B	SE	β	t	p	95% CI B
Konstanta	35,062	3,737	-	9,383	$< 0,001$	[27,683; 42,441]
Dukungan sosial teman sebaya	0,442	0,056	0,522	7,853	$< 0,001$	[0,331; 0,553]

Catatan. Variabel kriteria: penyesuaian diri. $R = 0,522$; $R^2 = 0,272$; adjusted $R^2 = 0,268$; standard error of estimate = 6,424; $F(1, 165) = 61,670$, $p < 0,001$.

Pembahasan

Hasil penelitian mendukung hipotesis bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor positif dan signifikan bagi penyesuaian diri siswa kelas X. Arah koefisien menunjukkan bahwa siswa yang mempersepsikan dukungan sebaya lebih kuat cenderung melaporkan penyesuaian diri yang lebih baik. Besaran $\beta = 0,522$ memperlihatkan hubungan prediktif yang bermakna, sementara $R^2 = 0,272$ menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu sumber daya penting, tetapi bukan satu-satunya penjelas penyesuaian diri.

Secara psikologis, dukungan emosional dapat membantu siswa merasa diterima dan tidak sendirian ketika menghadapi tuntutan sekolah baru. Dukungan informasional memberi akses pada pengetahuan praktis mengenai tugas, kebiasaan kelas, atau aturan sekolah. Dukungan instrumental memudahkan penyelesaian kesulitan konkret, sedangkan dukungan penghargaan memperkuat rasa mampu dan nilai diri. Kombinasi fungsi tersebut dapat mengurangi ketidakpastian selama transisi dan memberi ruang bagi siswa untuk mengembangkan respons yang lebih adaptif. Penjelasan ini konsisten dengan model dukungan sosial yang memandang bantuan sosial sebagai sumber daya untuk menghadapi tuntutan dan stres (Sarafino & Smith, 2011).

Temuan ini sejalan dengan penelitian di Indonesia. Saputro dan Sugiarti (2021) menemukan bahwa dukungan teman sebaya bersama konsep diri berkontribusi terhadap penyesuaian diri siswa kelas X. Wahyuni et al. (2024) melaporkan hubungan positif pada siswa kelas X SMA, sedangkan Saputri et al. (2024) menunjukkan kontribusi dukungan teman sebaya pada siswa SMP. Dalam lingkungan pesantren, pola serupa dilaporkan oleh Damayanti et al. (2021) dan Zalika dan Rusmawati (2022). Kesamaan arah temuan pada konteks sekolah umum, madrasah, dan pesantren menunjukkan bahwa dukungan sebaya merupakan sumber daya yang relevan dalam berbagai lingkungan pendidikan, meskipun kekuatan hubungannya dapat dipengaruhi budaya sekolah dan karakteristik peserta didik.

Hasil penelitian juga konsisten dengan bukti internasional. Fernández-Lasarte et al. (2020) menempatkan dukungan sosial sebagai variabel kontekstual penting dalam penyesuaian pendidikan menengah. Azpiazu et al. (2024) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berkaitan dengan keterlibatan emosional dan masalah integrasi sekolah, sedangkan Azpiazu et al. (2025) menjelaskan peran protektif dukungan sosial, konsep diri, dan resiliensi terhadap maladjustment. Yu et al. (2024) memperlihatkan bahwa kesejahteraan subjektif dan resiliensi dapat menjadi mekanisme yang menghubungkan dukungan sosial dan penyesuaian sosial. Walaupun mediator tersebut tidak diuji dalam penelitian ini, bukti tersebut membantu menjelaskan mengapa dukungan teman sebaya dapat berkaitan dengan penyesuaian diri.

Kontribusi teman sebaya juga dapat dipahami melalui rasa memiliki terhadap sekolah. Siswa yang mempunyai teman untuk berdiskusi, meminta bantuan, dan berbagi pengalaman cenderung lebih mudah merasa diterima sebagai anggota komunitas sekolah. Rasa diterima tersebut dapat meningkatkan keterlibatan dan mengurangi kecenderungan menarik diri. Martinot et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan teman dan guru berkontribusi terhadap keterlibatan melalui rasa memiliki. Korpershoek et al. (2020) menemukan bahwa school

belonging berkaitan dengan berbagai hasil akademik dan sosial-emosional, sedangkan Allen et al. (2024) menunjukkan bahwa rasa memiliki pada masa sekolah mempunyai implikasi jangka panjang bagi kesehatan mental.

Dalam konteks MAN 2 Kabupaten Bogor, dukungan teman sebaya berpotensi memiliki fungsi tambahan karena siswa beradaptasi dengan tuntutan akademik sekaligus budaya madrasah. Teman dapat membantu menjelaskan praktik kelas, norma pergaulan, kegiatan keagamaan, dan kebiasaan kelembagaan yang belum familier. Dukungan semacam ini bukan pengganti peran guru atau keluarga, melainkan pelengkap sumber dukungan yang dekat dengan pengalaman harian siswa. Bi et al. (2021) menunjukkan bahwa sumber dukungan dapat memberikan kontribusi yang berbeda, dan Hillekens et al. (2023) menegaskan pentingnya konteks sekolah sebagai sumber daya bagi penyesuaian remaja.

Nilai R^2 sebesar 0,272 perlu ditafsirkan secara proporsional. Dukungan teman sebaya menjelaskan lebih dari seperempat variasi penyesuaian diri, tetapi mayoritas variasi tetap berada di luar model. Literatur mengidentifikasi faktor lain seperti hubungan guru-siswa, penerimaan sosial, konsep diri akademik, resiliensi, kondisi keluarga, iklim kelas, dan pengalaman sekolah (Ansari et al., 2020; Basharpour et al., 2022; Wang et al., 2020). Caqueo et al. (2022) juga menunjukkan keterkaitan antara kompetensi sosial, integrasi, resiliensi, harga diri, dan kepuasan hidup. Karena itu, layanan sekolah sebaiknya tidak hanya meningkatkan dukungan sebaya, tetapi mengembangkan ekosistem dukungan yang mencakup guru, wali kelas, konselor, dan keluarga.

Temuan ini memberikan beberapa implikasi bagi bimbingan dan konseling. Pertama, konselor dapat menyelenggarakan program buddy system yang memasangkan siswa baru dengan teman pendamping. Kedua, bimbingan kelompok dapat difokuskan pada keterampilan memberi dukungan, mendengarkan aktif, meminta bantuan, menyelesaikan konflik, dan membangun pertemanan sehat. Ketiga, siswa yang memiliki kapasitas prososial dapat dilatih sebagai pendukung sebaya dengan batas peran dan mekanisme rujukan yang jelas. Tinjauan van der Meulen et al. (2021) menunjukkan bahwa model peer buddying dan jaringan dukungan sebaya dapat meningkatkan interaksi dan penerimaan sosial. Keempat, pemetaan sederhana mengenai keterhubungan sosial dapat membantu sekolah mendeteksi siswa yang terisolasi pada awal tahun ajaran.

Program sebaya perlu ditempatkan dalam kerangka etis. Teman pendamping bukan konselor profesional dan tidak bertugas menangani masalah psikologis berat. Program harus disertai supervisi guru bimbingan dan konseling, perlindungan kerahasiaan, pencegahan perundungan, serta prosedur rujukan. Dukungan teman yang positif dapat memperkuat penyesuaian, tetapi pengaruh sebaya juga dapat mengarah pada perilaku berisiko apabila norma kelompok bersifat negatif (Andrews et al., 2020). Karena itu, penguatan budaya kelas dan pengawasan orang dewasa tetap penting.

Hasil penelitian perlu dibaca dengan mempertimbangkan keterbatasannya. Desain potong lintang tidak menetapkan urutan waktu, sehingga tidak dapat memastikan bahwa dukungan sosial menyebabkan penyesuaian diri. Pengukuran kedua variabel menggunakan laporan diri pada waktu yang sama, sehingga rentan terhadap common method bias dan kecenderungan respons sosial. Sampel berasal dari satu madrasah, sehingga generalisasi ke

sekolah lain perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, model belum memasukkan variabel seperti dukungan keluarga, dukungan guru, resiliensi, konsep diri, jenis kelamin, atau pengalaman transisi sebelumnya.

Penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain longitudinal untuk mengamati perubahan dukungan dan penyesuaian sejak awal hingga akhir kelas X. Penggunaan model multivariat atau structural equation modeling dapat menguji mediator seperti rasa memiliki, resiliensi, harapan akademik, dan kesejahteraan subjektif. Kajian Zhu et al. (2025), misalnya, menunjukkan bahwa harapan akademik dan identitas profesional dapat menjelaskan sebagian hubungan dukungan sebaya dan penyesuaian akademik pada jenjang pendidikan vokasi. Replikasi pada beberapa madrasah serta kombinasi data siswa, guru, dan teman sebaya juga akan meningkatkan validitas temuan.

KESIMPULAN

Dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor positif dan signifikan bagi penyesuaian diri siswa kelas X di MAN 2 Kabupaten Bogor. Model regresi menunjukkan $B = 0,442$, $\beta = 0,522$, $p < 0,001$, dan menjelaskan 27,2% variasi penyesuaian diri. Temuan ini menegaskan bahwa perhatian emosional, bantuan praktis, informasi, dan penghargaan dari teman dapat menjadi sumber daya penting selama transisi ke lingkungan madrasah aliyah. Layanan bimbingan dan konseling dapat menindaklanjuti hasil tersebut melalui program pendampingan siswa baru, bimbingan kelompok, penguatan keterampilan dukungan sebaya, serta identifikasi dini siswa yang mengalami isolasi sosial. Namun, karena penelitian menggunakan desain potong lintang, laporan diri, dan satu lokasi, hasil harus dipahami sebagai hubungan prediktif, bukan bukti kausal. Penelitian longitudinal dan multisekolah diperlukan untuk menguji arah hubungan serta mekanisme psikologis yang menjelaskan pengaruh dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahn, H. S., Lee, J., & Jin, Y. (2024). The effects of multicultural family support services on the longitudinal changes of acculturative stress, peer relations, and school adjustment. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1301294. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1301294>
- Allen, K.-A., Greenwood, C. J., Berger, E., Patlamazoglou, L., Reupert, A., Wurf, G., May, F., O'Connor, M., Sanson, A., Olsson, C. A., & Letcher, P. (2024). Adolescent school belonging and mental health outcomes in young adulthood: Findings from a multi-wave prospective cohort study. *School Mental Health*, 16, 149–160. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09626-6>
- Andrews, J. L., Foulkes, L., & Blakemore, S.-J. (2020). Peer influence in adolescence: Public-health implications for COVID-19. *Trends in Cognitive Sciences*, 24(8), 585–587. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.05.001>
- Ansari, A., Hofkens, T. L., & Pianta, R. C. (2020). Teacher-student relationships across the first seven years of education and adolescent outcomes. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 71, Article 101200. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101200>

- Arslan, G., & Coşkun, M. (2020). Student subjective wellbeing, school functioning, and psychological adjustment in high school adolescents: A latent variable analysis. *Journal of Positive School Psychology*, 4(2), 153–164. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v4i2.231>
- Azpiazu, L., Antonio-Aguirre, I., Izar-de-la-Fuente, I., & Fernández-Lasarte, O. (2024). School adjustment in adolescence explained by social support, resilience and positive affect. *European Journal of Psychology of Education*, 39, 3709–3728. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00785-3>
- Azpiazu, L., Ramos-Díaz, E., Axpe, I., & Revuelta, L. (2025). Social support, self-concept and resilience as protectors against school maladjustment during adolescence. *School Mental Health*, 17, 435–448. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09736-9>
- Azpiazu, L., Rodríguez-Fernández, A., & Goñi, E. (2021). Adolescent life satisfaction explained by social support, emotion regulation, and resilience. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 694183. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694183>
- Basharpour, S., Heidari, F., Narimani, M., & Barahmand, U. (2022). School adjustment, engagement and academic self-concept: Family, child, and school factors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 32(1), 23–38. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.6>
- Bi, S., Stevens, G. W. J. M., Maes, M., Boer, M., Delaruelle, K., Eriksson, C., Brooks, F. M., Tesler, R., van der Schuur, W. A., & Finkenauer, C. (2021). Perceived social support from different sources and adolescent life satisfaction across 42 countries/regions: The moderating role of national-level generalized trust. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(7), 1384–1409. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01441-z>
- Caqueo-Urizar, A., Atencio, D., Urzúa, A., & Flores, J. (2022). Integration, social competence and life satisfaction: The mediating effect of resilience and self-esteem in adolescents. *Child Indicators Research*, 15(2), 617–629. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09907-z>
- Christianti, A., & Setiawati, C. L. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berdomisili di Dormitory Unika Atma Jaya. *Jurnal Psiko Edukasi*, 21(2), 106–122. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i2.4947>
- Damayanti, N., Hasanah, M., & Zahro, I. F. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri di pondok pesantren. *Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat*, 16(1), 1–14. <https://doi.org/10.55352/uq.v16i1.350>
- Fernández-Lasarte, O., Ramos-Díaz, E., Goñi, E., & Rodríguez-Fernández, A. (2020). The role of social support in school adjustment during secondary education. *Psicothema*, 32(1), 100–107. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.125>
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi perkembangan: Perkembangan peserta didik*. Pustaka Setia.
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan sosial, penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148–155. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5906>

- Hillekens, J., Baysu, G., & Phalet, K. (2023). How school and home contexts impact the school adjustment of adolescents from different ethnic and SES backgrounds during COVID-19 school closures. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(8), 1549–1565. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01772-z>
- Korpershoek, H., Canrinus, E. T., Fokkens-Bruinsma, M., & de Boer, H. (2020). The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary education: A meta-analytic review. *Research Papers in Education*, 35(6), 641–680. <https://doi.org/10.1080/02671522.2019.1615116>
- Martinot, D., Sicard, A., Gul, B., Yakimova, S., Taillandier-Schmitt, A., & Maintenant, C. (2022). Peers and teachers as the best source of social support for school engagement for both advantaged and priority education area students. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 958286. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958286>
- Mitic, M., Woodcock, K. A., Amering, M., Krammer, I., Stiehl, K. A. M., Zehetmayer, S., & Schrank, B. (2021). Toward an integrated model of supportive peer relationships in early adolescence: A systematic review and exploratory meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 589403. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.589403>
- Naibaho, S. L., & Murniati, J. (2023). Dukungan sosial sebagai faktor pendukung keberhasilan adaptasi mahasiswa perantau yang tinggal di asrama Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(1), 114–130. <https://doi.org/10.24854/jpu465>
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>
- Sánchez-Sandoval, Y., & Verdugo, L. (2021). School adjustment and socio-family risk as predictors of adolescents' peer preference. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 645712. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645712>
- Saputri, D. M., Silalahi, M. F., Fitriani, D., & Riyadi, N. E. W. (2024). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa SMP. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*, 5(2), 601–610. <https://doi.org/10.55681/nusra.v5i2.2674>
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59–72. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). Wiley.
- Tikkanen, L., Anttila, H., Ulmanen, S., & Pyhältö, K. (2024). Peer relationships and study wellbeing: Upper secondary students' experiences. *Social Psychology of Education*, 27(6), 3097–3117. <https://doi.org/10.1007/s11218-024-09942-y>
- Trianisa, T. (2024). Gambaran penyesuaian diri pada peserta didik kelas X SMA Negeri 6 Semarang. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(3), 465–471. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i3.3458>

- van der Meulen, K., Granizo, L., & del Barrio, C. (2021). Emotional peer support interventions for students with SEND: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 797913. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.797913>
- Wahyuni, R., Nuraini, N., & Yulia, C. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 50 Jakarta. *Research and Development Journal of Education*, 10(2), 768–776. <https://doi.org/10.30998/rdje.v10i2.24478>
- Wang, M.-T., Degol, J. L., Amemiya, J., Parr, A., & Guo, J. (2020). Classroom climate and children's academic and psychological wellbeing: A systematic review and meta-analysis. *Developmental Review*, 57, Article 100912. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2020.100912>
- Yu, L., Wu, X., Zhang, Q., & Sun, B. (2024). Social support and social adjustment among Chinese secondary school students: The mediating roles of subjective well-being and psychological resilience. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 3455–3471. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S477608>
- Zalika, R. D., & Rusmawati, D. (2022). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa pondok pesantren kelas X MA Ribatul Muta'allimin Pekalongan. *Jurnal Empati*, 11(2), 72–79. <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34426>
- Zhu, Y., Lu, H., Wang, X., Ma, W., & Xu, M. (2025). The relationship between perceived peer support and academic adjustment among higher vocational college students: The chain mediating effects of academic hope and professional identity. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1534883. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1534883>